

SURMONTER LE DEUIL PÉRINATAL

Un programme d'aide pour soutenir les parents.

PAR Charles Meunier

En octobre 2007, le Centre de santé et de services sociaux (CSSS) de Vaudreuil-Soulanges a reçu, dans la catégorie « personnalisation des soins et services », le Prix d'excellence du ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec pour son programme de deuil périnatal. À l'origine de cet honneur, il y a des histoires. Celle d'abord de Manon Cyr, l'infirmière clinicienne qui a donné l'impulsion à ce programme et celles de près de 700 femmes et hommes qui, depuis 2000, en ont bénéficié à l'occasion de 94 rencontres de groupe.

Le deuil périnatal touche une femme enceinte sur quatre. On estime, en effet, que près de 25 % des grossesses, au Québec, se terminent par la mort du fœtus *in utero* ou du bébé à la naissance. Les fausses couches comptent pour 10 à 20 % de ces cas. Les 5 % restants sont attribuables à différentes causes qui vont du travail prématuré à l'étranglement par le cordon ombilical. Autrement dit, des milliers de femmes, chaque année, vivent l'une des souffrances les plus atroces de leur vie : un deuil périnatal. Certaines, bien entourées et bien informées, traversent l'épreuve dans un climat de compréhension et de confiance. D'autres, dans la peur et l'isolement le plus total.

EN CONNAISSANCE DE CAUSE

Manon Cyr a su tirer d'un événement pénible de sa vie une certaine sagesse qui lui permet aujourd'hui d'assister d'autres femmes dans la même situation. Elle a été amenée à s'intéresser au deuil périnatal à la suite de sa propre expérience mais aussi par la connaissance des émotions qui en découlent. Avec le recul, elle est persuadée que si quelqu'un avait fait pour elle ce qu'elle fait pour les femmes aux prises avec un deuil périnatal, elle aurait pu éviter la

dépression. « Si quelqu'un m'avait dit que mes sentiments de mère en deuil périnatal étaient normaux, ajoute-t-elle, les choses auraient été différentes. »

Elle raconte : « À mon arrivée à l'équipe de la petite enfance du CSSS de Vaudreuil-Soulanges, en 1999, lorsque le CLSC rece-

vait une demande de service pour cause de deuil périnatal, cette dernière était confiée, à tour de rôle, à l'une ou l'autre des infirmières. Quand ce fut mon tour pour la première fois, ma supérieure m'a prévenue. Ce genre de situation pouvait se révéler difficile. Tellement, m'a-t-elle dit, que si j'avais besoin d'en parler, au retour de ma visite à domicile, elle serait là pour m'écouter. »

Manon Cyr savait à quel point lorsqu'il n'y a personne pour vous venir en aide quand on vient de perdre son enfant, la dépression n'est jamais loin.

Elle était bien au fait des vertus d'une écoute attentive et de la compréhension dont il faut faire preuve pour que le deuil périnatal soit convenablement vécu. Quand elle est revenue au CLSC, Manon Cyr était heureuse du soutien qu'elle avait pu apporter à cette mère affligée. Tant et si bien que par la suite, à la grande satisfaction de ses collègues que de telles situations mettaient mal à l'aise, les cas de deuil périnatal lui ont tous été confiés.

Le programme de deuil périnatal, tel qu'on le connaît aujourd'hui, lui est apparu comme un incontournable besoin le jour où l'une de ses patientes, en deuil de son enfant mort pendant la grossesse, lui avoua avoir fait paraître une



Manon Cyr, à l'origine du programme.

© JGAUDREULT@SYMPATICO.CA

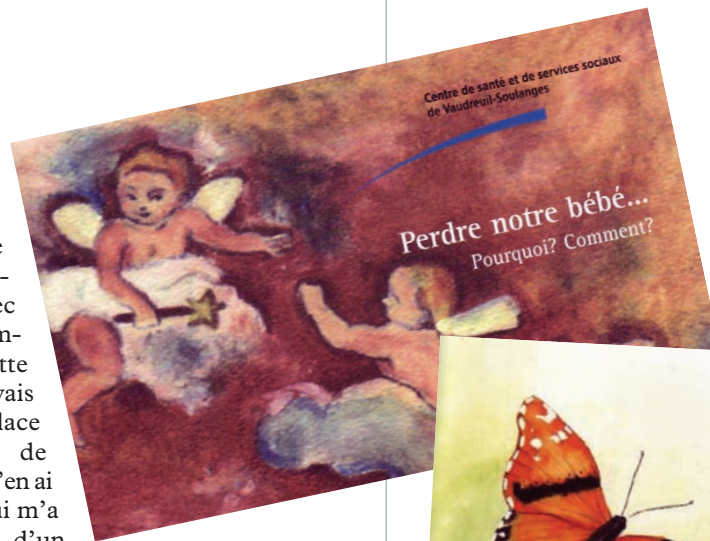
S'il n'y a personne pour vous venir en aide, la dépression n'est jamais loin.

petite annonce dans le journal local pour rencontrer et échanger avec d'autres femmes qui, comme elle, traversaient cette dure épreuve. « Je trouvais que ce recours à la place publique pour trouver de l'aide n'avait pas de sens. J'en ai parlé à ma supérieure qui m'a informée de l'existence d'un groupe de soutien à l'hôpital Pierre-Boucher de Longueuil en me disant d'y aller voir. J'avais carte blanche. »

BOÎTE À OUTILS

Ce qui frappe lorsque l'on aborde le deuil périnatal, c'est l'absence de protocoles bien établis et le manque de ressources humaines pour soutenir les parents.

« La première difficulté que rencontrent ces femmes, c'est le manque d'information. C'est d'ailleurs pour cette raison que nous avons préparé deux documents à leur intention. La brochure de 28 pages *Une fausse couche... Pourquoi ?*



Deux brochures destinées aux parents.



Comment ? s'adresse aux parents qui vivent un deuil périnatal par suite d'une fausse couche survenue avant la quinzième

semaine de grossesse. La brochure *Perdre notre bébé... Pourquoi ? Comment ?* compte 36 pages. Elle est destinée aux parents qui ont perdu leur bébé après 15 semaines de grossesse. »

Ces publications circulent déjà dans le réseau. On peut se les procurer au CSSS de Vaudreuil-Soulanges. Selon Manon Cyr, les établissements qui en prennent connaissance les adoptent rapidement.

Toutefois, elle ne peut s'empêcher de déplorer qu'aujourd'hui encore trop de parents quittent l'hôpital après avoir perdu leur bébé sans savoir si la douleur qu'ils ressentent est normale ou non. S'ils ont besoin d'aide ou non. « Les dépressions, dit-elle, indépendamment du fait que leur intensité peut varier selon les personnes, sont plus fréquentes qu'on ne le croit. Et c'est justement pour dépister ces cas que nous sommes là. Notre rôle consiste, entre autres, à aider les gens à faire la différence entre un deuil normal et un deuil qui se complique et nécessite de l'aide pour s'en sortir. J'encourage d'ailleurs fortement le personnel des urgences et des unités mère-enfant des hôpitaux à informer les patientes qui viennent de perdre un enfant de l'aide que des programmes comme le nôtre peuvent leur apporter. »

plantes
inusitées et méconnues
Catalogue de commande postale 2009

CHOIX EXCEPTIONNEL POUR UN JARDIN RÉUSSI

LE PLAISIR DE CHOISIR VOS VÉGÉTAUX DÈS MAINTENANT!

enfin fleurs

Beautés rares!

Découvrez nos nouvelles collections de plantes vivaces pour un jardin unique et distinctif.

Commandez gratuitement votre catalogue 2009 dès aujourd'hui à www.enfinesfleurs.com

Fort heureusement, les deuils normaux sont plus fréquents que ceux qui entraînent des complications psychologiques graves. « Encore faut-il, de dire Manon Cyr, que les femmes sachent à quel type de deuil appartiennent les symptômes qu'elles éprouvent. »

Manon Cyr explique que non seulement le deuil périnatal fragilise la femme et le couple qui le vit, mais qu'il peut vite se métamorphoser en un sentiment d'échec et de culpabilité. Il n'est pas rare que la colère et la frustration s'installent.

Lorsque la perte d'un enfant à naître survient, le soutien de la famille et de l'entourage est primordial. Encore de nos jours, les événements qui conduisent au deuil périnatal restent tabous, tant pour les intervenants concernés que

pour la société en général. On a tendance à les banaliser. Plus souvent qu'autrement, c'est un sujet que l'on préfère balayer du revers de la main.

