Service prénatal des grossesses à risque élevé à domicile (GAREDO)

Brochure d'information et carnet de suivi destinés à la clientèle obstétricale

CHU Sainte-Justine
Le centre hospitalier universitaire mère-enfant

Université de Montréal

Révision par :

Nancy Morris, inf. clinicienne — GAREDO
Karine Gagné, inf. clinicienne — GAREDO
Marie-Hélène Rochon, inf. clinicienne — Plateau ambulatoire mère-enfant/gynécologie
Hélène Plumard, CSI UMFMAPP
Marie-Christine Charest, inf. M.Sc., CCSI trajectoire gynécologique et obstétrique

En collaboration avec :

Christine Tremblay, chef de soins et services UMFMAPP
Dre Lucie Morin, gynécologue-obstétricienne

Table des matières

Description du service 4

Comment s'effectue le premier contact avec mon infirmière responsable? 4

Comment s'assurer de la sécurité à domicile? 5

Planification des visites 6

Visites à domicile par l'infirmière 6

Quels sont les soins offerts? 7

Comment définissons-nous votre plan de traitement? 7

Rappel concernant la surveillance que vous devez faire à domicile 8

Comment évaluer les mouvements de votre bébé? 9

Comment surveiller les contractions utérines? 10

Comment savoir si je suis en travail préterme? 11

Comment surveiller ma température buccale? 11

Comment savoir si je perds du liquide provenant du vagin? 12

Comment évaluer les pertes de sang vaginales? 13

Comment surveiller ma tension artérielle? 14

Que faire en présence d'œdème (enflure) en grossesse? 15

Que faire en présence de céphalée (maux de tête)? 15

Comment savoir si je présente des scotomes (taches dans le champ visuel)? 16

Que faire si j'ai une douleur épigastrique (douleur en barre sous les seins)? 17

Comment surveiller ma glycémie capillaire? 17

Que faire en présence de nausées ou de vomissements? 18

Quelles sont les ressources disponibles dans un contexte de grossesse à risque élevé? 19

Outils et conseils pratiques du CHU Sainte-Justine 20

Commentaires (questions, traitements, surveillances) 21

Coordonnées des infirmières en GAREDO 22

Coordonnées utiles 23

Description du service

Le service de suivi des grossesses à risque élevé à domicile (GAREDO) est effectué par des infirmières du CHU Sainte-Justine.

Cette brochure explique en quoi consiste ce service et rassemble également des informations qui vous permettront de contribuer à l'évaluation de votre état de santé et de celui de votre bébé. Les conseils et les explications qui y sont donnés s'appliquent également en cas de grossesse multiple.

Afin de réduire vos déplacements, une infirmière se rendra à votre domicile pour effectuer des soins spécifiques selon vos besoins et vous soutiendra pendant cette période en répondant à vos questions.

Votre médecin ou l'équipe multidisciplinaire responsable de votre suivi a demandé que vous ayez accès à ce service afin de vous permettre de demeurer à la maison malgré votre grossesse à risque élevé. Il se peut que cela ait été décidé :

- À la suite d'une visite médicale ;
- Lors d'une hospitalisation à l'unité des grossesses à risque élevé (GARE) au 4e, bloc 11 ;
- Selon votre condition médicale et celle de votre bébé.

Le CHU Sainte-Justine est heureux de vous accompagner tout au long de votre grossesse en vous permettant de demeurer dans votre milieu plutôt que d'être hospitalisée.

Comment s'effectue le premier contact avec mon infirmière responsable ?

Il y a deux options possibles :

- Si vous êtes hospitalisée, une infirmière de l'équipe peut vous rencontrer avant votre congé de l'hôpital pour mettre en place votre suivi.
- Sinon, une infirmière du service GAREDO communique avec vous dans les 24 à 48 heures suivant la demande pour planifier une première rencontre.

Comment s'assurer de la sécurité à domicile ?

