Prudence, g**rossesse !**

Peut varier d’une patiente à l’autre en fonction de son état sérologique :

1. Stop tabac, stop drogues
2. Stop certains médicaments
3. Pas d’alcool
4. Pas de viande crue : **Listériose et toxoplasmose**
5. Pas de charcuterie : **toxoplasmose**
6. Pas de rillettes ni de pâtés : **listériose**
7. Pas de foie : **listériose**
8. Pas de poissons crus (sushis) : **listériose**
9. Huîtres : **listériose**
10. Bien cuire les œufs :  **listériose**
11. Pas de lait cru (fromages râpés, fromages à pâte molle comme le camembert, les croûtes des fromages, glaces,…) : **listériose**
12. Bien laver les légumes (salades,…) : **toxoplasmose**
13. Bien cuire les légumes : t**oxoplasmose**
14. Ne pas s’approcher des chats (surtout la litière) : **toxoplasmose**
15. Ne pas s’approcher des enfants malades : **cytomégalovirus (CMV)**
16. Avertir le gynécologue en cas d’herpès **génital**
17. Demander au médecin avant de prendre un médicament.
    1. SONT INTERDITS : **ANTI-INFLAMMATOIRES (ibuprofene), motilium, …**
    2. SONT AUTORISES : **paracetamol**