

## VOS QUESTIONS, NOS RÉPONSES

### “ Peut-on détecter toutes les anomalies à l'échographie ?

Nous aimerions vous répondre que oui, mais notre expérience nous en empêche. Une échographie normale est toujours rassurante. Mais les malformations touchent environ 2 % des bébés, et toutes ne sont pas détectables. Il est habituel de dire que les malformations les plus graves sont visibles à l'échographie, mais ceci n'est vrai que pour les anomalies anatomiques importantes. En effet, l'échographie permet de contrôler l'architecture des organes, non leur fonctionnement. Elle ne détecte pas, par exemple, la plupart des pathologies responsables d'autisme, d'épilepsie, de retard mental.

### “ Loin de me rassurer, les images de l'échographie m'inquiètent...

Ne soyez pas inquiète si vous ne reconnaissez pas les images qui vous sont données. En effet, l'échographie n'est pas un examen de l'apparence de l'embryon, mais une succession de coupes. Les ultrasons fabriquent des plans. Si chaque organe est visible, ce n'est pas parce que la peau de l'embryon serait transparente, mais plutôt parce que les ultrasons, comme les rayons X, ne sont pas arrêtés par la peau ou les structures anatomiques.

### “ Je suis enrhumée. Que puis-je prendre durant la grossesse ?

D'habitude, un rhume passe en sept jours maximum, mais parfois cet écoulement du nez perdure car, durant la grossesse, on observe un œdème des fosses nasales dont le calibre est alors réduit. D'autres facteurs peuvent favoriser ce phénomène de nez qui coule : un reflux gastrique, ou bien une allergie à des huiles essentielles, à un parfum ou à une bougie, ou même à la présence d'un meuble en bois neuf dans la chambre. Quelle qu'en soit la cause, le traitement repose sur l'instillation de sérum physiologique (de l'eau salée ou de l'eau de mer préparée à cet effet) plusieurs fois par jour. Évitez l'automédication : certains vasoconstricteurs décongestionnants utilisés contre le rhume sont contre-indiqués durant la grossesse. En cas de fièvre dépassant les 38 °C, il est conseillé de consulter.

## “ J'adore courir, puis-je continuer durant la grossesse ?

Le running est un excellent sport pour la santé et il est en effet très difficile de s'en passer lorsque l'on est accro ! Jusqu'à trois mois de grossesse, il est tout à fait possible de poursuivre la course à pied, en adaptant son rythme. Au-delà, il n'est pas raisonnable de poursuivre en raison de l'impact généré à chaque foulée, qui correspond à plus de 5 à 8 fois votre poids : bien trop violent pour la grossesse ! Pourquoi ne pas profiter de cette période pour tester de nouveaux sports ? Tournez-vous vers des sports plus doux ou des sports « portés » comme la natation.

## “ Que penser des échographies 3D ?

La plupart des cabinets d'échographie disposent de la technologie 3D. Pourtant, beaucoup de femmes s'en disent déçues. D'une part, le rendu de l'image montre souvent un nez un peu déformé et, d'autre part, des angles différents donnent des aspects différents du bébé. Pour que l'échographie en trois dimensions soit une réussite, il est impératif que le bout du nez du bébé soit dirigé vers la sonde d'échographie (ce qui n'est pas toujours le cas) et qu'il existe une bonne quantité de liquide entre son visage et la paroi de l'utérus. L'image sera d'autant meilleure que la paroi abdominale est fine et que le placenta n'est pas dans la trajectoire. Quant aux échographies 3D à visée non médicale, ces échographies « souvenirs » proposées par des sociétés commerciales, elles sont fortement déconseillées par les autorités de santé, mais elles sont surtout souvent décevantes.

## “ Qu'est-ce que la cholestase gravidique ?

Cette maladie peut survenir durant la grossesse, le plus souvent au troisième trimestre. Assez rare (environ 0,5 % des grossesses en France), elle est due à un mauvais fonctionnement des cellules du foie qui laissent passer les acides biliaires au lieu de les évacuer dans la bile. Les acides biliaires vont alors s'accumuler sous la peau, dans le derme. La cholestase gravidique doit être prise en charge par un traitement spécifique, car les démangeaisons vont s'aggraver.