Votre sécurité et la sécurité de l'infirmière qui se déplace à domicile nous tiennent à cœur.

L'infirmière évaluera les risques pour la sécurité lors de la première visite à domicile et si votre situation change. Si des risques sont identifiés, nous vous proposerons des solutions.

Tout au long de votre suivi, vous pouvez contribuer à votre sécurité lors des soins, mais également à celle de l'équipe soignante. Voici quelques points importants à respecter afin d'assurer cette sécurité :

- Donner l'information la plus juste possible à l'infirmière lors de l'évaluation de vos besoins ;
- Garder un accès facile et sécuritaire à votre domicile : les marches et le trottoir sont dégagés et déneigés. L'entrée extérieure est bien éclairée et le numéro civique est visible ;
- Garder une circulation sécuritaire à l'intérieur de votre domicile : les tapis sont bien ancrés au sol, les surfaces et les escaliers sont bien dégagés ;
- Vérifier que la pièce est bien éclairée et que la température ambiante est adéquate ;
- Maintenir votre animal domestique sous contrôle à l'extérieur de l'espace où se donnent les soins ;
- Informer le personnel s'il y a des insectes indésirables (Par ex. : fourmis, coquerelles ou punaises) ou des signes de rongeurs (Par ex. : souris ou rats) dans votre domicile ;
- Assurer un environnement sans fumée ;
- Limiter le nombre de personnes lors de votre rendez-vous. Pour des règles de confidentialité, seules les personnes concernées peuvent être présentes au moment des soins (patiente et personne accompagnante au choix) ;
- Respecter toute autre consigne émise par l'infirmière.

La sécurité des soins et des services est aussi entre vos mains.

Planification des visites

Horaire : du lundi au vendredi de 7 h 30 à 13 h

La fréquence des visites varie selon votre état de santé et selon vos rendez-vous avec l'équipe médicale. L'infirmière du service GAREDO confirme par message texte ou par téléphone sa visite, la veille de celle-ci. Vous devez être disponible. L'heure attribuée peut varier selon certains imprévus.

Informez toujours l'infirmière du service GAREDO si vous avez un rendez-vous (suivi ou urgence) ou si vous ne pouvez pas être présente à une visite prévue, afin de mieux organiser les services offerts.

Veuillez noter que plus de **deux absences répétées**, une **non-collaboration** de votre part ainsi que des **risques identifiés à votre domicile** (persistants malgré nos recommandations) peuvent être interprétés comme un refus de traitement. **Nous mettrons alors fin au service GAREDO et une hospitalisation pourra s'avérer nécessaire.**

Visites à domicile par l'infirmière

Notez ici la fréquence des visites de l'infirmière du service GAREDO et de vos différents rendez-vous ou visites médicales.

Visites de l'infirmière de la GAREDO : Fréquence _____/sem.

Visites médicales : Fréquence _____/sem.

Rendez-vous :

_____

_____

_____

Selon vos rendez-vous médicaux, il se peut que la visite de l'infirmière soit reportée ou que la fréquence des visites change. Assurez-vous de mentionner ceux-ci dès que vous en recevez la confirmation.

Il est important d'**aviser votre infirmière** d'un **changement** de votre état, mais aussi de toute consultation médicale **non prévue** ou **urgente**.

Quels sont les soins offerts ?

L'infirmière du service GAREDO peut effectuer plusieurs soins et suivis, selon vos besoins, tels que :

- Écouter le cœur du bébé ;
- Faire des prélèvements de sang, d'urine ou les deux ;
- Prendre vos signes vitaux (pression, température, etc.) ;
- Évaluer votre état de santé général ;
- Donner certains traitements si nécessaire (Par ex. : des injections ou un test pour le diabète de grossesse) ;
- Offrir des explications et des conseils adaptés à votre situation ;
- Offrir un accompagnement en répondant à vos questions et en vous rassurant.

Si vous avez des questions en lien avec les soins et services que vous recevez, n'hésitez pas à en faire part à l'infirmière du service GAREDO.

Comment définissons-nous votre plan de traitement ?

L'équipe de soins planifie un plan de traitement en fonction de votre condition de santé et de vos besoins.

Les activités permises et les restrictions sont identifiées par l'équipe médicale afin d'assurer votre sécurité et celle de votre bébé. Ce plan peut être amené à changer en tout temps, en fonction de l'évolution de votre grossesse et votre condition médicale.

N'hésitez pas à poser vos questions à votre infirmière. Celle-ci prendra le temps de vous expliquer les recommandations et d'apporter certaines précisions au besoin.

À titre de rappel, voici les activités permises qui ont été autorisées par l'équipe médicale. Elles sont identifiées à l'aide d'un crochet :

- ☐ Se lever pour aller à la toilette seulement
- ☐ Prendre un bain ou une douche
- ☐ Prendre une douche seulement
- ☐ Prendre les repas à table
- ☐ Donner les soins aux enfants
- ☐ Avoir des relations sexuelles
- ☐ Effectuer du télétravail (travail de bureau à la maison)
- ☐ Utiliser les escaliers une fois par jour
- ☐ Effectuer des tâches domestiques légères
- ☐ Conduire la voiture
- ☐ Marcher à l'extérieur

Rappel concernant la surveillance que vous devez faire à domicile

Cette section présente un rappel des points importants à surveiller pour assurer le bon suivi de votre santé et de celle de votre bébé. Les explications sur les surveillances requises sont détaillées plus loin.

Si une surveillance plus fréquente est requise, l'infirmière de la GAREDO le précisera à côté de l'élément coché.

Si vous remarquez un changement, notez-le dans la section *Commentaires* et informez votre infirmière de la GAREDO, ou une infirmière de l'unité des naissances si l'infirmière de GAREDO n'est pas disponible ou qu'il y a urgence.

Les coordonnées de l'unité des naissances sont indiquées à la dernière page de la brochure.

À titre de rappel, vous devez vérifier les éléments cochés au moins **une fois par jour :**

- ☐ Évaluation des mouvements de votre bébé, *page 9*
- ☐ Évaluation des contractions utérines, *page 10*, et signes de travail préterme, *page 11*
- ☐ Température buccale, *page 11*

- ☐ Perte de liquide (quantité, couleur, odeur) — nouveau ou changement, *page 12*
- ☐ Saignement vaginal (quantité, couleur) — nouveau ou changement, *page 13*
- ☐ Tension artérielle, *page 14*
- ☐ Œdème (enflure) en grossesse, *page 15*
- ☐ Céphalée (maux de tête), *page 15*
- ☐ Scotomes (taches dans le champ visuel), *page 16*
- ☐ Douleur épigastrique (douleur en barre sous les seins), *page 17*
- ☐ Glycémie, *page 17*
- ☐ Nausées et vomissements, *page 18*

Comment évaluer les mouvements de votre bébé ?

L'évaluation des mouvements que vous ressentez de votre bébé est un moyen efficace d'évaluer son bien-être. Si vous percevez une diminution des mouvements, vous devez procéder à une évaluation plus rigoureuse.

- Assurez-vous d'avoir mangé il y a moins de 2 heures, ou prenez une collation ;
- Buvez un verre d'eau froide ;
- Installez-vous en position couchée du côté gauche. Si vous n'êtes pas en mesure de vous coucher complètement sur votre côté gauche, allongez-vous sur le dos en plaçant un coussin sous votre fesse droite ;
- Sentez les mouvements de votre bébé en plaçant vos mains sur votre ventre.

Vous devriez ressentir un minimum de **6 mouvements dans une période de 2 heures.** Si ce n'est pas le cas, **téléphonez** à votre infirmière de la GAREDO ou à l'unité des naissances du CHU Ste-Justine.

