Zeitschrift: Schweizer Hebamme : offizielle Zeitschrift des Schweizerischen Hebammenverbandes = Sage-femme suisse : journal officiel de l'Association suisse des sages-femmes = Levatrice svizzera : giornale ufficiale dell'Associazione svizzera delle levatrici

Herausgeber: Schweizerischer Hebammenverband

Band: 102 (2004)

Heft: 12

Artikel: Préparation du corps er de l'esprit

Autor: Huguenin Marchon, Anouk

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-950132

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 17.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Témoignage d'une sage-femme indépendante

Préparation du corps et de l'esprit

Pratiquer des accouchements à domicile est pour moi le résultat d'un long cheminement professionnel et personnel. Si je n'avais écouté que ma raison, jamais je ne me serais lancée dans cette entreprise, considérée comme si hasardeuse et risquée par l'ensemble de nos pairs.

Anouk Huguenin Marchon

MON cheminement intérieur est peut-être comparable à celui de la femme qui décide d'accoucher à la maison. Il relève avant tout d'une profonde écoute de son intuition. La femme enceinte qui souhaite accoucher chez elle cherche, consciemment ou non, à garder la maîtrise de cet événement majeur. Certaines expriment aussi la crainte d'un accouchement hospitalier, soit suite à un précédent accouchement mal vécu dans ce milieu ou des peurs liées à sa propre naissance difficile, à des récits angoissants d'accouchements, etc.

En tant que sage-femme, l'accompagnement global – de la conception au post-partum – permet de retrouver une vision complète de la femme dans son environnement familial, ainsi que tous ses besoins. Cette situation nous permet d'apprendre à connaître la personne, de ressentir, au fur et à mesure des consultations, ses points forts et ses faiblesses, et celle-ci, mise en confiance, dévoile ses peurs, ses désirs profonds, ses blocages éventuels. A travers une écoute empathique de notre part, elle peut exprimer de nombreuses émotions souvent enfouies en elle. Déjà, nous pouvons l'aider à prendre conscience de tout son côté émotionnel. Là, se trouve tout le travail de préparation à la naissance: préparer le corps et l'esprit à ce passage qu'est la venue de son enfant, ainsi qu'à devenir parent.

Anouk Huguenin Marchon est sage-femme indépendante. Elle pratique les accouchements à domicile dans la région NE/JU/BE depuis 3 ans. Auparavant, elle a travaillé durant 12 ans à la Maternité Pourtalès, à Neuchâtel. Elle est mère de 3 enfants.

Accompagnement

Pour décider d'accoucher à domicile, auto-décision, conscience du risque et responsabilité, autant qu'autonomie et confiance de la part de la femme enceinte et de son conjoint sont des paramètres indispensables à ajouter à la situation physiologique.

Pour faire face à l'épreuve de l'accouchement et à la douleur, chez elle et donc sans moyens médicaux, la femme perçoit qu'elle devra puiser dans ses propres ressources, laisser le processus de vie agir en elle.

Notre rôle, déjà pendant la grossesse, est de la rassurer sur sa capacité à accoucher normalement, sans péridurale, sans toute la technique autour d'elle. Puis, durant la phase de travail, de l'aider à trouver la force en elle, à rester présente et concentrée à tout ce qu'elle ressent – corporellement et émotionnellement – tout en s'ouvrant et en s'abandonnant à cette puissante énergie de vie. Dans les moments de creux, de doutes ou de résurgence de peurs de la parturiente, la sage-femme doit évaluer la situation, proposer des moyens d'aide ou simplement rassurer par une parole, un geste, un regard.

Chacun de nos actes a alors une immense portée et doit être juste, car un seul mot ou une seule attitude a souvent une influence sur l'issue de l'accouchement… Pour pouvoir réellement aider la femme à avoir suffisamment confiance et à s'abandonner, la sage-femme doit se sentir également centrée, profondément calme et sereine. Dès le moment où, personnellement, je ressens un doute ou une inquiétude, je vérifie si tout se passe bien au niveau obstétrical, de la femme, de son bébé, éventuellement du père, de la ou des personnes présente(s) ou peut-être de moi-même… Puis, je dois faire en sorte que l'équilibre soit rétabli. Sinon, cela peut être le moment de prendre une décision importante, par exemple un transfert à l'hôpital. C'est pour moi la base d'un accouchement à la maison «réussi». Si la situation l'exige, nous devons accepter le précieux secours que nous offrent la technique, l'obstétrique et la collaboration avec les médecins, qui représentent une chance lorsque cela est judicieusement utilisé.

Environnement serein

Le climat environnant la naissance doit être créé par la femme, car c'est elle qui sait ce qui la sécurise. On peut suggérer une bougie, mais si ça ne lui parle pas personnellement, il est possible que cela ne serve à rien, voire que cela la bloque! C'est pourquoi je suggère simplement aux futurs parents de prévoir un endroit chaleureux pour accueillir leur bébé. Certaines femmes placeront des bougies, des images ou quelque chose qui ressemble à un rituel, car cela leur correspond, de nombreuses autres ne préparent rien de spécial, elles accouchent dans l'intimité de leur chez-soi, et ça leur suffit pour être elles-mêmes. Ainsi vécu, l'accouchement procure à la femme un sentiment de satisfaction et représente un puissant acte de guérison, de même qu'il contribue grandement au processus de transformation intérieur.

Le bébé est également au centre de notre attention! Sans développer tout le sujet, il est pour moi évident qu'il bénéficie hautement d'une naissance de qualité, il vient quand c'est le moment pour lui, dans une atmosphère paisible, exempte de stress, accueilli par une mère entièrement présente, et par tout l'entourage, avec beaucoup d'amour! Concrètement, je constate de manière générale des nouveau-nés beaucoup plus calmes dès leur naissance que ceux que j'ai rencontrés auparavant à la maternité.

