

Bonjour,

Compliqué de résumer une expérience aussi magique que celle vécu du 20 au 21 janvier ...

Voir même tout au long de ma grossesse.

Dès l'annonce de celle ci, j'ai pris rdv avec ma sage femme que je savais être une des intervenantes à la casa. Il était clair pour moi que je voulais aborder ma grossesse et mon accouchement de la manière la plus naturelle possible.

Pour plein de raisons, mais je citerai en gros et pas forcément dans l'ordre :

- respect de la maman et du bébé
- une vraie place d'accompagnant/participant au second parent (une maman dans mon cas)
- possibilité d'écouter son corps, ses ressentis pour vivre les meilleures positions et le meilleurs timing
- un cadre confortable (eh oui, ça compte d'avoir les toilettes dans le studio plutôt qu'au bout du couloir...)
- pas d'anesthésiant qui bloquerait le juste ressenti pendant le travail, qui limiterait l'action du bébé (car endormi lui aussi), qui obligerait certainement un dosage conséquent d'occytocine de synthèse (une étude semblait montrer que ce n'était pas la même que la naturelle et freinait la mise au sein (parce que j'avais bien envie d'essayer d'allaiter)). Sans compter l'éventuelle somnolence du bébé à sa sortie suivant le dosage de la péri.
- moins de risques d'épisios ou de grosses déchirures
- de la bienveillance, de l'intimité, le bain.... Bref, je ne voyais que les points positifs

Tout ceci, c'est bien évidemment sans prendre en compte la réalité des grossesses qui nous font toujours vivre des surprises.

La mienne est arrivée dès l'échographie du second trimestre avec un placenta recouvrant. A partir de là, on n'était plus du tout certaines de pouvoir être en casa. Si le placenta ne bougeait pas ou pas assez jusqu'au terme, c'était césarienne programmée ou au mieux obligation d'être en plateau technique.

Au fur et à mesure des mois, il est doucement remonté, jusqu'à 15 jours du terme où il a été suffisamment haut pour être de nouveau éligible à la casa. Tout au long de ces longs mois, les sages femmes casa ont continué leur accompagnement, la préparation à la naissance et on a vraiment travaillé sur toutes les configurations possibles pour que je sois la plus prête possible que ce soit dans le cadre casa, césarienne programmée ou bien plateau technique de l'hôpital d'Aubagne. Ma femme et moi même avons donc pu nous préparer et surtout dédramatiser toutes les options ! Elles ont fait un travail humain et d'accompagnement que je n'aurais jamais eu, je suis convaincue, en suivi gyné classique.

Donc super ! 15 jours avant mon terme les voyants sont repassés au vert et on avait téléchargé le planning des astreintes casa sur nos téléphones. Nous étions prêtes :D

Oui, mais encore une surprise ! Je perds les eaux un matin, mais celles ci se teintent très vite. Dans ce cadre, la casa perd le suivi médical... J'avais demandé à conserver l'accompagnement casa même si je devais passer en plateau technique car je voulais

vraiment avoir ce repaire et surtout, je savais qu'elles oeuvreraient dans mon intérêt et dans le cadre de mon projet de naissance.

On arrive à l'hôpital qui demande un monito toutes les 2 heures et qui me dit qu'il y aura déclenchement par tampon si le travail ne se met pas en route d'ici la nuit. Aie...

Le premier monitoring vers 11h est tout ok, pas de détresse foetale, ils veulent me garder dans une salle du plateau technique, mais j'insiste pour retourner dans la pièce casa, c'est tout de même bien plus agréable, confortable et fait pour attendre à deux. Nous sommes écoutées et nous partons donc pour le studio - on l'appelait le RBnB tellement nous y étions bien :D.

Dans la nuit, le travail se met en route (ouf, c'était moins deux pour le tampon!), ça progresse normalement, grâce à la préparation et au soutien bienveillant de monoureuse et de la sage femme casa, je suis préparée et je danse avec les contractions (c'est une image, je ne pouvais pas bouger physiquement, mais j'ai vécu une « transe » et j'ai eu la sensation d'onduler au gré des vagues du travail). C'était douloureux bien entendu, mais surtout engageant, prenant, intense et intérieur. Comme je me sentais en sécurité car accompagnée, je me suis pleinement abandonnée dans ces sensations sans les subir. Je ne pourrais pas l'expliquer autrement.

