Dr Olivier Kadoch
Gynécologie-obstétrique · Chirurgie gynécologique

GROSSESSE · LES DÉBUTS

Je pense être enceinte : test, date du terme, premières démarches

Les repères utiles des premières semaines, du test au premier rendez-vous.

LE TEST DE GROSSESSE

Il détecte l'hormone de grossesse (hCG). **Urinaire** : 21 jours après le rapport, urines du matin. **Prise de sang** : dès 14 jours, remboursée sur ordonnance. Négatif mais règles en retard : consultez.

Comment se calcule le terme ?

En **semaines d'aménorrhée** (SA), depuis le 1er jour des dernières règles. En France, terme fixé à **41 SA**. Une estimation : 1 accouchement sur 20 a lieu le jour prévu.

Les premières démarches

Dès le projet	**Acide folique** (vitamine B9) 0,4 mg/jour, dès 3 mois avant la conception et pendant tout le 1er trimestre. Zéro alcool. Pas de médicament sans avis ; n'arrêtez jamais seule un traitement.
Avant 10 SA	**1re consultation** avec un médecin ou une sage-femme, selon votre choix : examen et date prévue d'accouchement.
Avant la fin du 3e mois	**Déclaration de grossesse** à l'Assurance maladie et à la Caf (ou MSA), faite en ligne par le professionnel avec votre carte Vitale.
11 à 13 SA + 6 j	**1re échographie** : datation (mesure du fœtus) et dépistage. 7 consultations prénatales en tout.

Vrai ou faux ?

FAUX « Saigner au début = fausse couche. » 1 femme sur 4 saigne au 1er trimestre et poursuit sa grossesse.

FAUX « Il faut attendre 3 mois avant de consulter. » La 1re consultation est recommandée avant 10 SA.

Bon à savoir

Signalez votre grossesse à tout professionnel de santé, pharmacien compris.

Consultez sans attendre si…

Douleur du bas-ventre (souvent d'un côté), saignements : risque de grossesse extra-utérine. Saignement abondant, vertiges, faiblesse : appelez le 15 (ou le 112).

Sources · HAS, Suivi et orientation des femmes enceintes, MAJ 2016 · HAS, Projet de grossesse, MAJ 2013 · Service-public.gouv.fr, Déclaration de grossesse (F963), 2026 · Santé.fr, Les tests de grossesse ; Date d'accouchement · ameli.fr, Grossesse extra-utérine ; Fausse couche.

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.