



J'accouche bientôt ... oui, mais où ?

Si en 2019, 98 % des naissances avaient lieu à l'hôpital, les mœurs évoluent et choisir un lieu de naissance alternatif est de plus en plus courant. Et vous, où choisissez-vous de donner la vie ?

Lorsque je suis tombée enceinte de mon premier enfant en 2011, mon premier réflexe a été de contacter un gynécologue. Pour moi, c'était évident : une naissance se passait à l'hôpital. Assez rapidement, j'ai eu la chance de rencontrer la sage-femme qui nous a accompagnés pour cette naissance.

J'ai alors pris conscience d'une autre facette de l'accompagnement de la naissance que celle à laquelle j'étais habituée à travers les images et récits ancrés dans l'inconscient collectif.

Ces dernières années, le paysage de la naissance a beaucoup évolué et les couples ont facilement accès à des accompagnements au plus proche de leurs souhaits.

Quel que soit le choix que vous ferez, la priorité est de choisir un accompagnement et un lieu pour accoucher où **vous vous sentez en sécurité, autant médicale qu'afective**.

La première chose à savoir, c'est que les spécialistes de la grossesse physiologique sont les **sages-femmes**. Celles-ci sont donc tout à fait compétentes pour vous suivre tout au long de

***« De l'hôpital à la maison,
il existe plusieurs possibilités
pour donner naissance
à votre enfant »***





Si votre souhait est d'accoucher de manière physiologique, tout en étant dans un cadre hospitalier, vous pouvez accoucher....

... À l'hôpital, en «salle nature»

De plus en plus de structures hospitalières proposent une «salle nature» aux futurs parents.

Le suivi de la grossesse se fait par un gynécologue lié à l'hôpital. Les parents qui accouchent en «salle nature» ont l'ambition de donner naissance de manière physiologique, sans péridurale. Ils auront à leur disposition une pièce avec un lit (parfois un lit double), un ballon, des sangles pour se suspendre, un bain. Ils seront accompagnés par l'équipe de sages-femmes de la maternité présente au moment M, ainsi que de leur gynécologue.

... À l'hôpital, en «plateau technique»

Le «plateau technique» est une salle de naissance hospitalière (souvent la salle nature) mise à disposition d'une sage-femme indépendante.

La sage-femme suivra votre grossesse de A à Z (seule ou en équipe) et assurera également le suivi de l'accouchement, dans une salle de naissance de l'hôpital.

Elle peut passer le relais à l'équipe hospitalière en cas de besoin.

... En gîte intra-hospitalier

En Belgique, 3 structures hospitalières proposent un espace dédié à l'accompagnement et l'accouchement physiologique, au sein même de l'hôpital.

À l'hôpital Erasme, «le Cocon» est cet espace indépendant accueillant couples et bébé et qui permet un transfert rapide vers la maternité «médicale» en cas de besoin.

Le suivi de la grossesse, la préparation de la naissance et l'accompagnement de l'accouchement se fait par les sages-femmes

du Cocon : les parents rencontrent donc ces personnes tout au long de leur parcours, suivent les séances de préparation à la naissance et tissent des liens de confiance avec les sages-femmes qui seront présentes le jour J.

Et si vous souhaitez accoucher dans un lieu plus familial, vous pouvez plutôt projeter un accouchement...

... En maison de naissance

La Belgique compte 4 maisons de naissance (MDN).

Une maison de naissance est un lieu «comme chez soi» où une équipe de sages-femmes suit la grossesse et accompagne l'accouchement, de manière très personnalisée. Cet espace est complètement indépendant des structures hospitalières et offre une possibilité d'une naissance intime «comme à la maison», tout en étant en dehors de chez soi, ce qui peut être plus confortable dans certaines situations.

... À la maison

De plus en plus de parents optent pour une naissance à domicile.

Dans ce cas-ci, l'espace est aménagé pour l'accouchement (on peut installer une piscine de naissance, par exemple !) et un binôme de sages-femmes est présent tout au long de l'accouchement, les mêmes sages-femmes qui auront suivi la grossesse.

L'avantage est de rester dans son cocon familial, de ne pas devoir prendre sa valise pour partir ailleurs. On évite ainsi de sortir la maman de sa bulle hormonale, propice à un accouchement physiologique. