

# FICHE 1 : L'HYPERÉMÈSE GRAVIDIQUE ET LE TRAVAIL

## PRÉSENTATION :

---

« La grossesse n'est pas une maladie, mais peut le devenir. »

Accueillir une salariée enceinte dans votre entreprise est une étape importante et parfois délicate, surtout lorsqu'elle fait face à des complications comme l'hyperémèse gravidique. Il est crucial de garder à l'esprit qu'un jour, l'une ou l'autre de vos salariées pourrait être confrontée à une grossesse pathologique.

Cette fiche a pour but de vous informer sur cette pathologie, d'en expliquer les conséquences potentielles sur le travail et de proposer des solutions pour soutenir efficacement votre salariée.

**L'hyperémèse gravidique** est une pathologie qui se manifeste notamment par des nausées et des vomissements sévères pendant la grossesse.



### Les nausées et vomissements bénins de la grossesse

Entre 50 à 80%<sup>1</sup> des femmes enceintes souffrent de nausées et de vomissements, ce qui peut avoir un impact sur leur quotidien. Ces symptômes ainsi que la fatigue sont caractéristiques du premier trimestre<sup>2</sup> de la grossesse.

Bien que désagréable et nécessitant parfois certaines adaptations au travail, ces NVG<sup>3</sup> ne compromettent pas la santé de la mère et de l'enfant.

### L'hyperémèse gravidique

Quand les nausées et vomissements deviennent sévères, résistants aux traitements habituels et sont accompagnés d'une perte de poids, d'une fatigue extrême, de signes de déshydratation, de malnutrition, d'un score PUQE<sup>4</sup>  $\geq 7$ , etc. on parle alors d'hyperémèse gravidique.

La grossesse qui était jusqu'alors physiologique, devient subitement pathologique.

---

<sup>1</sup> Delbot, A. (2023, 19 décembre). Grossesse : l'origine biologique des nausées et vomissements. France Culture. <https://www.radiofrance.fr/franceculture/podcasts/avec-sciences/grossesse-l-origine-biologique-des-nausees-et-vomissements-4111683>

<sup>2</sup> Fatigue et grossesse : comment être moins fatiguée ? (2024, 16 avril). Santé Magazine. <https://www.santemagazine.fr/grossesse/grossesse-et-sante/grossesse-pourquoi-est-on-fatiguee-et-que-faire-893068>

<sup>3</sup> Nausées et vomissements de la grossesse

<sup>4</sup> The Pregnancy-Unique Quantification of Emesis and vomiting : Outil permettant d'évaluer médicalement la sévérité des nausées et des vomissements de la grossesse. *Faites le test ! | Hyperemesis Belgium.* (s. d.). <https://www.hyperemesisbelgium.be/faites-le-test>

## **PRÉVALENCE :**

Cette pathologie<sup>5</sup> toucherait en moyenne 3%<sup>6</sup> des femmes enceintes, cela représenterait en moyenne 3400<sup>7</sup> femmes par an en Belgique. Ce chiffre est très certainement sous-estimé.

## **GROSSESSE PATHOLOGIQUE :**

L'hyperémèse gravidique au même titre que la prééclampsie, la cholestase gravidique, diabète gestationnel, etc. transforme la grossesse qui est physiologique en grossesse pathologique.

## **CAUSES :**

En décembre 2023, une étude scientifique a établi un lien de la causalité entre l'hyperémèse gravidique et une hormone (GDF15) produite par le fœtus. Les recherches antérieures avaient déjà mis en avant cette hormone comme une des principales responsables des nausées et vomissements de la femme enceinte. Certaines femmes plus sensibles à cette hormone peuvent développer l'hyperémèse gravidique

Même s'il n'existe aucun traitement curatif à ce jour, il existe des traitements symptomatiques permettant parfois d'améliorer la qualité de vie de votre salariée.

## **L'HYPERÉMÈSE GRAVIDIQUE DIFFÉRENTES PHASES :**

L'hyperémèse gravidique varie d'une femme à l'autre et peut se manifester avec des degrés de sévérité différents. Cette maladie se développe généralement très tôt dans la grossesse, aux alentours de la 6<sup>ème</sup> semaine<sup>8</sup> d'aménorrhée entraînant parfois des absences précoces.

Un pic des symptômes survient généralement aux alentours de la 9<sup>ème</sup> semaine.

L'hyperémèse gravidique peut connaître une amélioration après le premier trimestre, mais cela ne s'applique pas à toutes les femmes. Pour certaines, les symptômes peuvent persister jusqu'à l'accouchement. Les symptômes disparaissent avec la naissance du bébé.

---

<sup>5</sup> Toutes sévérités confondues

<sup>6</sup> *Heather - Pregnancy & hyperemesis*. (s. d.). MAM Baby. <https://www.mambaby.com/es-latam/mam-magazine/pathtoparenthood/heather-pregnancy-hyperemesis/>

<sup>7</sup> *Naissances | Statbel*. (s. d.). <https://statbel.fgov.be/fr/themes/population/mouvement-de-la-population/naissances>. Calcul effectué sur la moyenne 113.861 naissances (moyenne entre 2020 et 2023) multipliée par 0,03 de femmes qui seraient atteintes d'hyperémèse gravidique en Belgique = 3413,84.

<sup>8</sup> Dulay, A. T. (2024b, mars 6). *Hyperemesis gravidarum*. Édition Professionnelle du Manuel MSD. <https://www.msmanuals.com/fr/professional/gynecologie-et-obstetrique/complications-prénatales/hyperemesis-gravidarum>

# L'HYPERÉMÈSE GRAVIDIQUE, QUELLES CONSÉQUENCES SUR LE TRAVAIL ?

---

- **Absences** : La grossesse même non pathologique nécessite plusieurs rendez-vous chez l'obstétricien, dans le cas de l'hyperémèse gravidique, les rendez-vous peuvent être nombreux et réguliers et provoquer des absences fréquentes. C'est la 1<sup>ère</sup> cause d'hospitalisation lors du premier trimestre de grossesse.
- **Productivité** : Dans ces conditions, même lorsque la travailleuse est présente avec un traitement médicamenteux adéquat, elle peut rencontrer des difficultés notables à effectuer les tâches qui lui incombent en raison de la fatigue provoquée par la pathologie, les traitements et les NVG<sup>9</sup>.
- **Aménagements** : Cependant, cette situation est temporaire et peut être gérée avec des ajustements appropriés.

## Comment puis-je soutenir ma salariée ?

En tant qu'employeur, votre compréhension et votre soutien peuvent faire une grande différence. Voici quelques mesures que vous pouvez envisager :

1. **Communiquer ouvertement** : Discutez des besoins spécifiques avec votre salariée et restez flexible.

### 2. Aménagements possibles :

- Adapter les horaires de travail.
- Proposer le télétravail si possible.
- Alléger temporairement la charge de travail.
- Permettre à la salariée de s'alimenter selon ses besoins.
- Positionner son poste de travail à proximité des sanitaires.
- Proposer un espace de travail calme, tout en veillant à éviter les odeurs fortes dans les locaux qui pourraient déclencher des nausées et des vomissements.

3. **Reconnaître les droits** : L'hyperémèse gravidique est une condition médicale reconnue. Votre salariée pourrait être en congé maladie sur avis médical.

4. **Influence sur les rapports professionnels** : Les salariés peuvent craindre leur reprise du travail après une série d'absences ou une absence prolongée, redoutant les remarques de leurs collègues. L'insuffisance de sensibilisation<sup>10</sup> peut provoquer des frictions rendant la réintégration plus complexe.

5. **Un retour réussi** : Avec le consentement de votre employée, sensibilisez vos employés à l'hyperémèse gravidique pour prévenir les stéréotypes négatifs.

---

<sup>9</sup> Abréviation : Nausée et vomissement de la grossesse

<sup>10</sup> Affiches pour les employeurs : <https://www.hyperemesisbelgium.be/documentation> et voir le point « Aides et ressources ».