Vidéo explicative sur l'évaluation des mouvements de votre bébé
Ressource du CHU Sainte-Justine

Comment surveiller les contractions utérines ?

Il peut être normal d'avoir **jusqu'à 15 contractions par jour** ou de sentir des chocs au niveau du col de l'utérus, surtout lorsque le bébé bouge, à moins que votre médecin vous ait donné un autre avis. Il vous l'aura alors expliqué au préalable.

Voici quelques exemples de sensations pouvant être ressenties lors d'une contraction :

- Le bébé peut sembler se mettre en boule et pousser vers le haut ;
- Vous pourriez ressentir une douleur intermittente dans le dos (douleur qui part et qui revient). Cette douleur peut durer 30 secondes et plus ;
- Le bébé peut sembler faire une pression dans le vagin durant quelques secondes ;
- Votre ventre peut durcir, et ce, sans douleur ;
- Vous pourriez ressentir un léger pincement ou une douleur ressemblant à une crampe menstruelle ;
- Vous pourriez ressentir un serrement de l'abdomen accompagné de palpitation (cœur qui bat plus vite ou plus fort).

Le col de l'utérus peut s'ouvrir lorsque vous avez des contractions régulières, c'est-à-dire toutes les 10 minutes ou moins, et ce, pendant au moins une heure. Cela peut se produire à terme ou avant.

Que faire si vous avez plus de contractions que la normale ?

- Videz votre vessie ;
- Buvez 1 litre d'eau (3 verres) en 30 minutes ;
- Allongez-vous du côté gauche.

Les contractions utérines devraient diminuer dans l'heure.

Il est possible d'avoir des contractions même au repos. Alternez vos positions pour favoriser une bonne circulation.

Si les contractions ne cessent pas malgré les conseils décrits dans la section *Que dois-je faire si j'ai plus de contractions que la normale* **téléphonez** à votre infirmière de la GAREDO ou à l'unité des naissances du CHU Sainte-Justine.

Comment savoir si je suis en travail préterme ?

Voici trois signes qui peuvent indiquer un travail préterme :

- Retour des contractions plus fortes et plus fréquentes (toutes les 10 minutes pendant 1 heure, à moins d'avis contraire de votre infirmière de la GAREDO) ou des contractions qui ne disparaissent pas malgré les conseils donnés à la *page 10* ;
- Présence de saignements vaginaux (rosé ou rouge) légers ou abondants ;
- Écoulement de liquide clair comme de l'eau (liquide amniotique). Ceci pourrait signifier que vous avez perdu vos eaux et que le travail débute.

Si vous présentez l'un de ces signes, **téléphonez** d'abord à l'infirmière de la GAREDO ou à l'équipe de l'unité des naissances. **Respectez les conseils qui vous seront donnés.**

Vidéo explicative sur le travail préterme
Ressource du CHU Sainte-Justine

Comment surveiller ma température buccale ?

Voici un guide simple pour prendre votre température buccale tous les jours.

30 minutes avant de prendre votre température, évitez de :

- Boire ou manger ;
- Brosser vos dents ;
- Fumer.

Pour prendre votre température :

- Lavez-vous les mains pour éviter toute contamination ;

- Utilisez un thermomètre numérique pour plus de précision et placez-le sous votre langue en le maintenant la bouche fermée ;
- Attendez le signal sonore avant de retirer le thermomètre et lisez la température affichée.

Si vous avez des frissons ou une température buccale > 37,5°C, téléphonez à l'infirmière de la GAREDO ou à l'équipe de l'unité des naissances.

Comment savoir si je perds du liquide provenant du vagin ?

Une perte de liquide provenant du vagin peut être soudaine et abondante ou se produire sous forme de petites gouttes qui mouillent votre sous-vêtement. La perte de liquide est accentuée lors des mouvements.

