

## Naissance d'Elise

Récit de mon accouchement qui a été très long, sans péridurale (pour cause médicale) et que je voulais absolument vivre par voie basse:

Vendredi 27 septembre 2019, je n'ai plus espoir que notre pépette pointe le bout de son nez en avance, le terme étant prévue pour mardi 1er octobre. ces dernières semaines ont été bien longues, mon ventre pèse de plus en plus lourd, je dors de plus en plus mal, sans parler des envies de faire pipi et d'autres tracas de grossesse. Je sais donc que cette nuit va encore être compliquée. 2h du matin, je me lève pour aller aux toilettes mais je sens qu'il faut faire vite, à peine le temps d'ouvrir la porte et..... PLOUF, poche des eaux rompue. Dans l'encadrement de la porte de la chambre je vois la tête de mon mari qui me dit "ça y est c'est l'heure ?!". Et oui c'est l'heure mais aucune contraction, aucune douleur. J'appelle l'HCE et la sage-femme me dit qu'elle va prendre connaissance de mon dossier, de tout préparer et de venir. Mon mari me prépare une assiette pâtes, on ajoute les dernières choses dans les sacs et on est parti. Arrivée à la maternité à 4h, première examen, col dilaté à tout juste un doigt.... mince .... mais aucune douleur, c'est déjà ça. On nous installe dans une salle et on nous dit de nous reposer que si le travail ne débute pas dans les 12h on déclenche. Bon, un déclenchement ce n'est pas le programme rêvé, mais il faut bien que cette demoiselle arrive. On essaie de dormir mais pas si simple, entre les vas-et- viens dans le service, l'installation et surtout l'excitation de cette rencontre tant attendue. 8h, il fait beau, on vient nous voir, me propose un ptit déjeuner et on me pose un cathéter pour commencer la prise d'antibiotiques. Toujours aucune douleur, on décide de sortir et d'aller marcher, profiter du soleil. le tour du bâtiment me paraît interminable mais il faut bien aider le travail à commencer. je suis fatiguée, on remonte dans notre chambre. contrôle du col, rien n'a bougé, on me propose un décollement de membranes. la sage femme m'explique en quoi ça consiste et me prévient que ça ne va pas être agréable. "pas agréable" c'est le moins que l'on puisse dire, ça fait même mal! on en profite pour faire un monito. Quelques contractions mais toujours pas de douleur, et la petite va bien. fin de matinée, après une nouvelle ballade, je retourne dans la chambre pour manger. de nouveau un contrôle: le col est un peu ouvert mais pas de grand chose, on me pose un nouveau monito. Il est 14h30, l'heure à laquelle je dois être déclenchée et ça fait une heure que je suis sous monito, ça commence à être désagréable. On finit par appeler la sage femme. Elle nous dit qu'avec mon dossier médical, les médecins ont décidé de ne

pas déclencher tout de suite; ils me laissent 48h pour que le travail se déclenche naturellement. Et oui avec une péridurale (et une rachie anesthésie) totalement proscrite, ils ont peur que la douleur liée au déclenchement risque d'être compliquée à gérer... Grosse baisse de moral, pourquoi mon travail ne s'enclenche pas? Pourtant j'ai envie que mon bébé arrive, je veux voir sa petite tête, la prendre dans mes bras. 17h, rien de nouveau, on me bascule dans le service des grossesses à risque pour être un peu plus à l'aise. La journée se finit sans que rien n'évolue. Dimanche, on recommence le même schéma mais en essayant de marcher un peu plus: Les monitos indiquent toujours des contractions, sans douleur, le col ne bouge pas. L'essentiel c'est que la petite aille bien, encore un peu de courage, demain c'est le grand jour.

Lundi 9h, arrivée du gynéco et toute l'équipe, qui nous explique que cette fois on va déclencher, en commençant par le tampon et si ça ne suffit pas on passera par les injonctions. J'ai hâte et en même temps ils parlent tellement de cette fameuse douleur qui m'attend qu'ils me font peur, peur de ne pas arriver jusqu'au bout. Pourtant j'ai décidé, j'irai jusqu'au bout, je veux voir ma fille naître. Le tampon me déclenche une sorte de "mal-être", impossible de me sentir bien dans aucune position. J'ai tout essayé, assise, couchée, sur le ballon... Je me sens mal physiquement et mentalement. Midi: on me ramène mon plateau repas mais je n'ai pas faim. La sage femme finit par me mettre une perf d'un petit cocktail de spasfon et doliprane. J'arrive à me calmer et à m'endormir un peu. A 16h passage au toilette, je me rend compte que j'ai perdu le tampon et que la serviette hygiénique est plus que mouillée. La sage femme vérifie mon col, VICTOIRE je suis à 5! Je retourne voir mon mari et je lui annonce qu'enfin on prend la direction de la salle d'accouchement. Les anesthésistes passent me voir pour me demander si j'ai besoin d'un anti douleur dans l'immédiat, mais non ça va je sens mon ventre se contracter mais ce n'est pas douloureux. Du coup, on parle des alternatives à la péridurale: j'ai fait qqes séances d'hypnose en préparation, et je veux bien essayer le gaz, mais je ne veux pas du dérivé de la morphine. Cela peut influencer sur bébé et sa capacité respiratoire et il est hors de question que je remonte en chambre sans ma fille même si ce n'est que pour qqes heures.

