

Témoignage d'un retour précoce ou HAD

Le 20 juillet prochain, cela fera tout juste 3 ans que j'aurai accouché de mon second enfant, Timothée KELLER, né à l'Hôpital de Saverne en 2004, de façon naturelle, sans péridurale, ni ocytocine de synthèse... comme je le souhaitais.

J'avais préparé cet accouchement comme on se prépare à un véritable concours sportif, avec non pas un mais deux entraîneurs (oserais-je dire « entraîneuses » ?), deux sages-femmes libérales : Elisabeth et Brigitte, un directeur sportif : le chef de service de gynécologie-obstétrique et un directeur « adjoint » : le chef de service de pédiatrie. J'avoue que le choix de ces deux co-directeurs fut loin d'être anodin et qu'ayant déjà ma petite idée en tête, je les avais choisis en fonction de mon projet d'accouchement. Je tissais déjà ma stratégie !

Pour compléter cette fine équipe, j'avais surtout un super coéquipier : mon mari Dominique, grand sportif et fils d'éleveur : « J'en ai vu, moi, des vaches mettre bas ! » Il avait d'ailleurs une revanche à prendre sur le premier tournoi, car il s'était inopinément évanoui en pleine expulsion du... bébé par le siège ! Impressionné par les fesses bleues de sa fille Valentine, qui n'avait d'ailleurs rien d'un veau. Il était donc essentiel, pour lui comme pour moi, qu'il soit présent mais surtout actif et impliqué lors de ce second challenge. J'avais eu droit la première fois à une magnifique rachianesthésie obligatoire et n'avait donc pas vraiment eu la sensation d'avoir moi-même accouché notre fille. J'étais donc hyper motivée cette fois-ci et même si au 8^{ème} mois de grossesse notre fils n'avait toujours pas daigné descendre sa tête, qu'importe !

J'avais décidé qu'il se retournerait et que je réaliserais mon projet d'accouchement, mon retour précoce et mon allaitement long. A moi la victoire, un point c'est tout !

Pour cela, j'avais établi un plan d'action im-pa-ra-ble : être donc suivie par une sage-femme libérale pour un accompagnement le plus global possible, avec une puéricultrice et une sage-femme de PMI pour m'accompagner également en renfort à la maison. J'avais donc TOUT prévu, sauf... les vacances des un(e)s et des autres. Et justement, Elisabeth avait prévue les siennes à ce moment-là et mon gynécologue aussi – bien sûr ! Et malheureusement, aucune autre sage-femme que j'avais contacté, à l'époque, n'acceptait mon projet d'« hospitalisation à domicile » (ou « retour précoce »), trop compliqué, trop loin... et le GUTHRIE, le GUTHRIE, toujours ce fichu GUTHRIE qui revenait tout le temps comme une objection, une excuse aussi pour me refuser cette HAD !

« Mais, pourquoi voulez-vous donc rentrer aussi vite chez vous. Pourquoi ? » (càd le jour même). Mais, parce que JE NE DORS PAS BIEN DANS LES HOPITAUX, voilà pourquoi : réveil à 5 heures du matin pour prendre la tension, défilé constant dans la chambre, prises de sang, examens, bains, visites, etc... Et moi, qui voulait juste la PAIX, ma famille et mon bébé, j'ai découvert en plus le bonheur de :

- Dormir dans ses propres draps, avec son mari pour se relayer auprès du bébé dès la naissance.
- Prendre une douche à n'importe quelle heure du jour ou de la nuit et plusieurs fois si cela me chantait (très pratique en cas d'épisiotomie ou d'engorgements)
- Se changer dans ses propres toilettes (et préserver sa pudeur !)
- Manger la nourriture préparée par son homme et sa propre mère (c'est tout de même mieux qu'à la cantine !)
- Et surtout, surtout DORMIR, se reposer, lézarder dans son lit en chemise de nuit pendant 15 jours si ça me chante. Un vrai post-partum quoi !

Je dois bien admettre aussi que cela n'aurait pas non plus été possible sans l'aide précieuse de ma propre mère, (ma seconde coéquipière en « vacances » chez nous également) qui fut surtout le relais du papa auprès de notre fille et parfois de notre fils ; n'étant pas très copine avec les tâches ménagères pourtant indispensables dans une maison. Malgré tout, encore mille fois merci maman : quel beau cadeau de naissance tu m'a fait-là ! En passant, cela nous a d'ailleurs beaucoup rapproché !

Quand aux visites : PERSONNE ou presque. Étrangement, lorsqu'on rentre le jour même de son accouchement à la maison tout le monde pense qu'on est folle et surtout complètement épuisée. Donc, personne ne vient vous déranger. Étonnant, n'est-ce pas ! Et même si la famille proche finit quand même par venir, il faut savoir que ce qui est extraordinaire avec une maison, c'est qu'il y a plusieurs pièces. Donc, les visiteurs passent faire un petit coucou au bébé gentiment endormi dans le lit de sa maman et sortent rapidement discuter et prendre un verre avec le(s) enfant(s), le nouveau papa et nouvelle mamie dans le salon. C'est génial, tout simplement ! Même mon mari a apprécié et nous en gardons un merveilleux souvenir, même si les nuits avec un bébé sont loin d'être reposantes qu'on l'allaitte ou non. Mais lorsqu'on allaitte, on apprécie encore plus l'aide du papa pour le change, le bain, porter le bébé la nuit à 2 heures du matin avec le petit doigt dans la bouche, etc... Cependant, même le papa a besoin aussi d'un relais ou « co-équipier », c'est pour cela que selon moi, en post-partum on doit toujours être minimum trois à domicile JOUR et NUIT. Alors merci à mes 2 supers coéquipiers !

Mais avant tout, cela n'aurait jamais pu être possible sans ma dernière sage-femme et « entraîneuse » particulière : Brigitte qui a accepté de venir en pleine chaleur de juillet, tous les jours durant 5 jours chez moi, pendant une ou deux heures (je ne sais plus !), pour observer la peau et l'évolution de mon bébé, le peser, faire le fameux GUTHRIE, reprendre les positions, soigner mon épisiotomie et surtout... surtout... me rassurer et m'écouter. Merci encore Brigitte d'avoir finalement accepté de faire tout cela et c'est pour cela je t'en serais éternellement reconnaissante. Un peu comme une seconde mère, une marraine présente pendant quelques jours, rien que pour nous : mon bébé et moi.

Voilà pourquoi, j'espère encore que tu seras là pour le troisième tournoi. Et, je compte mettre la barre encore plus haut cette fois, puisque j'essayerai de t'emmener avec toi à l'hôpital que tu puisses voir naître mon bébé auprès de moi (voir naissance d'Aurore).

Stéphanie KELLER – *Vice présidente d'Action Pour l'Allaitement*
(*membre d'Histoire de Bien Naître*)
Accouchement le 20 juillet 2004