

La plupart des femmes sont concernées par des **nausées et/ou vomissements** durant leur grossesse (1<sup>er</sup> trimestre +++).  
Surviennent sans horaire particulier et persistent souvent au cours de la journée.



Consultation  
médicale  
recommandée

Oui

Autres  
symptômes  
associés ?

Non

- Vomissements > 3x/j, perte de poids > 3 kg ou 5% du poids d'avant grossesse (vomissements dits incoercibles)
- Difficultés à s'alimenter
- Déshydratation
- Diarrhée
- Fièvre
- HTA, céphalées, troubles visuels, douleurs thoraciques ou hépatiques

## Mesures hygiéno-diététiques

- Fractionner les repas en 5 à 6 collations (ne pas sauter de repas)
- Préférer des aliments appétissants et bien tolérés
- Augmenter les apports hydriques
- Préférer des repas riches en protéines et éviter les aliments gras et épicés
- Favoriser les aliments riches en potassium (banane, raisin, orange, avocat)
- Préférer des boissons et aliments froids
- Éviter les odeurs susceptibles de provoquer des nausées
- Éviter de s'allonger juste après un repas
- Arrêter le tabac

+/-

## Traitement non médicamenteux

- **Gingembre** : *maximum 1 g/jour répartis en 2 à 4 prises*
- **Acupression** du point P6

**Point P6** ou « point de Neiguan », situé à une distance de trois doigts du poignet, entre les deux tendons



Si nausées et vomissements mal tolérés

## Traitement médicamenteux

**Doxylamine**  
15 mg 3 à 4 fois par jour  
+ **Vitamine B6** (pyridoxine)  
250 mg 1 à 4 fois par jour

Pas d'AMM en France mais AMM au Canada et aux Etats-Unis

En l'absence d'amélioration

## Doxylamine

Mécanisme d'action : antihistaminique anti-H1

Posologie et administration :

15 mg 3 à 4 fois par jour

Effets indésirables : somnolence, sécheresse buccale, constipation



**Conduite automobile et utilisation de machines (somnolence diurne)**



quel que soit le terme de la grossesse

## Métoclopramide

**Sur prescription médicale**

Mécanisme d'action : antagoniste dopaminergique

Posologie et administration :

10 mg 3 fois par jour

Effets indésirables : somnolence, syndromes extrapyramidaux, dyskinésies, torsades de pointes, convulsions



quel que soit le terme de la grossesse