Ce qu'il faut surveiller lorsque la membrane (poche du bébé) est rompue :

- **L'aspect.** Le liquide amniotique est clair comme de l'eau.
- **La quantité.** Les pertes de liquide peuvent survenir quand votre bébé bouge ou lorsque vous changez de position. Elles peuvent être minimes (quelques gouttes) ou abondantes (remplir une serviette hygiénique rapidement). Vous pouvez également perdre du liquide au repos.
- **L'odeur.** Le liquide amniotique est inodore. Vérifiez s'il y a une odeur inhabituelle ou malodorante.

Vous devez aviser votre infirmière de la GAREDO ou une infirmière de l'unité des naissances lorsque vous avez une perte de liquide pour la première fois.

Si vous remarquez un changement dans l'un de ces éléments, téléphonez à votre infirmière de la GAREDO ou à l'équipe de l'unité des naissances.

Comment évaluer les pertes de sang vaginales ?

Pour évaluer les pertes sanguines provenant du vagin, vous devez surveiller :

- **La couleur de vos pertes sanguines.** Vérifiez si le sang est rosé, rouge vif ou brun.
- **La quantité.** Notez à quelle fréquence vous devez changer votre serviette hygiénique en spécifiant à chaque fois si le saignement est léger, modéré ou abondant.

Vous devez **aviser** votre infirmière de la GAREDO ou une infirmière de l'unité des naissances lors **d'un nouveau saignement**.

Si vous avez des saignements connus par l'équipe médicale, mais qui nécessitent un **changement de serviette toutes les heures**, avec ou sans caillots, avec ou sans contractions, **téléphonez** à votre infirmière de la GAREDO ou à l'équipe de l'unité des naissances.

IL EST CRUCIAL DE RESTER VIGILANTE.

Si vous ressentez une douleur forte et constante dans le ventre, avec l'utérus qui reste contracté, appelez immédiatement l'unité des naissances.

Si vous saignez abondamment (comme un robinet qui coule), appelez une ambulance en composant le 911.

Demeurez allongée sur le côté gauche.

Comment surveiller ma tension artérielle ?

Voici les étapes de la prise de tension artérielle à domicile :

- **Préparez-vous**
  - Ne fumez pas, ne buvez pas de caféine et ne faites pas d'exercice 30 minutes avant la prise de la tension. Videz votre vessie et asseyez-vous par la suite calmement, le dos bien appuyé et les pieds au sol. Détendez-vous pendant 5 minutes.
- **Utilisez le bon équipement**
  - Prenez un tensiomètre automatique approuvé par l'équipe médicale. Vous pouvez aussi demander à votre infirmière de la GAREDO de faire un test pour vérifier si votre appareil est fiable.
- **Positionnez le brassard**
  - Enroulez le brassard autour de votre bras gauche, à hauteur du cœur, sans le serrer trop fort. Laissez un espace d'un doigt entre le brassard et votre peau. Le bas du brassard doit être placé de 2 à 3 cm au-dessus du coude.
- **Mesure de votre tension artérielle**
  - Prenez 3 mesures de votre tension artérielle en attendant une minute entre chaque mesure. Notez la 2e et la 3e mesure dans la section *Commentaire* à la fin de cette brochure ou sur la feuille fournie par l'équipe de médecine interne obstétrique-gynéco (MIGO).

Si l'une des valeurs de votre tension artérielle est supérieure à 140/90, ou selon les recommandations de votre médecin, vous devez la mesurer à nouveau après 30 minutes.

Si la tension reste élevée, **prenez votre médication prescrite** si nécessaire.

Si vous n'avez pas de médication, téléphonez à votre infirmière de la GAREDO ou à l'équipe de l'unité des naissances.

Que faire en présence d'œdème (enflure) en grossesse ?

Un certain degré d'enflure est normal pendant la grossesse, surtout des jambes et des chevilles, mais aussi parfois des mains. Cette enflure est plus fréquente au 3e trimestre et disparaît après l'accouchement.

