

La perte d'un enfant

Perdre un enfant in utero est un choc incommensurable pour les parents.

EN Suisse, environ une grossesse sur quatre ou cinq se termine par une fausse couche précoce. Il n'existe pas de chiffres exacts. Anna Margareta Neff Seitz, sage-femme et directrice de la Fachstelle Kindsverlust während Schwangerschaft, Geburt und ersten Lebenszeit (Centre de compétence Perte d'un enfant durant la grossesse, l'accouchement et le début de vie), à Berne, suppose qu'environ 20 000 futurs parents sont touchés annuellement par ce coup du sort. Par ailleurs, 395 cas de bébés morts-nés ont été recensés par l'Office fédéral de la statistique en 2021.

LES CAUSES

Anna Margareta Neff Seitz explique que, dans la moitié des cas de fausses couches ou d'enfants morts-nés, on ne trouve pas d'explication médicale. Il est possible que les problèmes remontent à la fécondation, empêchant la formation des organes et le dévelop-

pement sain du fœtus. L'une des causes les plus fréquentes est une déficience au niveau de la division des cellules au début de la grossesse ou du développement de l'enfant. Dans de rares cas, il arrive qu'une infection de la future maman entraîne une fausse couche. En principe, on ne cherche pas les causes des fausses couches précoces. C'est après plusieurs avortements spontanés seulement que l'on essaie de trouver les raisons de la mort précoce du fœtus.

Des problèmes au niveau de la barrière placentaire ou de la coagulation sanguine peuvent être à l'origine de l'accouchement d'un enfant mort. Souvent, les causes restent également inconnues lorsque l'enfant meurt dans la seconde partie de la grossesse.

SIGNES D'UNE FAUSSE COUCHE

Lorsqu'un enfant meurt dans le ventre de sa mère, les traces de la grossesse disparaissent généralement après quelque temps, notam-

ment les nausées et les tiraillements des seins. Suite à la baisse des hormones de grossesse, le ventre s'agit, de manière similaire aux troubles menstruels, et/ou des saignements vaginaux se produisent. Lorsque l'enfant qui se trouve encore dans le ventre de sa mère est mort, l'utérus commence à se contracter et le corps se prépare à l'accouchement. Selon la semaine de grossesse et le moment du diagnostic, cela peut aller jusqu'à six semaines avant que les saignements et les contractions ne commencent. Tous les saignements ne sont toutefois pas le signe d'une fausse couche. Selon Anna Margareta Neff Seitz, des saignements peuvent se produire, par exemple, lorsque le placenta se détache légèrement de l'utérus durant la croissance du fœtus.

QUE FAIRE EN CAS DE FAUSSE COUCHE PRÉCOCE?

En règle générale, il n'y a pas besoin d'agir à la hâte lorsqu'un enfant meurt dans le ventre de sa mère. Les futurs parents peuvent prendre le temps de gérer ce choc. Il est important qu'ils soient bien informés sur les diverses options et qu'une sage-femme, par exemple, leur apporte son soutien. Anna Margareta Neff Seitz trouve que «Les femmes doivent être à l'écoute de leur corps et pouvoir décider elles-mêmes des prochains pas.» Lors d'une fausse couche précoce, elles peuvent attendre que les contractions viennent naturellement. Il est également possible de les déclencher par voie médicamenteuse. Autre option: une opération avec curetage utérin, →

Une fausse couche est le pire cauchemar pour de nombreux couples.

Info

Définition: fausse couche et mort in utero

Lorsqu'un enfant meurt avant la fin de la 12^e semaine de grossesse, on parle de fausse couche précoce. Quand la perte de grossesse a lieu entre le début de la 13^e et avant la fin de la 22^e semaine de grossesse, c'est une fausse couche tardive. La mort fœtale in utero désigne le décès d'un enfant dans le ventre de sa mère après le début de la 23^e semaine de grossesse.

Le saviez-vous?

Jusqu'à la fin de la douzième semaine, une grossesse est encore considérée par la législation suisse comme une maladie. Le cas échéant, les femmes doivent participer aux coûts avec une franchise et une quote-part.

{Conseils}

pour une nouvelle grossesse

- Essayez de faire à nouveau confiance à votre corps, éventuellement à l'aide d'un accompagnement professionnel (sage-femme spécialisée, accompagnateur de deuil, thérapeute corporel, etc.)
- Soyez à l'écoute de votre corps pour trouver le bon moment pour tomber à nouveau enceinte.
- La récupération physique dure à peu près aussi longtemps que la grossesse elle-même.
- Dès le début d'une nouvelle grossesse, faites-vous accompagner par une sage-femme qui pourra vous apporter son soutien pour apaiser vos inquiétudes et vos peurs.

réalisée sous narcose partielle ou complète.

