

Partagez Article

X



## Les symptômes du quatrième mois de grossesse

Votre grossesse: semaines 14 – 17. Les caractéristiques propres à votre bébé ainsi que ses organes sensoriels sont maintenant plus affinés. Les besoins en fer sont plus importants pendant cette période à mesure que votre volume sanguin augmente, ce qui aide à produire des réserves pour le fœtus et le placenta.

<https://www.nestlebaby.ca/fr/les-symptomes-du-quatrieme-mois-de-grossesse> <sup>[1]</sup>

[\[2\]](#) [\[3\]](#) [\[4\]](#)



## Les symptômes du quatrième mois de grossesse

Votre grossesse: semaines 14 – 17. Les caractéristiques propres à votre bébé ainsi que ses organes sensoriels sont maintenant plus affinés. Les besoins en fer sont plus importants pendant cette période à mesure que votre volume sanguin augmente, ce qui aide à produire des réserves pour le fœtus et le placenta.

Vendredi, juillet 3rd, 2020

- <sup>[5]</sup>
- [Imprimez](#) <sup>[1]</sup>
- [Partagez](#)

## Votre bébé poursuit sa croissance

- Les expressions du bébé sont presque visibles maintenant! Les muscles faciaux et les capacités cérébrales sont suffisamment développés pour lui permettre de plisser les yeux, froncer les sourcils, grimacer et même bouger les mains. Vous remarquerez peut-être que votre bébé semble sucer son pouce lors de votre échographie.
- Bébé produit de l'urine à partir de ses reins et l'expulse dans le liquide amniotique. Le foie a commencé à produire de la bile et la rate aide à la production de globules rouges. Les alvéoles pulmonaires se développent et le cœur pompe un plus grand volume de sang.
- Une poussée de croissance se produit! Les jambes et la tête du bébé sont plus développées et les yeux et les oreilles atteignent presque leur apparence finale. Bébé est sensible à la lumière et essaie de s'en éloigner.
- Le petit squelette de votre bébé, qui est fait de cartilage mou, se transforme en os et le cordon ombilical devient plus fort et plus épais. Bébé peut bouger ses articulations.
- Les glandes sudoripares commencent à se développer, les papilles gustatives se forment et les réflexes se développent!

## Votre corps pendant le deuxième trimestre

- Si vous vous sentez bien en ce moment, comme beaucoup de femmes au deuxième trimestre [6] de la grossesse, profitez-en!
- Vous sentirez que vos vêtements deviennent trop serrés au fur et à mesure que votre utérus se déplace vers le haut de votre abdomen.
- Votre cœur tire plus de sang que d'habitude pour fournir à votre bébé l'oxygène dont il a besoin. Cette augmentation de l'apport sanguin peut avoir des effets secondaires désagréables, comme un saignement de gencives, un saignement de nez ou un nez bouché.
- Habituellement, les nausées diminuent ou cessent, mais beaucoup de femmes commencent à éprouver des brûlures d'estomac. Les hormones [7] peuvent détendre la valve en haut de votre estomac et, en même temps, votre utérus qui grossit pousse sur votre estomac.
- Vous remarquerez peut-être également des changements au niveau de vos cheveux. Pour certaines femmes, les cheveux deviennent plus épais, tandis que pour d'autres ils deviennent plus secs ou même tombent un peu plus.

## Conseils pour maman et bébé

- La modération est essentielle! Il n'y a pas de mal à se faire plaisir une fois de temps en temps, mais faites attention à la taille des portions. Choisissez une alimentation variée et des aliments nutritifs pour votre santé et celle de votre bébé en croissance. Pour en savoir plus, consultez la rubrique sur l'alimentation saine pendant la grossesse [8].
- Comme les nausées s'atténuent et que vous pouvez toujours bouger de façon assez normale, le deuxième trimestre [6] pourrait être un moment tout indiqué pour prendre des vacances. Points à prendre en compte: Pendant les trajets en voiture, n'oubliez pas de vous arrêter toutes les deux heures pour faire une pause. Cela se produit habituellement de toute façon, puisque la pression sur votre vessie augmente au fur et à mesure que votre bébé grandit. Essayez de ne pas vous asseoir trop longtemps en laissant les jambes pliées, et levez-vous fréquemment. Voyager dans les pays chauds peut être moins agréable avec un ventre gonflé. Informez-vous sur la disponibilité des services médicaux et des conditions d'hygiène de votre destination, car ils peuvent être très différents de ceux de l'endroit où vous vivez. Enfin, consultez toujours votre médecin si vous planifiez des vacances qui nécessitent de prendre l'avion.

Pour en savoir plus [9]

**URL source:** <https://www.nestlebaby.ca/fr/les-symptomes-du-quatrieme-mois-de-grossesse>

### Liens

[1] <https://www.nestlebaby.ca/fr/les-symptomes-du-quatrieme-mois-de-grossesse>

[2] [https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.nestlebaby.ca/fr/les-symptomes-du-quatrieme-mois-de-grossesse&media=https://www.nestlebaby.ca/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/fourth\\_month\\_of\\_pregna](https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.nestlebaby.ca/fr/les-symptomes-du-quatrieme-mois-de-grossesse&media=https://www.nestlebaby.ca/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/fourth_month_of_pregna)  
symptômes du quatrième mois de grossesse

[3] <https://twitter.com/share?text=Les%20sympt%C3%B4mes%20du%20quatri%C3%A8me%20mois%20de%20grossesse&url=https://www.nestlebaby.ca/fr/les-symptomes-du-quatrieme-mois-de-grossesse>

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.nestlebaby.ca/fr/les-symptomes-du-quatrieme-mois-de-grossesse>

[5] <https://www.nestlebaby.ca/fr/printpdf/2805550>

[6] <https://www.nestlebaby.ca/fr/grossesse/deuxieme-trimestre/quoi-vous-attendre-au-cours-du-deuxieme-trimestre-chez-le-medecin>

[7] <https://www.nestlebaby.ca/fr/changements-physiques-et-hormonaux-durant-la-grossesse>

[8] <https://www.nestlebaby.ca/fr/examinons-de-plus-pres-le-guide-alimentaire-canadien>

[9] <https://www.nestlebaby.ca/fr/javascript%3A%3B>