

# Prématurés: les montagnes russes émotionnelles

**SANTÉ** La naissance prématurée d'un bébé bouleverse les parents à tous égards. Les accompagner dans cette épreuve est fondamental.

PAR ANNE.DEVAUX@LACOTE.CH

La prématurité couvre l'ensemble des naissances des bébés nés avant 37 semaines de gestation. Aucune comparaison n'est possible entre la vulnérabilité d'un très grand prématuré né entre 22 et 27 semaines de gestation et un prématuré né à deux semaines de son terme. En Suisse, 6,4% des bébés naissent prématurément. Cependant, quasiment tous les bébés prématurés passent d'abord par le service de néonatalogie. Certains y resteront quelques jours et d'autres de longues semaines, voire des mois. La néonatalogie est un monde à part, un chemin pour acquérir l'autonomie indispensable à la survie. Le vécu émotionnel des parents est comparable à un circuit de montagnes russes. Si le bébé est au centre de la prise en charge, qu'en est-il des parents?

**La tornade d'informations**  
Dans 80 à 90% des cas, la naissance prématurée d'un bébé est prévisible, ce qui permet de préparer un peu les parents. Néanmoins, le choc reste important car la naissance arrive toujours à un moment inattendu.

«Le premier jour, les parents reçoivent une tornade d'informations qui rentrent par une oreille et ressortent par l'autre», observe le Pr Riccardo Pfister, médecin chef du Service de néonatalogie et soins intensifs pédiatriques des Hôpitaux universitaires de Genève (HUG).

Par la suite, l'équipe médicale délivre des informations jour et nuit en fonction de la vulnérabilité du bébé et des parents. Dans ce contexte où la charge émotionnelle est intense aussi bien du côté des parents que des soignants, communiquer est un exercice difficile.

«On se doit de donner une vision réaliste aux parents, mais je vais également présenter le côté positif», précise Riccardo Pfister. En effet, les bénéfices de messages positifs ont été démontrés «sur le développement à long terme du bébé et la diminution des inquiétudes des parents», souligne-t-il.

**Le premier jour, les parents reçoivent une tornade d'informations qui rentrent par une oreille et ressortent par l'autre.**

PROFESSEUR RICCARDO PFISTER  
MÉDECIN CHEF  
EN NÉONATOLOGIE AUX HUG

**Les parents ressources**  
«En néonatalogie, en plus du patient prématuré, nous prenons en charge les émotions et les difficultés psychiques, physiques et sociales de la mère et du père, soutien peu valorisé financièrement», constate Riccardo Pfister.



Lors d'une naissance précoce, les parents ont besoin, comme l'enfant, d'accompagnement.  
STOCK. ADOBE.COM/TOSHI TAGAWA - IMAGE D'ILLUSTRATION

La situation est encore plus difficile lorsque des frères et sœurs sont séparés de leur maman accaparée par le bébé. En complémentarité de l'équipe médico-soignante, l'association Né Trop Tôt remplit une mission bénévole d'écoute et de soutien par les pairs dans plusieurs hôpitaux de Suisse romande dont les HUG et le Centre hospitalier universitaire vaudois (Chuv).

«La plupart des 30 parents ressources de l'association ont été marqués par l'expérience de la néonatalogie», souligne Cristina Guillet, coordinatrice générale de l'association. Active depuis plus de 20 ans l'association facilite la communication entre parents et soignants.

«Au Chuv, où nous sommes très présents, un lien de confiance réciproque a été tissé entre l'association et le personnel médical, sans cela notre accompagnement sur place ne serait pas possible», ajoute ainsi Cristina Guillet.

**L'accompagnement jusqu'au bout**  
L'état émotionnel des parents qui passent leurs journées en néonatalogie dépend de l'évolution du nouveau-né avec des très hauts et des très bas. Les entretiens individuels et les cafés avec des pairs permettent d'aller à l'essentiel. «Les sous-titres ne sont pas nécessaires, on les comprend même quand

les mots manquent», insiste Cristina Guillet. Apporter un soutien moral sur de longues périodes et dans des circonstances parfois dramatiques se traduit par un coût émotionnel inévitable. Pour cette raison, les parents ressources sont recrutés avec soin et formés et supervisés par des psychothérapeutes. L'accompagnement continue lors du retour à la maison. «Nous proposons des moments d'échange et un réseau de professionnels de santé autour de la prématurité pour le suivi de leur bébé», précise Cristina Guillet. La prématurité, c'est aussi des vêtements et accessoires adaptés ainsi que bien d'autres aspects compliqués de la vie quotidienne. L'association est présente sur ce terrain grâce à ses bénévoles les «Petites fées» et de nombreux outils disponibles sur son site internet.

