

Port de la ceinture de sécurité pendant la grossesse

Dois-je porter ma ceinture de sécurité ?

- Oui. Porter correctement votre ceinture de sécurité est ce qu'il y a de plus important à faire pour garantir votre sécurité et celle de votre bébé.

Comment ma ceinture de sécurité doit-elle être ajustée ?

- Placez la ceinture abdominale sous la courbe de votre ventre afin qu'elle repose sur vos hanches.
- Portez la ceinture diagonale sur le côté de votre ventre et en diagonale au centre de votre poitrine et de votre clavicule.

Comment dois-je régler mon siège ?

- Asseyez-vous en inclinant le siège vers l'arrière pour laisser de l'espace entre votre ventre et le volant, mais assurez-vous que vos pieds atteignent suffisamment les freins du véhicule.
- Essayez de ne pas incliner le siège plus que nécessaire. Asseyez-vous dans une position verticale confortable.

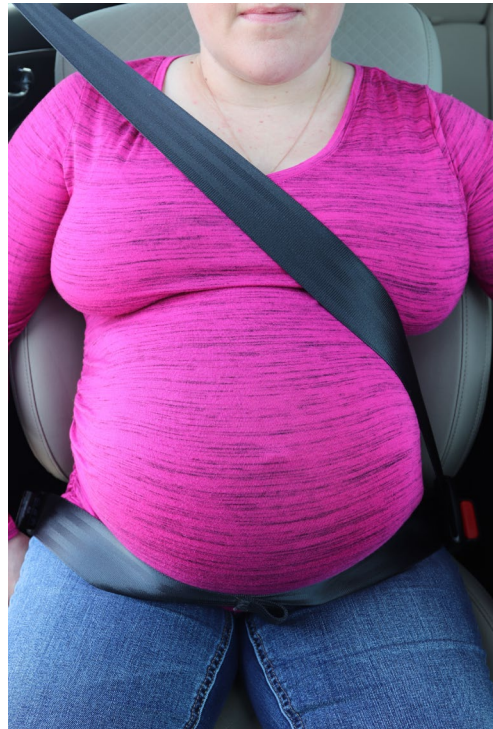
Que dois-je faire pour mes airbags ?

- Inclinez votre volant de façon à ce que l'airbag soit dirigé vers votre poitrine, et non vers votre ventre ou votre visage.
- Réglez votre siège de manière à garder un espace d'au moins 25 cm entre l'airbag et votre poitrine.

Que dois-je faire si je suis victime d'un accident ?

- Consultez immédiatement un médecin et prévenez votre prestataire de soins prénataux, même si vous ne vous sentez pas blessée.

Pour plus d'informations, rendez-vous sur www.hcpvs.org



Hudson Center
for Prenatal
Vehicle Safety

uchealth

Seat Belt Use During Pregnancy

Should I wear my seat belt?

- Yes. Wearing your seat belt properly is the most important thing you can do to keep you and your baby safe.

How should my seat belt fit?

- Place the lap belt under the curve of your belly so the belt rests on your hips.
- Wear the shoulder belt to the side of your belly and diagonally across the center of your chest and collar bone.

How should I adjust my seat?

- Sit back to provide space between your belly and the steering wheel, but be sure you can reach the pedals safely.
- Try not to recline the seat more than necessary. Sit in a comfortable upright position.

What should I do about my airbags?

- Tilt your steering wheel so the airbag is directed towards your chest, not your belly or your face.
- Adjust your seat to keep at least ten inches of space between the airbag and your chest.

What should I do if I am in a crash?

- Seek immediate medical attention and notify your prenatal care provider, even if you do not feel injured.

For more information, please visit www.hcpvs.org