17h, installation en salle d'accouchement, pas d'injection d'ocytocine dans l'immédiat, pour voir si le col bouge tout seul. Mais bien évidemment que non, donc à 19h, Sophie, la sage-femme de nuit arrive et c'est parti pour le début des injonctions. Sophie passe nous voir régulièrement, elle est géniale, très encourageante et à l'écoute. Jusqu'à 23h, ça va, mais le col est trop en arrière donc il ne bouge pas beaucoup. Sophie va le ramener vers l'avant pour accélérer les choses. Et en effet tout s'accélère. Ca y est les contractions sont là, je les sens

et la douleur qui va avec. A 7, Sophie me propose le gaz. J'avoue qu'aux premières bouffées j'ai bien plané, mais ça me permettait de me reposer entre les contractions. Mon mari était là, il m'emmenait dans notre bulle de souvenirs, de voyage... Au final c'est ça qui m'a permis de tenir, il m'a permis de m'évader entre les contractions. Le col ayant stagné un bon moment, Sophie a réduit les contrôles pour ne pas me déprimer mais la douleur devient intense. Elle me propose de me redresser et de m'installer une barre pour prendre appui pendant les contractions. A ce moment là mon mari à beau pomper le poumon de gaz autant qu'il veut, plus rien ne fait effet. 3 personnes passent en salle d'accouchement pour me faire changer d'avis sur le dérivé de la morphine, et malgré la douleur et les cris que je peux pousser je leur tiens tête. Pourtant j'ai l'impression que je ne vais pas y arriver, j'ai l'impression qu'ils ont raison, ce n'est plus de la douleur, je souffre vraiment. Et en même temps j'ai tellement peur pour ma fille. Alors on fait un deal avec Sophie: elle m'osculte et si le col n'a pas assez bougé, je prend la morphine. Le temps qu'elle s'installe je sens une nouvelle contraction et la je sens comme bille sortir... C'était la dernière membrane de poche des eaux qui restait et Sophie me dit: Surtout ne pousse pas le col est totalement dilaté, je prépare tout ce qu'il faut. Et je lui ai répondu: "Comment je fais pour pas pousser?!" J'avais l'impression que mon ventre pousser tout seul. Je ne sais pas combien de fois j'ai poussé, ni combien de temps ça a duré, mais je me rappelle de la motivation que Sophie m'a donné. Avec ma voisine de salle d'accouchement on criait en quinconce et on en était au même stade, mais elle était arrivée bien après moi. Sophie m'a dit qu'il fallait que j'accouche avant elle, c'était le Challenge! Et ça a été chose faite à 4h14. Ma petite Elise était là sur mon ventre et surprise: 4kg240 pour 54cm! alors qu'on nous avait annoncé un bébé de 3kg5. Pour info je mesure 1m55, donc autant dire que déjà 3kg5 c'était pas mal pour mon gabarit.

Ça y est le calme est revenu. J'ai ma fille sur moi, plus de douleur, plus de cris (à part les siens bien sur). J'aimerais vous dire que le récit s'arrête là mais ça aurait été bien trop simple. Le placenta ne veut pas se décoller. J'ai beau continué à pousser rien n'y fait. Sophie me laisse le temps de reprendre mes forces et m'annonce qu'il va falloir aller le chercher.... Papa part faire les premiers examens avec Élise et la pédiatre et d'un coup je me retrouve avec 6 personnes en blouses bleues autour de moi. Il faut me reposer le cathéter qui a cassé donc une personne sur chaque main, l'anesthésiste est au dessus de ma tête avec le masque. Et à partir de ce moment tout devient un peu flou... j'entends Sophie qui continue de me parler et qui me dit qu'elise et

papa ne sont pas loin, que ce sera bientôt fini. Une fois tout ça fini, on s'est retrouvé tous les 3, enfin. Après tant d'émotions nous sommes tous les 3 exténués mais je n'ai d'yeux que pour ma fille. Elle est là, en pleine forme et j'ai réussi à arriver au bout.

Les mamans, comme le disent si bien Héléna et Pauline, on ne prévoit pas notre accouchement, il y a toujours des surprises. Mais il faut croire en vous! Avec mon dossier médicale on m'avait préparé à un tas de choses, mais pas à un déclenchement, pas à un placenta qui ne se décolle pas et pas un bébé de 4kg240, pourtant ça a eu lieu. Ma gynéco m'a avoué que si elle l'avait su le gabarit du bébé, elle ne m'aurait pas laissé accoucher par voie basse. Comme quoi, La nature est bien faite. Faites vous confiance et faites confiance à votre bébé. Vous allez y arriver ensemble!