

Stages of Labor

As you near the birth of your baby, it is helpful to learn about the 3 stages of labor.

The First Stage of Labor

The first stage is the start of labor and lasts until the cervix is fully open at 10 centimeters. This is the longest stage of labor and can last 12 to 17 hours.

This stage is divided into early labor, active labor and transition.

1. During **early labor**, the cervix dilates from 0 to 3 centimeters. Contractions may last 30 to 60 seconds and occur every 5 to 20 minutes. There may be a pink, slightly bloody or mucous discharge from the vagina. Backache, nausea and diarrhea may also occur.
2. During **active labor**, the cervix dilates to about 7 centimeters. Contractions become stronger and longer, lasting about 1 minute and repeating every 2 to 4 minutes. Pain medicine may be given at this time.
3. During **transition**, the cervix dilates to 10 centimeters. Contractions are stronger and occur more often. Intense pressure in the lower back and rectum may be felt.

What you can do:

Relax between contractions. Use the breathing or relaxation techniques you learned in childbirth classes or ask your nurse for help. Do not push until you are told to do so.

Les stades du travail pendant l'accouchement

Lorsque votre accouchement est proche, il est utile de connaître les trois étapes du travail.

Le premier stade du travail

Le premier stade est le début du travail et se termine lorsque le col de l'utérus est totalement dilaté à 10 centimètres. Cette étape est la plus longue de l'accouchement, elle peut durer de 12 à 17 heures.

Ce stade est divisé en prétravail, travail actif et une période de transition.

1. Au début **de l'accouchement**, le col de l'utérus se dilate de 0 à 3 centimètres. Les contractions peuvent durer de 30 à 60 secondes et survenir toutes les 5 à 20 minutes. Il peut y avoir un écoulement rose, avec un peu de sang ou de mucus provenant du vagin. Des douleurs dorsales, des nausées et une diarrhée peuvent également survenir.
2. Durant **l'accouchement proprement dit**, le col de l'utérus se dilate à 7 centimètres. Les contractions deviennent plus fortes et plus longues, durent environ 1 minute et se répètent toutes les 2 à 4 minutes. On peut vous administrer des antalgiques à ce moment-là.
3. Durant **la transition**, le col de l'utérus se dilate à 10 centimètres. Les contractions sont plus intenses et surviennent plus fréquemment. Une pression intense dans le bas du dos et sur le rectum peut être ressentie.

Ce que vous pouvez faire :

Détendez-vous entre chaque contraction. Servez-vous des techniques de respiration ou de relaxation que vous avez apprises pendant les cours de préparation à l'accouchement ou demandez à votre infirmière de vous aider. Ne poussez pas avant que l'on vous dise de le faire.

What your partner can do:

Encourage and comfort. During early labor, help her change positions every 1 to 2 hours. Provide ice chips and lip balm. Use touch and massage. Use encouraging words.

The Second Stage of Labor

The second stage begins when the cervix is fully open and lasts until the baby is delivered, about 1 to 2 hours. During this time, staff will tell you when you can push and help support your body as you deliver your baby.

What you can do:

You will be encouraged to push with each contraction. You may be told to push more gently or to stop pushing at times.

What your partner can do:

Support her body during delivery. Encourage her and help her count while pushing.

The Third Stage of Labor

The third stage is the delivery of the afterbirth called the placenta. This is the shortest stage of labor, lasting 15 to 20 minutes.

What you and your partner can do:

Relax and enjoy this time with your baby.

Talk to the staff if you have any questions or concerns at any time during labor and delivery.

2007 – 1/2012 Health Information Translations

Unless otherwise stated, user may print or download information from www.healthinfotranslations.org for personal, non-commercial use only. The medical information found on this website should not be used in place of a consultation with your doctor or other health care provider. You should always seek the advice of your doctor or other qualified health care provider before you start or stop any treatment or with any questions you may have about a medical condition. The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health System, OhioHealth and Nationwide Children's Hospital are not responsible for injuries or damages you may incur as a result of your stopping medical treatment or your failure to obtain medical treatment.

Ce que peut faire le partenaire :

Encourager et rassurer. Lors du début de l'accouchement, aidez-la à changer de position toutes les 1 à 2 heures. Donnez-lui de la glace pilée et du baume à lèvres. Tenez-lui la main et massez-la. Dites-lui des mots d'encouragement.

Le deuxième stade du travail

La seconde étape commence quand le col de l'utérus est complètement ouvert, elle dure jusqu'à ce que le bébé soit sorti, ce qui prend environ 1 à 2 heures. À ce moment-là, le personnel vous dira à quel moment vous pouvez pousser et vous aidera à soutenir votre corps lorsque vous accoucherez.

Ce que vous pouvez faire :

On vous encouragera à pousser à chaque contraction. On pourra vous dire de pousser plus doucement ou d'arrêter de pousser de temps en temps.

Ce que peut faire le partenaire :

Soutenir son corps pendant qu'elle accouche. L'encourager et l'aider à compter lorsqu'elle pousse.

Le troisième stade du travail

Le troisième stade est l'expulsion de la délivrance appelée « placenta ». Cette étape de l'accouchement est la plus courte, elle dure de 15 à 20 minutes.

Ce que vous et votre partenaire pouvez faire :

Détendez-vous et profitez de ce moment avec votre bébé.

Adressez-vous au personnel médical si vous avez des questions ou des inquiétudes à n'importe quel moment pendant le travail et l'accouchement.

2007 – 1/2012 Health Information Translations

Unless otherwise stated, user may print or download information from www.healthinfotranslations.org for personal, non-commercial use only. The medical information found on this website should not be used in place of a consultation with your doctor or other health care provider. You should always seek the advice of your doctor or other qualified health care provider before you start or stop any treatment or with any questions you may have about a medical condition. The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health System, OhioHealth and Nationwide Children's Hospital are not responsible for injuries or damages you may incur as a result of your stopping medical treatment or your failure to obtain medical treatment.

Stages of Labor. French.