LES SIGNES D'UNE MORT IN UTERO

À partir de la vingtième semaine environ, les femmes enceintes sentent les mouvements de leur enfant. S'il ne bouge plus ou si leur ventre semble avoir changé, beaucoup de futures mamans s'inquiètent et demandent une échographie. Le cœur de leur enfant qui a cessé de battre plonge les futurs parents dans une terrible crise et ils agissent alors souvent sous état de choc. Anna Margareta Neff Seitz recommande aux parents de ne rien précipiter: «Il est essentiel qu'ils surmontent le premier choc et redeviennent eux-mêmes, et qu'ils ne cherchent pas à en finir au plus vite avec la perte de leur enfant.» Porter un enfant mort en étant suivie médicalement ne présente généralement pas de risque pour la santé.

LA CÉSARIENNE, UNE OPTION?

Il y a quelques années encore, on proposait une césarienne aux femmes qui devaient accoucher d'un bébé mort. «Heureusement, ce n'est plus le cas aujourd'hui», dit Anna Margareta Neff Seitz. On sait désormais que le fait de pouvoir décider eux-mêmes de la suite, d'avoir le temps de se remettre du choc et de laisser le temps au corps de la femme de déclencher l'accouchement aide les parents. Chaque accouchement, même celui d'un bébé mort in utero, déclenche des réactions hormonales qui peuvent se révéler utiles et bénéfiques pour les jours qui suivent ainsi que pour l'avenir.

CE DONT LES PARENTS ONT BESOIN

L'experte sait d'expérience que la douleur n'est pas moins grande lorsque l'enfant meurt précocement durant la grossesse. Ainsi, des remarques telles que «Sois contente qu'il soit mort si vite» peuvent être très blessantes. Une femme enceinte va devenir mère, quelle que soit la semaine où elle va accoucher. La sage-femme reconnaît toutefois que la mort fœtale peu avant terme est une situation différente car le lien avec le bébé est plus étroit. En raison de la taille du ventre, il est beaucoup plus présent. De plus, tout est déjà prêt pour son arrivée.

Une sage-femme peut soutenir les parents lors d'une fausse couche précoce ou d'une mort in utero et les accompagner dans le processus de deuil. Et que peut faire l'entourage des parents? Anna Margareta Neff Seitz recommande à la famille et aux ami-es ou aux connaissances qui ont appris la mort du bébé in utero de les traiter comme s'ils avaient perdu un enfant déjà né et de poser aussi des questions sur le bébé.

À ÉVITER

Souvent, l'entourage se sent dépassé en présence d'une fausse couche ou d'une mort in utero et n'est pas d'une grande aide. Pour les parents en deuil, il peut être blessant lorsque les gens font comme si de rien n'était, évitent le sujet ou commentent la perte avec des remarques qui minimisent la situation, comme «Il n'a pas encore vraiment commencé à vivre» ou «Tu en auras bientôt un autre». Des conseils bien intentionnés tels que «Essaie de retomber

très vite enceinte» ou «Tu dois rester positive» apportent une aide aussi vaine que les phrases toutes faites du genre «Le temps guérit toutes les blessures» ou des tentatives de donner du sens à cette épreuve «C'est la volonté de Dieu». La prise de sédatifs ou de somnifères sans ordonnance, la consommation d'alcool, la fuite dans le travail ou dans une activité frénétique peuvent également empêcher les parents de faire leur deuil. En revanche, la présence d'une personne à leurs côtés, qui leur redonne confiance sans donner trop de conseils, peut apporter une aide précieuse. Un tel soutien peut les aider à chercher en eux leurs propres ressources.

ET APRÈS?

Après une fausse couche, les parents ont droit, selon les employeurs, à trois jours de congé, prévus en cas de décès d'un parent proche. Anna Margareta Neff Seitz recommande aux mères et, selon la situation, aussi aux pères, de demander à la gynécologue ou au médecin de famille de les mettre en arrêt maladie en cas de mort périnatale afin de pouvoir prendre congé de l'enfant et accorder au deuil la place nécessaire.

Les mères ont droit au congé maternité de 14 semaines après une mort fœtale. Par contre, les pères ne peuvent pas bénéficier d'un congé paternité au vu de la loi actuelle. ☹

Bonne question ?

Faut-il annoncer aux frères et sœurs la mort du bébé in utero?

Oui, absolument. Les enfants devraient être informés aussi tôt que possible afin d'avoir une chance de comprendre ce qui se passe. Ils ont perdu un petit frère ou une petite sœur et veulent savoir la vérité. Les enfants ont un rapport naturel à la mort.

Céréales spécialement sélectionnées pour les bébés

Plus de 50% des besoins quotidiens en fer

Riche en vitamines A & C

Sans sucres ajoutés*, ni huile de palme

*Contient des sucres naturellement présent

Commandez vos échantillons

Nestlé Baby & me
UN BON DÉPART POUR L'AVENIR