Favoriser l'entraide entre collègues pour renforcer la cohésion de vos équipes et faire en sorte que votre collaboratrice se sente accompagnée et appréciée durant cette période complexe.

### Quelques Points Rassurants

- L'hyperémèse gravidique est une pathologie temporaire. La plupart des femmes retrouvent la santé au cours de leur grossesse.
- Avec des soins appropriés et votre soutien, votre salariée pourra surmonter cette épreuve.
- Votre empathie et votre flexibilité reflètent un management humain et bienveillant.

### Plus d'informations :

Si vous souhaitez en savoir plus sur cette condition ou obtenir des conseils sur la gestion des besoins de votre salariée, n'hésitez pas à consulter des ressources médicales fiables ou à échanger avec un professionnel de santé.

### Aides et ressources :

---

Vous pouvez contacter l'association Hyperemesis Belgium ou orienter votre salariée vers cette association de patientes qui pourra la soutenir émotionnellement et lui transmettre un maximum d'informations.

Courriel : [Hyperemesis@outlook.be](mailto:Hyperemesis@outlook.be)  
Téléphone : 0487 678 435  
Website : <https://www.hyperemesisbelgium.be>



## Bibliographie :

---

- HOME | Hyperemesis Belgium | ASBL | hyperémèse gravidique. (s. d.). Hyperemesis Belgium. <https://www.hyperemesisbelgium.be/>
- Partenamut. (2023, 17 mars). Des nausées à l'hyperémèse gravidique. Partenamut. <https://www.partenamut.be/fr/blog-sante-et-bien-etre/grossesse-et-naissance/grossesse/nausees-hyperemese-gravidique>
- *Les nausées et les vomissements durant la grossesse.* (s. d.). <https://naitreetgrandir.com/fr/grossesse/trimestre1/nausees-vomissements-durant-grossesse/>
- Dulay, A. T. (2024, 6 mars). Hyperemesis gravidarum. Édition Professionnelle du Manuel MSD. <https://urls.fr/M127Sz>
- Une hormone produite par le fœtus expliquerait les nausées pendant la grossesse. (s. d.). Le Spécialiste. <https://www.lespecialiste.be/fr/actualites/une-hormone-produite-par-le-foetus-expliquerait-les-nausees-pendant-la-grossesse.html>
- Deruelle P, Sentilhes L, Ghesquière L, Desbrière R, Ducarme G, Attali A and all. Consensus formalisé d'experts du Collège national des gynécologues et obstétriciens français: prise en charge des nausées et vomissements gravidique et de l'hyperémèse gravidique. *Gynécologie Obstétrique Fertilité et Sénologie* 50(2022):700-711.
- National Library of medicine. Hyperemesis gravidarum. Site internet : Medline. Bethesda (USA) ; 2021
- Gynécologie Obstétrique & Fertilité - Volume 35, Issue 6, June 2007, Pages 565-569 <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1297958907002160?via%3Dihub>
- Delbot, A. (2023, 19 décembre). Grossesse : l'origine biologique des nausées et vomissements. France Culture. <https://www.radiofrance.fr/franceculture/podcasts/avec-sciences/grossesse-l-origine-biologique-des-nausees-et-vomissements-4111683>
- Fatigue et grossesse : comment être moins fatiguée ? (2024, 16 avril). Santé Magazine. <https://www.santemagazine.fr/grossesse/grossesse-et-sante/grossesse-pourquoi-est-on-fatiguee-et-que-faire-893068>
- Heather - Pregnancy & hyperemesis. (s. d.). MAM Baby. <https://www.mambaby.com/es-latam/mam-magazine/pathtoparenthood/heather-pregnancy-hyperemesis/>
- Naissances | Statbel. (s. d.). <https://statbel.fgov.be/fr/themes/population/mouvement-de-la-population/naissances>.
- *Nausées et vomissements au cours de la grossesse : que faire ?* (2025, 26 février). Ameli.fr. <https://www.ameli.fr/assure/sante/themes/nausees-et-vomissements-pendant-la-grossesse/nausees-vomissements-que-faire>