

---

**La nouvelle directive clinique sur la gestion des nausées et des vomissements durant la grossesse**

---

**Ottawa, le 15 décembre 2016** – La Société des obstétriciens et gynécologues du Canada (SOGC) a annoncé aujourd’hui la publication de sa plus récente directive clinique, [Prise en charge des nausées et des vomissements durant la grossesse](#). La directive est publiée dans l’édition de décembre du [Journal d’obstétrique et gynécologie du Canada](#) (JOGC).

« Les nausées et vomissements de la grossesse (NVG) touchent de 50 à 80 % des femmes enceintes à des degrés plus ou moins prononcés. De nombreuses femmes ne cherchent pas à se faire soigner, car elles doutent de l’innocuité des médicaments. Toutefois, elles gagneraient beaucoup à ce que l’on reconnaisse les NVG pour ce qu’ils sont et qu’on leur propose des solutions pour améliorer leur santé et leur qualité de vie durant la grossesse au moyen des nombreuses options sécuritaires et efficaces, qu’elles soient pharmaceutiques ou non », explique madame Blake (M.D.), directrice générale de la SOGC.

« Ce document exhaustif résume les plus récentes recherches cliniques et scientifiques », affirme la principale auteure, Kim Campbell, une sage-femme autorisée en Colombie-Britannique. « Il fournit aux professionnels de la santé et aux femmes les connaissances et les outils de base nécessaires pour atténuer les symptômes, l’inconfort et le mal causés par les “nausées matinales”. »

Autrefois, on recommandait aux femmes de manger de petits repas légers et fades et d’éviter les aliments gras comme les croustilles. Les nouvelles données scientifiques suggèrent que peu de preuves démontrent qu’un changement d’alimentation est une solution efficace et elles recommandent plutôt aux femmes de manger comme bon leur semble et de seulement s’assurer de choisir des [aliments sécuritaires pour la grossesse](#). Parmi les options sécuritaires qui peuvent aider à atténuer les symptômes des NVG, on compte notamment le gingembre, la pyridoxine (vitamine B6) et l’acupression autoadministrée.

De nouvelles preuves montrent également qu’il est tout à fait sécuritaire pour les femmes qui souffrent de NVG de remplacer les vitamines prénatales qui contiennent du fer par de l’acide folique ou des vitamines à faible teneur en fer.

La nouvelle directive contient également un algorithme fondé sur des faits pour les NVG issu des études sur l’innocuité et l’efficacité des médicaments offerts sur le marché. La première option de traitement recommandée pour les femmes qui présentent un haut risque de NVG est la prise de pyridoxine ou de doxylamine-pyridoxine. Le dimenhydrinate, communément appelé GRAVOL, est aussi une option considérée comme sécuritaire. La thérapie cognitive fondée sur la pleine conscience peut aussi être un bon complément au traitement par doxylamine-pyridoxine.

Un exemplaire du résumé de la directive est accessible à l'adresse suivante :  
[http://www.jogc.com/article/S1701-2163\(16\)39814-0/fulltext](http://www.jogc.com/article/S1701-2163(16)39814-0/fulltext).

-30-

**Renseignements ou pour organiser des entrevues, veuillez contacter :**

Anne Trueman  
Directrice des communications  
Tél : 1 800 561-2416 ou 613 730-4192, poste 228  
Courriel : [atrueman@sogc.com](mailto:atrueman@sogc.com)

**À propos de la SOGC**

La SOGC est l'un des plus anciens organismes nationaux de médecine spécialisée du Canada. Fondée en 1944, elle a pour mission de promouvoir l'excellence dans l'exercice de l'obstétrique-gynécologie et l'avancement de la santé des femmes par le leadership, la défense des droits, la collaboration et l'éducation. La SOGC représente les obstétriciens-gynécologues, les médecins de famille, les infirmières, les sages-femmes et les professionnels paramédicaux qui travaillent dans le domaine de la santé sexuelle et génésique. Pour tout complément d'information, consultez le [www.sogc.org](http://www.sogc.org).