Dr Olivier Kadoch
Gynécologie-obstétrique · Chirurgie gynécologique

SURVEILLANCE À LA MAISON

Les mouvements de mon bébé

PREMIÈRES SENSATIONS

16 à 24 SA

Souvent après 20 SA pour un premier bébé, parfois dès 16 SA si vous avez déjà été enceinte.

JUSQU'À L'ACCOUCHEMENT

Il continue

Ses mouvements augmentent jusque vers 32 SA, puis restent à peu près stables. Vous devez le sentir bouger jusqu'au travail.

Repérez ses habitudes

Chaque bébé a les siennes. Inutile de compter un nombre précis de mouvements : ce qui compte, c'est de connaître son rythme habituel.

Mon bébé bouge surtout : _____

URGENCE

Il bouge moins ou autrement : appelez la maternité tout de suite

- **N'attendez pas le lendemain**, même en pleine nuit.
- Pas d'appareil d'écoute du cœur à domicile : entendre un battement ne prouve pas qu'il va bien.
- Ne vous endormez pas en laissant de côté un changement.

À la maternité

- Écoute du cœur du bébé
- À partir de 26 SA, enregistrement de son rythme cardiaque (monitoring)
- Une échographie si nécessaire

Si tout est normal

Vous rentrez rassurée. Si ses mouvements diminuent de nouveau plus tard, **recontactez la maternité** : chaque épisode compte.

DÈS 28 SA Pour vous endormir, installez-vous **sur le côté**, droit ou gauche, plutôt que sur le dos.

Sources · RCOG, Reduced Fetal Movements, Green-top Guideline 57 (Whitworth M, *BJOG* 2026, PMID 42046127) · RCOG, Your baby's movements in pregnancy, information patiente · NHS, Your baby's movements, 2024 · Cronin RS, *EClinicalMedicine* 2019 (PMID 31193832) · CNGOF, Mort fœtale, 2024 (PMID 39153884).

107 avenue Victor Hugo, 75116 Paris · Centre Geoffroy Saint-Hilaire, 75005 Paris
docteurkadoch.com · Docteur Kadoch Olivier, Paris, France

Document d'information · nov. 2026.
Il ne remplace pas la consultation.