**Le 17 novembre marque la journée mondiale qui leur est consacrée. A cette occasion, des événements ont lieu. Au Chuv: stands d'info, ateliers, conférences et rencontres entre 12h30 et 18h dans le hall et l'auditoire de la maternité. Entrée libre. Programme détaillé sur www.chuv.ch. Aux HUG: matinée de sensibilisation et d'information sur la prématurité de 9 à 13h dans le hall de la maternité. Entrée libre. Programme détaillé sur www.hug.ch**

## Le voyage de Lana en néonatalogie

Lana est née prématurément à 30 semaines de gestation. En quelques heures, sa maman, Vanessa Hermann, passe d'une grossesse sans problème à un transport en urgence en hélicoptère à Zurich où une place en néonatalogie l'attend dans un hôpital. Ce jour-là, au Chuv comme dans tous les hôpitaux de Suisse romande, les services de néonatalogie sont saturés. «Les informations sont arrivées en rafale, je ne réfléchis plus, je n'ai pas le choix et en même temps, je reste étrangement calme grâce à un accompagnement rassurant et bienveillant du Chuv jusqu'à Zurich». Lana naît une semaine plus tard, juste le jour où son papa vient rejoindre la maman pour le

week-end. Elle est immédiatement placée en soins intensifs sous respirateur. Chaque jour qui se passe bien rassure ses parents jusqu'au rendez-vous avec le spécialiste pour faire le point. «A titre informatif, il a dressé la liste de tout ce qui pourrait arriver, notre moral est retombé au plus bas en un rien de temps». Dix jours après sa naissance, Lana est transférée en néonatalogie au Chuv. Sa maman, qui n'a pas besoin de soins, rentre chez elle à Préverenges et se rend tous les jours à l'hôpital. «A Zurich, toute l'attention tourne autour du bébé, en néonatalogie au Chuv les parents bénéficient d'un espace dédié et d'un accompagnement exceptionnel». Trois jours plus tard, Lana est de nouveau transférée en néonatalogie, à l'hôpital

de Morges, «un entre-deux comparé à Zurich et au Chuv, avec la même compétence médicale». Lana aura ainsi passé six semaines en néonatalogie dans trois hôpitaux différents. Les longues journées de Vanessa sont rythmées par l'évolution de son bébé et le bip-bip incessant des machines de contrôle dont le bruit est fatigant. Elle souligne également l'importance de permettre au papa d'exprimer ses émotions alors que sa réalité au travail le garde loin de sa femme et sa fille. «Il a fallu décider du meilleur moment pour prendre le congé paternité, nous avons choisi de le réserver pour le retour de Lana à la maison». Aujourd'hui, Lana est une petite fille de 5 ans en pleine forme.



LA CHRONIQUE SEXO  
D'ANNE DEVAUX

## Fêter son couple

«La vie commune est un art très difficile à apprendre», écrivait Paul Claudel. Chaque anniversaire de couple in et hors mariage fête la rencontre ou l'engagement et ramène au premier jour mis en perspective dans la toile du «tous les jours». Peu importe que l'art de la vie commune évoque l'expressionnisme de Pollock, l'univers musical d'Alise ou la série «Scènes de ménage», si le sentiment de vivre un amour unique avec une personne rare est mis à l'honneur.

Au sein du couple, l'importance accordée à cet anniversaire diverge parfois, souvent ou toujours. L'un oublie, l'autre se vexe. Le cadeau ne correspond pas à l'attente. La surprise préparée avec amour est mal reçue. Une petite recherche sur Internet «anniversaire de mariage raté» offre un festival de témoignages acrimonieux.

## Dépasser son ego

Au Centre de sexologie et couple de La Côte, Laurence Dispaux relativise: «Accueillez l'attention et le sentiment, offrez avec le cœur, mais s'il y a oubli, ne l'interprétez pas comme un signe sûr de désamour». Il existe moult raisons à l'origine d'un oubli et mille manières de montrer son amour. En revanche, «les rituels, anniversaires ou autres, rappellent à chacun qu'il ou elle est unique pour l'autre», ajoute-t-elle. Il est bon de les entretenir, d'autant qu'ils servent aussi de baromètre dans la relation.

Si le rituel bouquet de fleurs d'anniversaire accompagné d'un petit mot doux devient un objet insignifiant sans petit mot, un doute est permis. Déverser sa bile laisse un mauvais goût dans la bouche. Saisir l'occasion pour progresser dans l'exercice de l'art de la vie commune sera peut-être le plus beau cadeau d'un anniversaire raté. A l'inverse, le rituel petit mot doux sans cadeau qui se transforme en une somptueuse surprise soulève aussi des questions. Une énormité à se faire pardonner? Une belle victoire du couple sur l'abîme du «tous les jours»!

PUBLICITÉ

## BÉNÉVOLAT à l'Hôpital de Nyon

Si vous souhaitez donner du temps pour la patientèle de votre région, accueillir, diriger et accompagner les personnes entrant à l'Hôpital de Nyon dans les différents services, n'hésitez pas à devenir bénévole au GHOL.