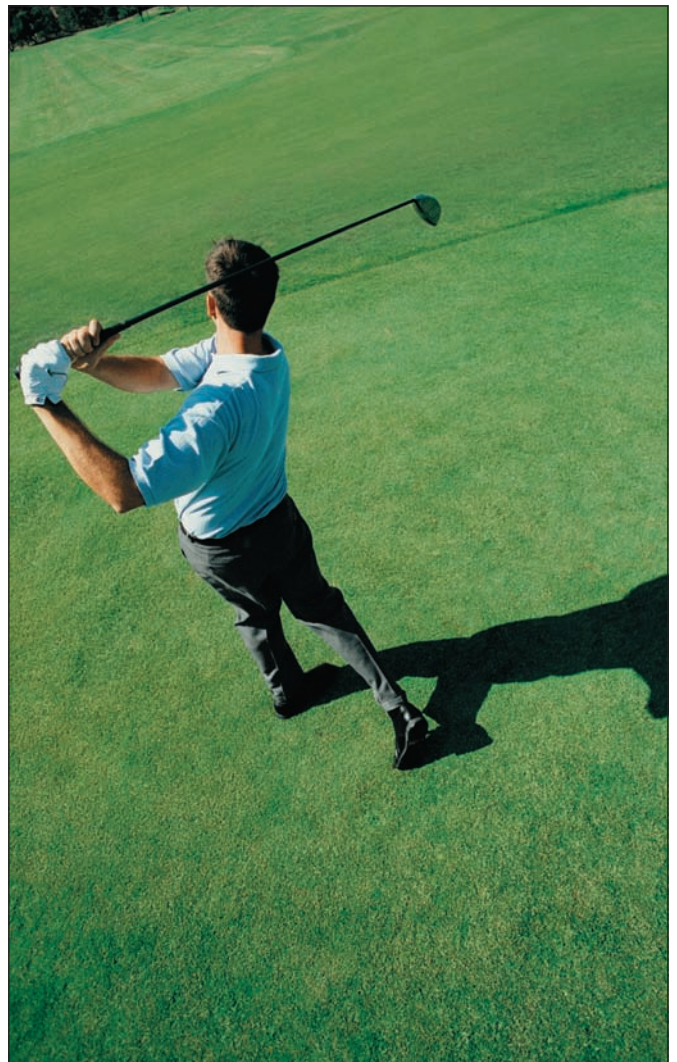
« Quand une femme se fait dire que la perte de son enfant n'est pas grave, qu'elle sera de nouveau enceinte, qu'elle n'a pas à s'en faire avec « ça », il n'est que normal qu'elle se replie sur elle-même. »

Pour guider les intervenants qui sont appelés à travailler avec les familles endeuillées, Manon Cyr et ses

collègues du CSSS de Vaudreuil-Soulanges ont constitué une boîte à outils. Il s'agit d'un cartable dans lequel on trouve de l'information sur mesure, agencée de manière à faciliter la tâche. Mais comme le fait remarquer le document d'accompagnement : «... on ne devient pas complètement à l'aise du jour au lendemain seulement en se procurant des outils de travail. Il faut y mettre le temps et parfois procéder à certaines remises en question professionnelles et personnelles. Ce que les parents endeuillés apprécient par-dessus tout est sans contredit une attitude respectueuse et la chaleur humaine. »

Ce qui parfois rend la tâche de Manon Cyr, et de ses collègues, plus délicate, ce sont les différences religieuses et culturelles. À titre d'exemple, elle a récemment dû faire face à une situation particulière. L'une de ses patientes d'origine congolaise venait de perdre, à la naissance, l'un des deux jumeaux dont elle était enceinte. Dans son pays, la tradition veut qu'il soit interdit de pleurer l'enfant mort pour ne pas blesser ou affliger celui qui est vivant. Selon Manon Cyr : « En matière de deuil périnatal, le temps n'épargne pas ce que l'on fait sans lui. Quant à la connaissance des us et coutumes de la personne en deuil, elle démontre que l'on s'intéresse véritablement à elle. » En présence d'une personne ou d'un couple qui vit un deuil périnatal, il faut savoir ouvrir la porte de son cœur. Manon Cyr, à l'évidence, sait le faire. ■

Trop de parents quittent l'hôpital sans savoir si la douleur qu'ils ressentent est normale ou non.



Aider aux bons coups

Banque Nationale Groupe financier est heureuse de souligner la générosité de tous ceux qui ont contribué au succès de la 9^e édition du tournoi de golf au profit de la FRESIQ.

L'événement a permis de recueillir la somme de 50 000 \$ qui sera consacrée entièrement à la recherche en sciences infirmières.



**BANQUE
NATIONALE**
GROUPE FINANCIER