Voici quelques conseils pour réduire l'enflure des jambes et des mains :

- Évitez de rester debout ou assise longtemps ;
- Portez des vêtements amples et des chaussures non serrées ;
- Dormez sur le côté gauche et surélevez vos jambes avec un oreiller ;
- Élevez vos jambes le plus souvent possible ;
- Faites des exercices pour les pieds : pliez-les et étirez-les 30 fois, et effectuez des rotations ;
- Envisagez de porter des bas de compression ;
- Bougez souvent vos doigts et utilisez des compresses froides pour vous soulager s'il y a présence de douleurs ;
- Retirer vos bagues ;
- Envisagez de porter des attelles pour les poignets.

Portez attention à l'enflure soudaine et persistante.

Si vous remarquez une enflure rapide durant la journée, surtout des mains et du visage, ou un gain de poids de 0,9 kg (2 livres) en 24 heures, téléphonez à votre infirmière de la GAREDO ou à l'équipe de l'unité des naissances.

Que faire en présence de céphalée (maux de tête) ?

De nombreuses femmes souffrent de maux de tête pendant la grossesse. Il est important de prévenir leur apparition et de savoir comment les soulager.

Voici des conseils pour prévenir les maux de tête :

- Buvez beaucoup d'eau (1,5 à 2 L/jour) ;
- Dormez suffisamment et reposez-vous dans la journée ;

- Évitez le stress et la surcharge de travail ;
- Pratiquez des techniques de relaxation comme la respiration profonde, le yoga ou les massages ;
- Évitez le café, le thé, le chocolat et les lumières vives qui peuvent déclencher des maux de tête ;
- Mangez de façon équilibrée et en petites portions ;
- Faites de l'exercice régulièrement.

Voici des conseils pour soulager les maux de tête :

- Reposez-vous dans une pièce sombre et calme ;
- Appliquez des compresses chaudes ou froides sur le front ou la nuque, ou prenez un bain chaud si cela est permis ;
- Massez votre cuir chevelu ;
- Prenez de l'acétaminophène (Tylenol[MD]) si ces conseils ne suffisent pas.

Si vous ressentez des maux de tête sévères ou persistants malgré la prise de Tylenol[MD], téléphonez à votre infirmière de la GAREDO ou à l'équipe de l'unité des naissances.

Comment savoir si je présente des scotomes (taches dans le champ visuel) ?

Les scotomes sont des zones, dans votre champ de vision, où vous pouvez voir des flashs lumineux, des taches, du flou ou ne rien voir du tout.

Si vous remarquez ces symptômes ou tout changement important dans votre vision, téléphonez à votre infirmière de la GAREDO ou à l'équipe de l'unité des naissances.

Que faire si j'ai une douleur épigastrique (douleur en barre sous les seins) ?

La douleur épigastrique pendant la grossesse est souvent ressentie comme une douleur située sous les seins, dans la partie supérieure de l'abdomen, juste en dessous de la cage thoracique. **Ce type de douleur est préoccupant.**

Elle est différente du malaise causé par des brûlures d'estomac, qui elles sont soulagées avec un antiacide (Par ex. : Maalox[MD] ou Tums[MD])

Si vous ressentez cette douleur intense, téléphonez à votre infirmière de la GAREDO ou à l'équipe de l'unité des naissances.

Comment surveiller ma glycémie capillaire ?

Vous devez suivre les indications et recommandations médicales concernant le contrôle de votre glycémie.

Notez vos résultats tels que spécifiés, car ceux-ci vous seront demandés lors de la visite de l'infirmière de la GAREDO pour compléter les informations de votre suivi.

Si vos résultats se situent, la majorité du temps, en dehors des valeurs ciblées, vous devez **communiquer avec votre infirmière de la clinique MIGO**.

Vidéo explicative de l'utilisation d'un glucomètre
Ressource du CHU Sainte-Justine

Que faire en présence de nausées ou de vomissements ?

