



[Centre Hospitalier Universitaire de Rennes \(Retour à la page d'accueil\)](#)

## PRÉVENTION

# « Je pense bébé, je pense B9 ! » une campagne de sensibilisation à la prise de vitamine B9 pour prévenir le risque de malformations

Publié le mardi 08 octobre 2019

Le CHU de Rennes lance une campagne de sensibilisation et d'information pour encourager chez les futures mamans la prise de vitamine B9 avant et pendant la grossesse.

Prendre de la **vitamine B9** avant et pendant le 1<sup>er</sup> trimestre de la grossesse prévient le risque de spina bifida

Je pense bébé, je pense B9 !

CENTRE RENNES  
Spina-Bifida  
Dysraphismes  
C-HAYEM

Campagne de sensibilisation à la prise de vitamine B9

Cette campagne vise à sensibiliser et informer les femmes sur la prise de vitamine B9 qui permet de prévenir le Spina Bifida et autres malformations. Un message simple et préventif : « **Je pense bébé, je pense B9** », **prendre de la vitamine B9 avant et pendant le 1<sup>er</sup> trimestre de la grossesse prévient le risque de spina bifida.**

### Pourquoi la prise de vitamine B9 est importante ?

La vitamine B9 joue un rôle essentiel dans la production du matériel génétique (ADN, ARN) et des acides aminés nécessaires à la croissance cellulaire. Elle permet le bon développement du tube neural qui forme chez le bébé la colonne vertébrale, le crâne et le cerveau. Prise avant la conception et en début de grossesse, **elle diminue de 70 % le risque de malformations du type Spina Bifida** (malformations de la colonne vertébrale et du système nerveux). Or, à l'heure actuelle, seules 10 à 30% des femmes prendraient de la vitamine B9 avant la grossesse.

## Quelles sont les recommandations ?

**Il est recommandé à toute femme envisageant une grossesse, de prendre 0.4mg par jour de vitamine B9 au moins un mois avant le début de grossesse** (en pratique, AVANT l'arrêt de la contraception) et de poursuivre cette prise jusqu'à la fin du 2<sup>e</sup> mois de grossesse. Les professionnels espèrent que ces recommandations seront connues du plus grand nombre et pourront ainsi être transmises au sein des familles et de leur entourage pour une meilleure sensibilisation.

Tout projet de grossesse doit amener les femmes à consulter un professionnel de santé, médecin (gynécologue ou généraliste), pharmacien ou sage-femme.

## Qu'est-ce que le Spina Bifida ?

Chaque année en France, **le Spina Bifida touche près d' 1 grossesse sur 1000** : une malformation de la moelle épinière entraînant de graves conséquences pour le nouveau-né. Le Spina Bifida (dysraphisme) est une malformation grave du fœtus qui se développe lors des premiers jours de la grossesse. La fermeture du tube neural ne s'effectue pas de façon adaptée laissant à nu et sans protection le contenu de la colonne vertébrale (méninges, moelle épinière, racines nerveuses...). Cette anomalie a pour conséquence des paralysies, des pertes de sensibilité des membres, des incontinences et des troubles de l'apprentissage. Maladie complexe et handicapante, touchant plusieurs organes, elle requiert une expertise multidisciplinaire.

**Le CHU de Rennes est le centre de référence national de cette malformation de la colonne vertébrale.** Le CHU de Rennes a été labellisé Centre de Référence maladie rare pour le Spina Bifida en 2007 afin d'offrir une prise en charge plus adaptée aux patients.

> [Consulter le site internet du centre de référence Spina Bifida](#)

## Une vaste campagne de sensibilisation et d'information auprès des femmes sur le territoire de Rennes Métropole

À partir du 7 octobre et pendant un mois, ce message se décline sous plusieurs formats et sur plusieurs canaux :

- > Une campagne d'affichage grand format visible sur les abribus et dans la ville de Rennes ;
- > Une campagne digitale au plus près des femmes : le message de sensibilisation se décline sur les sites internet, forums et réseaux sociaux ;
- > Une information ciblée auprès des professionnels de santé (médecins généralistes, gynécologues-obstétriciens, sages-femmes) du territoire pour les sensibiliser aux recommandations actuelles en termes de supplémentation vitaminique en amont de la grossesse ;
- > Une enquête réalisée auprès de l'ensemble des professionnels du CHU.

> [L'affiche](#)  
> [Le flyer](#)

---

< PRÉCÉDENTE

TOUTES LES ACTUALITÉS

SUIVANTE >



---

CENTRE HOSPITALIER UNIVERSITAIRE DE RENNES

2 rue Henri Le Guilloux  
35033 Rennes cedex 9

Tél. : 02 99 28 43 21