

J'accouche bientôt et j'ai peur de la douleur

Maïtie Trélaïn

Préface du Dr Michel Odent

EXTRAIT

Introduction

Le thème de l'enfantement me passionne parce que je suis sage-femme, parce que je suis mère, parce que je suis femme. L'enfantement est indissociable de la notion de douleur. Dans le temps n'appelait-on pas les contractions les « douleurs » ? L'accouchement était le « mal joli » signifiant par là même que ce mal a quelque chose de spécifique, quelque chose qui ne permet pas de le comparer aux autres maux. Ce quelque chose, c'est simplement qu'il conduit à la naissance d'un enfant.

Sage-femme depuis juin 1981, je me suis toujours attachée dans ma pratique à accompagner les femmes, les couples au plus près de leurs désirs. Les aléas de la vie m'ont amenée, par hasard, à revivre ma naissance. J'ai ressenti très intensément le contact des mains de la sage-femme qui cherchait à m'extraire du corps de ma mère en tournant ma tête dans tous les sens. Je suis née très en colère contre elle, car elle m'avait perturbée dans ma naissance, m'empêchant même de m'extraire moi-même du passage étroit dans lequel j'étais. Est-ce cela qui m'a conduite vers ce métier ?

Mon parcours professionnel a débuté auprès de Mme Camillieri, exerçant à Grasse dans une petite clinique de sages-femmes. Le médecin était sous son autorité. J'ai assisté à mes premiers accouchements. Ils étaient simples, la sage-femme utilisait son bon sens pour accompagner ces femmes. La technologie n'avait pas encore envahi ce moment.

Puis j'ai fait mes études à Dijon. Désillusion pour moi : ce que j'apprenais n'avait rien à voir avec ce que j'imaginai de ce métier. J'en ai profité pour aller régulièrement à la maternité de Pithiviers où travaillait Michel Odent¹. Ces rencontres me confortaient dans le choix que j'avais fait : devenir une sage-femme accompagnant les femmes pour leur donner la possibilité de mettre au monde, grâce à leurs compétences, leur enfant.

J'ai travaillé pendant dix ans dans une clinique alternative de la région lyonnaise. Alternative car l'équipe médicale était sensible aux apports de Frédérique Leboyer² et cherchait à accueillir en douceur le nouveau né. Elle s'inspirait également des travaux de Michel Odent : les mères qui le souhaitaient pouvaient mettre au monde leur enfant en s'aidant de différentes positions ; l'utilisation de l'eau était fréquente : sous forme de douches les premières années, puis dans une grande baignoire à partir de 1987. Dès mes premières gardes, j'ai commencé à remettre en question ma pratique étudiante, à proposer aux femmes d'autres positions, à ne plus faire d'épisiotomies systématiques, à respecter une poche des eaux, à chercher ailleurs que dans une perfusion d'ocytocine le moyen de faire avancer les accouchements lents. Je découvrais ainsi les conditions qui permettaient aux femmes de lâcher prise et de s'ouvrir au passage de leur enfant.

¹ Chirurgien à la maternité de Pithiviers et chercheur. Fondateur du Centre de Recherche en Santé Primale à Londres. Il a remis en question les conditions de la naissance en mettant en avant les compétences de la mère et de l'enfant.

² Obstétricien auteur entre autres du livre *Pour une naissance sans violence* – Ed. Seuil, (1974).

Mais, dès 1985, la technologie est devenue la règle : accélération des accouchements, déclenchements, analgésie péridurale... Je suis devenue oiseau de nuit, afin de partager encore un peu la richesse de naissances simples et spontanées.

La vie m'a donné la joie d'avoir deux enfants. La naissance de mon premier né m'a appris qu'il était difficile d'être à la fois sage-femme et mère. L'accouchement a été long même s'il s'est fait spontanément. Mon désir d'accouchement à domicile ne s'est pas réalisé. Je découvrais que mon savoir théorique ne faisait pas l'affaire, qu'il générait des peurs (peurs des complications que je connaissais trop bien). Ces peurs encombraient la femme et l'empêchaient de devenir mère.

La naissance de ma fille (ma deuxième née), par sa spontanéité, m'a appris les compétences des mères : ce savoir inné et instinctif qui me certifiait que ce que je faisais était juste et que tout allait bien, même si aucune sage-femme n'était là pour me le confirmer (en effet ma fille a été plus rapide qu'elles). Je l'avais lu dans les livres de Michel Odent³, mais personne ne m'en avait parlé pendant mes études. Riche de cette découverte, il m'était impossible de retourner travailler dans des structures où les protocoles systématiques effaçaient l'individualité, où la peur de la pathologie amenait le non respect de la physiologie et induisait parfois ce qu'elle redoutait, à savoir la pathologie. Mais je ne pouvais pas non plus me taire. J'avais envie de permettre aux femmes de découvrir cette force qui est en elles, ces compétences de mère.

J'ai alors fait le pas de m'installer en libéral et de pratiquer l'accompagnement global de la naissance. Je proposais le suivi médical de la grossesse, la préparation à l'accouchement, l'accouchement à domicile ou en maternité, les suites de couches et l'accompagnement de la naissance de la famille pendant le temps nécessaire. J'avais l'impression, pendant tous ces mois, d'accompagner la femme dans son ouverture pour devenir mère de cet enfant qu'elle portait, puis de l'accompagner dans la fermeture pour se retrouver femme dans les années qui suivaient. J'ai alors découvert mon métier : être celle qui accompagne la femme, le couple, la famille dans une période de grand bouleversement, de vulnérabilité, non pas pour leur faire prendre le virage qui se dessine devant eux, mais pour être le garde fou, veillant à ce qu'ils ne quittent pas la route et ne se mettent pas en danger. Etre sage-femme, c'est aussi savoir créer un espace de confiance afin qu'ils m'autorisent à rentrer dans leur intimité, condition primordiale pour que je les aide à trouver leur solution, les accompagner vers l'autonomie et savoir me retirer discrètement lorsque ma présence n'est plus utile. Etre sage-femme, c'est accepter qu'il n'y ait aucune règle en matière d'enfantement, car chaque femme est unique. C'est apprendre à me laisser enseigner par les parents et par les bébés. Etre sage-femme, c'est être comme de l'eau qui s'adapte au lieu où elle coule, au récipient dans lequel on la met. Ce n'est pas pour cela qu'elle perd sa spécificité. Mais être sage-femme c'est aussi développer une extrême vigilance afin de savoir quand on peut laisser faire et quand il convient d'agir afin de maintenir mère et bébé dans la sécurité. Ne pas agir trop tôt, ni trop tard et surtout ne pas nuire.

La sage-femme, c'est celle qui a le savoir des femmes. On ne trouve pas ce savoir dans les livres, mais dans les femmes. Il se transmet de femme en femme et évolue avec chacune d'elle.

Cette pratique m'a amenée à accompagner les femmes dans la douleur, à les préparer à la rencontrer. C'est ce qui impulse l'écriture de ce livre.

³ *La genèse de l'homme écologique* aux éd.Epi, (1979) et *Votre enfant est le plus beau des mammifères* aux éd. Albin Michel, (2000)