Dans cette façon de pratiquer notre profession, peut-être renouons-nous avec les anciennes sages-femmes, celles qui accompagnaient les parturientes depuis la nuit des temps, avant l'ère moderne et la médecine allopathique, celles qui savaient, non d'un savoir scientifique, mais d'une source de sagesse universelle. De nos jours, nous avons l'opportunité de réunir toutes les connaissances issues de la science et de la technique avec cette sagesse éternelle en chacune de nous pour faire de ce beau métier un art, lui rendre ses lettres de noblesse et réhabiliter l'étymologie de *sage-femme*…

Relation avec le corps médical

L'accouchement à domicile suscite encore énormément de craintes et n'est en tout cas pas pris au sérieux dans le monde médical et hospitalier. Sages-femmes et parents sommes alors considérés comme des inconscients. Alors qu'en choisissant l'accouchement à la maison, nous avons simplement un point de vue différent du corps médical, et les visions différentes sont sou-

La femme qui souhaite accoucher chez elle sait qu'elle devra puiser dans ses propres ressources et laisser le processus de vie agir en elle. Le rôle de la sage-femme est aussi de la rassurer.

Photo: Corinne Meyer

vent source de conflits. Je pense que chacun, *de son point de vue*, a raison, ou ses raisons, mais qu'il faut apprendre à se défaire des préjugés et à accepter qu'il existe des besoins ainsi que des sensibilités différentes à respecter de part et d'autre!

Les réactions négatives des gynécologues ou des pédiatres sont encore monnaie courante, notamment face aux femmes enceintes lorsqu'elles leur annoncent vouloir accoucher à la maison. Certaines en ressortent catastrophées, après avoir reçu le message qu'elles sont irresponsables et que leur ait été dépeint les risques qu'elles encourent, ainsi que leur bébé. La plupart sont plus tempérés, lui signifiant qu'ils ne cautionnent pas ce type de décision, mais affirment respecter leur choix, en vérifiant qu'elles sont conscientes des risques potentiels. Une minorité d'entre eux, surtout de jeunes médecins ou des praticiens proches de la retraite, se montrent plus ouverts et respectent réellement leur choix, quand la situation leur paraît favorable, bien entendu.

Dans l'ensemble, j'ai été surprise de constater une bonne collaboration avec les médecins et que les femmes que j'envoie en consultation en maternité sont en général très bien accueillies. Ces transferts se font dans un esprit de bonne collaboration. De mon côté, je prône la clarté dans les suivis de grossesse, dans le choix de l'accouchement à la maison. Je transmets un rapport chaque fois que nécessaire au médecin concerné et notamment à l'issue de mon suivi. Je fais en sorte que les femmes se soient rendues avant l'accouchement dans la maternité proche de chez elles afin d'établir un dossier – cela ne peut se faire que dans un climat favorable!

Vision d'avenir

Faudrait-il diriger toutes les grossesses physiologiques vers une sage-femme indépendante en vue d'un accouchement à domicile? Cela me paraît irréaliste, actuellement. Les mentalités ne s'y prêtent pas, la population en général n'est absolument pas prête pour ce qu'elle considère encore comme un retour en arrière. Les femmes acceptent pour le moment docilement leur passivité lors d'un tel événement, elles préfèrent éclipser toute forme de douleur et d'épreuve. Dans les faits, elles ne sont pas encore conscientes de l'enjeu pour elles et leur bébé – également pour leur couple – d'une naissance active, pleine de vie et non anesthésiée. Elles ont aussi perdu confiance en leur corps, en leur capacité naturelle à donner la vie. Et puis surtout, elles ne savent plus qu'accoucher à la maison fait partie des choix possibles, que cela existe encore, que cela est tout à fait légal et même remboursé par les caisses-maladies.

Probablement devons-nous, sages-femmes hospitalières et indépendantes, cesser de ne voir que nos différences pour nous retrouver, réussir à nous unir pour ressentir le lien profond entre nous, quelle que soit la direction professionnelle que nous avons choisie. Ce lien est l'amour de notre métier, le sens de chacun nos actes de sage-femme.

Et nous, sages-femmes qui pratiquons les accouchements à domicile, avons intérêt à ne pas travailler en opposition avec le corps médical – cela crée automatiquement des résistances – mais simplement consciencieusement et le plus ouvertement possible, en transmettant autour de nous la valeur de notre travail. Un des premiers buts à atteindre, selon moi, est que l'on cesse d'avoir peur de l'accouchement à domicile dans notre société, et que cela devienne une option comme une autre pour toutes les femmes potentiellement concernées. Il serait judicieux par exemple qu'une information adaptée et neutre soit introduite dans tous les cours de préparation à la naissance, au même titre que la péridurale.

A chacune sa solution

A la fin d'un entretien avec un couple qui souhaite une information sur l'accouchement à domicile, je leur confie que pour moi, il n'y a pas une solution qui soit en elle-même meilleure ou plus juste que l'autre, mais que pour chaque personne une des possibilités est la plus adéquate et idéale à un moment donné de sa vie; que notre rôle est de l'informer le plus objectivement possible, sans l'influencer, et que la décision doit venir du plus profond d'elle-même. S'il y a une hésitation, je leur laisse prendre le temps de réfléchir, jusqu'à ce que la clarté leur vienne. Et effectivement, je constate ensuite que, quelle que soit la décision qu'ils aient prise, ils sont sûrs d'eux, se sentent plus autonomes, sans le sentiment d'avoir été conditionné. En général, ils ne vont pas regretter leur choix! Et si c'est l'accouchement à la maison qui a été décidé, ce choix intérieur est à mon sens un paramètre de plus pour que tout se passe au mieux. ◀