

Pris au moins 1 mois avant la conception du bébé, l'acide folique réduit fortement le risque de certaines malformations rares mais graves comme le spina bifida.

Il est sans danger et peut éviter la naissance d'un bébé handicapé ou d'avoir à envisager une interruption de grossesse.

☛ Pensez-y avant :

Informez-vous auprès de votre médecin ou de votre pharmacien.

**Désir d'enfant :
Penser à
l'acide folique
ou vitamine B9**

Approximés

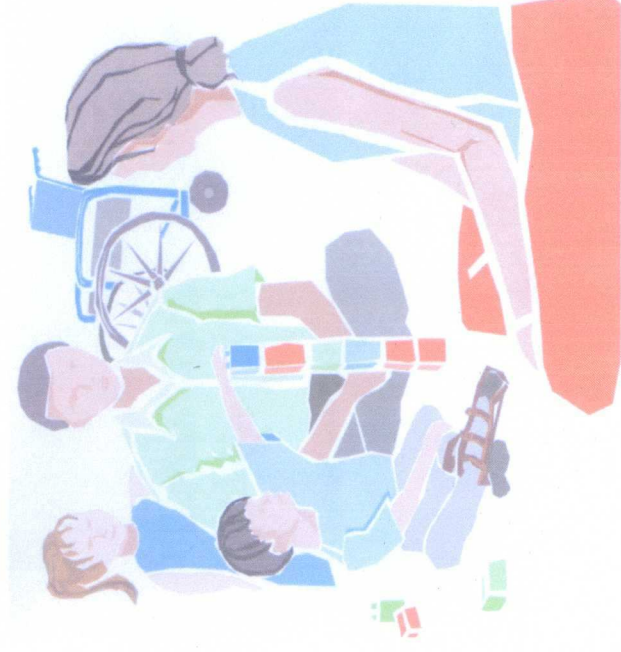
2, Rue de l'Hôtel-Dieu
CS 26419

35064 Rennes Cedex

☎ : 02 23 20 75 91

Fax : 02 99 87 34 08

e-mail : infproximed@apimed.asso.fr



Qu'est-ce que l'acide folique ?

L'acide folique est une vitamine du groupe B. Elle est essentielle au développement normal du tube neural qui forme, au cours des quatre premières semaines de grossesse, la colonne vertébrale, le cerveau et le crâne du futur bébé.

L'acide folique pris avant d'être enceinte réduit le risque de malformations rares mais graves du tube neural.

L'acide folique est remboursable par la Sécurité Sociale. Votre médecin ou votre pharmacien peuvent vous les conseiller.

Quels sont les facteurs et la fréquence du risque ?

Toutes les femmes sont concernées.

Ces anomalies surviennent de façon imprévisible et affectent 1 grossesse sur 1000 en France, mais 2 fois plus en Bretagne (soit 4 fois plus souvent que la mucoviscidose).

Le risque est plus important dans les familles déjà touchées, et pour une femme qui a été affectée lors d'une précédente grossesse.

Certains médicaments utilisés dans le traitement des épilepsies augmentent également fortement le risque.

Comment prendre les comprimés d'acide folique ?

Le Ministère de la Santé et les spécialistes recommandent aujourd'hui :

► Chez toutes les femmes désirant un enfant, 1 comprimé par jour d'acide folique à 0,4 mg, au moins 1 mois avant la conception et jusqu'au 3^{ème} mois de grossesse.

► En cas d'antécédents personnels ou familiaux ou de traitements antiépileptiques, 1 comprimé par jour d'acide folique à 5 mg sur la même période.

Aussi longtemps que la grossesse n'est pas confirmée, il est nécessaire de maintenir la prise des comprimés, puis de poursuivre jusqu'au 3^{ème} mois.

Qu'entend-on par anomalies de fermeture du tube neural ?

Les anomalies de fermeture du tube neural sont des malformations congénitales qui se produisent dès le 1^{er} mois de grossesse, avant-même qu'elle ne soit connue.

On ne peut les dépister à l'échographie qu'à partir du 3^{ème} ou du 4^{ème} mois.

Ces malformations peuvent aboutir à la mort du bébé peu après sa naissance, à une infirmité qui persistera toute sa vie (paraplégie, etc.), ou à devoir envisager une interruption thérapeutique de grossesse.

Les comprimés d'acide folique avant la conception réduisent le risque.

Une alimentation, même bien équilibrée, n'apporte pas les quantités nécessaires d'acide folique pour prévenir ces anomalies. Il est donc nécessaire de prendre l'acide folique sous forme de comprimés.

Sans être totalement efficace, la supplémentation en acide folique réduit le risque de plus de 70 %.

Elle pourrait réduire aussi d'autres malformations, cardiaques ou le "bec de lièvre" par exemple.

L'acide folique est sans danger.

Aux doses recommandées, la prise d'acide folique est sans danger pour le bébé ou la femme.

On ne connaît pas d'effets indésirables particuliers ni de contre-indications à la prise d'acide folique aux doses recommandées, à l'exception de très rares cas d'allergies. L'acide folique ne stimule pas l'appétit et n'augmente pas, non plus, la prise de poids pendant la grossesse.

Il est sans danger pour le bébé.