

SEMAINE PAR SEMAINE

5^e semaine

(6 SA à 6 SA + 6 j)



Les sécrétions hormonales continuent d'augmenter.



Les bourgeons des yeux et du nez de mon bébé se forment.
Les différents organes de son système digestif se construisent.
Les quatre cavités de son cœur se dessinent.
Les ébauches des membres se développent.



Je me sens plus fatiguée que d'habitude.



Je peux avoir une sensibilité exacerbée ou des sautes d'humeur.

6^e semaine

(7 SA à 7 SA + 6 j)



Mes seins grossissent, deviennent plus lourds et plus douloureux.



Les muscles et les os de ses membres prennent forme.
Sa colonne vertébrale se met en place.
L'ébauche des mains et des pieds apparaît à l'extrémité de ses membres.
Mon bébé mesure 1 cm de la tête aux fesses.



Les nausées peuvent apparaître ou se poursuivre.

MA TO-DO LIST

- Aller à ma première consultation prénatale.
- Pratiquer les différents examens prescrits pour le bilan de début de grossesse.
- Réfléchir à mon lieu d'accouchement et m'inscrire.
- Prendre rendez-vous pour ma première échographie qui doit être faite entre 11 et 13 SA + 6 jours.
- Préparer un dossier de grossesse pour rassembler documents et examens.

IL ÉTAIT 9 MOIS

© Éditions Albin Michel, 2019

7^e semaine

(8 SA à 8 SA + 6 j)



Ma poitrine est tendue.
Les nausées continuent
ou apparaissent.



De petits sillons laissent
apparaître le dessin
de ses doigts.

Son cœur est relié
au reste du corps
par les veines et artères.
Son cerveau se divise
en deux hémisphères.

Les lèvres commencent
à se former.



Je suis essoufflée en
montant les escaliers,
car mon volume sanguin
augmente pour s'adapter
aux efforts.

8^e semaine

(9 SA à 9 SA + 6 j)



Mon utérus a la taille
d'une orange.

Sa croissance peut
entraîner quelques
tiraillements dans mon
bas-ventre.



Mon bébé mesure
désormais 3 cm.
Ses doigts sont séparés.
Son système auditif
se développe.



Je peux ressentir des
douleurs ligamentaires.

9^e semaine

(10 SA à 10 SA + 6 j)



L'utérus appuie sur
ma vessie, ce qui peut
occasionner des envies
fréquentes d'uriner.



Mon bébé mesure 4 cm
de la tête aux fesses.

Le placenta commence
à développer ses
arborescences.



La première consultation
me permet d'y voir plus
clair sur le déroulement
de mon suivi médical.



La première échographie
est pour bientôt : je suis
impatiente !

- Revoir mon agenda pour sacrifier quelques occupations au profit de nuits plus longues ou de week-ends plus reposants.
- Respecter les conseils donnés si je ne suis pas immunisée contre la toxoplasmose.
- Poursuivre mon activité sportive, en l'adaptant si nécessaire.
- Me renseigner auprès de mon employeur pour connaître mes droits.