En présence de nausées ou de vomissements, voici quelques conseils que vous pouvez suivre :

- Restez hydratée en prenant de l'eau ou une solution de réhydratation comme le Gastrolyte[MD] ;
- Reposez-vous ;
- Prenez plusieurs petits repas légers par jour (Par ex. : du pain grillé et des craquelins) ;
- Évitez les aliments épicés ou frits ;
- Prenez du Diclectin[MD] (vous pouvez demander à votre pharmacien).

Si vous avez un diabète de grossesse et que les nausées ou vomissements vous empêchent de manger, **contactez une infirmière de la clinique MIGO.**

Si vous avez des nausées ou vomissements importants qui **durent plus de 24 heures ou si vous avez des signes de déshydratation** (bouche sèche, peu d'urine ou urine foncée) malgré la mise en pratique des conseils énumérés dans la section *Que faire en présence de nausées ou de vomissements*, **téléphonez** à votre infirmière de la GAREDO ou à l'unité des naissances.

Quelles sont les ressources disponibles dans un contexte de grossesse à risque élevé ?

	Le site Web du CHU Sainte-Justine Vous aurez accès à toute l'information en lien avec les grossesses à risque élevé.
	Les dépliants du CHU Sainte-Justine L'ensemble des dépliants disponibles au CHU Sainte-Justine est accessible.
	Le programme *Ombrelles* Ce programme s'adresse aux patientes hospitalisées en raison d'une grossesse à risque élevé.
	Le programme *Toi, moi, bébé* Ce programme s'adresse aux futures mères qui vivent des sentiments de dépression ou d'anxiété, ainsi qu'à leur partenaire.
	Grande Ourse en santé mentale périnatale Une trousse de soutien est disponible pour accompagner les familles vivant une grossesse.
	La préparation à la naissance et au post-partum Vous aurez accès à toute l'information en lien avec la grossesse, l'accouchement et le post-partum.

Outils et conseils pratiques du CHU Sainte-Justine

Gestion de la douleur

Plan de naissance

Unité des naissances

Préparation valise maternité

AllaitWEB

Enseignements post-partum

Commentaires (questions, traitements, surveillances)

Inscrivez la date pour chaque commentaire.

Coordonnées des infirmières de la GAREDO

Vous pouvez contacter les infirmières de la GAREDO du **lundi au vendredi de 8 h à 17 h**. En dehors de ces heures, veuillez téléphoner à l'unité des naissances au 514 345-4701.

Infirmière de la GAREDO : _____

Cellulaire : _____

Courriel : _____

Infirmière de la GAREDO : _____

Cellulaire : _____

Courriel : _____

Infirmière de la GAREDO remplaçante : _____

Cellulaire : _____

Coordonnées utiles

Clinique où vous pouvez contacter une infirmière spécialisée (du lundi au vendredi de 8 h à 16 h).

Médecine interne gynéco-obstétrique (MIGO)
514 345-4931, poste 2927 ou 3392

Grossesse à risque élevé (GARE)
514 345-4931, poste 5615

Non Stress Test (NST)
514 345-4931, poste 7315

Autres numéros utiles :

- Centrale des rendez-vous : 514 345-4662
- Imagerie médicale : 514 345-4931 poste 4634
- Cardiologie fœtale : 514 345-4931 poste 5399
- Centre Anténatal (CAN) : 514 345-4931 poste 7315
- Unité des naissances : 514 345-4701

Si vous avez une question en lien avec votre grossesse et que celle-ci ne peut pas attendre votre prochain suivi, vous pouvez téléphoner à l'unité des naissances du CHU Sainte-Justine, en composant le 514 345-4701, et demander à parler à une infirmière.

En tout temps, si vous êtes inquiète pour votre état de santé ou votre sécurité, composez le 911.

F-2145 GRM : 30007830 (Rév. : Mai 2025)