J'avais espoir de finir en casa et de déjouer de nouveau le destin, mais lors d'un monitoring obligatoire par l'hôpital à cause de mon arrivée avec les eaux teintées, le capteur a été mal mis et ils avaient donc un rythme cardiaque du bébé alarmant, on m'a donc fait passer en urgence dans une des salles de l'hôpital. Nouveau monitoring et en fait tout allait bien mais on ne m'a pas fait repartir. Perso, à ce stade du travail, peu m'importait, c'était enclenché, Gwenaëlle et Manue étaient près de moi, je me sentais prête quoi qu'il arrive.

Sauf qu'à partir de ce moment là, c'est la sage femme de l'hôpital qui « prend les rênes » et là, même si la casa est là pour bien faire entendre notre voix, il est tout de même important d'avoir quelqu'un qui « nous veut du bien » ! et à Aubagne c'est le cas.

La sage femme qui nous a pris en charge était géniale, nous nous sommes senties accueillies, écoutées, respectées. Elle a fait une véritable équipe avec Gwenaëlle de la casa et elle a fait un travail remarquable sur mon périnée m'évitant l'épisiotomie tant redoutée (je n'ai eu « que » 2 points au final). Bref, bien que l'hôpital fasse son job (avec peut être un peu trop de prévention de risque), l'équipe en place est top et permet la continuité de ce que nous avions souhaité avec la casa.

J'ai pris mon temps sur la fin, je n'ai jamais eu la sensation qu'on me demandait de presser le rythme, personne ne m'a mis la pression, pour les positions, ça a toujours été des propositions que l'on m'a faites. Bref, top.

C'est certain que dans l'idéal, j'aurais préféré accoucher dans la pièce casa, juste dans notre intimité à toutes les 3 et n'accueillir l'assistante puéricultrice qu'à la fin ainsi que d'être libre de mes mouvements car sincèrement les capteurs filaires en continu ben c'est contraignant, mais sincèrement, j'ai vécu un accouchement magique.

Les ressources étaient en moi, mais une bonne préparation avec une bonne connaissance des différentes phases traversées durant le travail (le fait de les connaître m'a vraiment permis d'avancer en terrain connu sans prendre peur) ainsi que le soutien discret, efficace et bienveillant de la casa m'ont permis de m'ôter toutes contraintes psychologiques et de me concentrer sur mon bébé, ma femme et moi et donc d'y avoir accès.

J'ai été très surprise quelques jours après l'accouchement de réaliser qu'à aucun moment je ne me suis dit que je n'y arriverais pas, à aucun moment, je ne me suis dit qu'il me fallait une péridurale... Ce fut dur bien sur, mais comme on m'avait expliqué l'itinéraire (ou plutôt les itinéraires possibles en fonction de l'évolution des scénarios) je ne me suis jamais sentie perdue et n'ai donc jamais douté de moi, de nous...

Lors du travail, sincèrement, on oublie toute une partie des conseils qui nous ont été donné, d'où toute l'importance de la présence douce de la sage femme casa qui a un moment m'a montré le pouvoir détendant du « Om » chanté ou vibré. Il m'a accompagné un certain temps :D

Dans les conseils que je n'ai pas eu et que j'ai découvert sur le tard, c'est la position sur les toilettes. J'y suis restée quelques heures ! Drôle de moment d'intimité partagé mais la position toute en ouverture qui est permise sur les toilettes me correspondait parfaitement. Je ne me souviens pas l'avoir vue lors de la séance de préparation à la naissance en salle casa.

Voilà, je voulais faire ce témoignage car bien que Sara-Lou ne soit pas un bébé 100% casa, c'est cette préparation, cette confiance en notre accompagnante qui a fait que je n'ai jamais paniqué, jamais douté, que Manue aussi était dans une grande confiance et une magnifique énergie. Au final, c'est un travail d'équipe et je ne changerai rien à la manière dont cela c'est déroulé.

Emilie Brondeau