

Les Grossesses gémellaires

Quelle est la fréquence des grossesses gémellaires ?

Les grossesses gémellaires représentent environ 1.6% des grossesses.

Grossesse bichoriale ou monochoriale ? Vrais ou faux jumeaux ?

Une grossesse bichoriale est une grossesse gémellaire pour laquelle les deux fœtus ont chacun un placenta et une poche séparées. Dans 90% des cas ce sont des faux jumeaux et dans 10% des vrais jumeaux. Une grossesse monochoriale est une grossesse gémellaire pour laquelle il y a un seul placenta pour les deux fœtus. Dans ce cas, il s'agit forcément de vrais jumeaux. Elle est habituellement biamniotique, c'est-à-dire que chaque fœtus se trouve dans une poche séparée. Très rarement, elle est monoamniotique, c'est-à-dire que les deux fœtus sont dans la même poche.

Les risques liés à une grossesse gémellaire

Les risques principaux d'une grossesse gémellaire sont l'accouchement prématuré et le retard de croissance intra-utérin, qui concernent chacun une grossesse gémellaire sur deux.

Les grossesses de jumeaux ont un risque plus élevé d'accouchement prématuré spontané parce que l'utérus, étant plus distendu par la présence de deux bébés, se contracte plus facilement en fin de grossesse.

D'autre part, l'équipe médicale est plus fréquemment amenée à décider de faire naître les enfants prématurément, avant 37 semaines d'aménorrhée (SA) en raison de complications chez la mère ou chez un fœtus.

Dépistage de la trisomie 21

Le dépistage des anomalies chromosomiques, dont la trisomie 21, repose sur l'échographie, en particulier la mesure de la clarté nucale au premier trimestre (entre 11 SA et 13 SA+6j).

Les marqueurs sériques proposés habituellement pour les grossesses uniques, sont moins fiables en cas de jumeaux. Par conséquent ils ne sont pas recommandés sauf dans des cas particuliers.

Surveillance de la grossesse

Un suivi mensuel en consultation sera réalisé par un obstétricien.

Le suivi échographique sera tous les mois en cas de grossesse bichoriale et toutes les 2 semaines en cas de grossesse monochoriale.

En cas croissance insuffisante d'un des jumeaux, ou de menace d'accouchement prématuré, une surveillance rapprochée sera instituée et une sage-femme réalisera des monitorings (enregistrement du rythme cardiaque foetal) des fœtus.

Une surveillance systématique par des monitorings est souvent prescrite en fin de grossesse.

Les complications spécifiques d'une grossesse monochoriale

Du fait que les fœtus partagent le même placenta, il existe des échanges de sang entre eux. Habituellement, ces échanges sont équilibrés et il n'y a aucune conséquence.

Dans 15% des cas, il existe un syndrome transfuseur-transfusé. Il s'agit d'un déséquilibre des échanges où un fœtus reçoit plus de sang que l'autre, tandis que l'autre a moins de sang et présente une anémie.

Les échographies toutes les deux semaines permettent de détecter les premiers signes et pouvoir traiter si besoin.

Comment diminuer le risque d'accouchement prématuré ?

La première mesure de prévention est le repos relatif.

Le congé maternité est de 12 semaines contre 6 semaines en cas de grossesse simple. Il débute donc à 29 semaines d'aménorrhée (6 mois et 1 semaine).

Il est fréquent d'arrêter plus tôt les patientes en cas de signe d'appel (col modifié à l'échographie ou au toucher vaginal ; contractions utérines) ou d'activité jugée à risque par votre médecin.

Il n'y a malheureusement pas de traitement préventif qui ait montré une efficacité préventive en cas de grossesse gémellaire.

L'accouchement

En cas de grossesse gémellaire normale, l'accouchement sera envisagé à partir de 37 ou 38 SA sans dépasser 40 SA. Un déclenchement est fréquemment proposé.

La césarienne n'est pas systématique. On proposera un accouchement par voie basse aussi souvent que possible. La décision tiendra compte de vos antécédents obstétricaux, du déroulement de votre grossesse, du poids estimé de chacun des fœtus et (si vous n'avez pas eu d'autres accouchements) des mesures de votre bassin par un scanner.

N'hésitez pas à aborder la question avec votre médecin qui vous expliquera comment la décision sera prise.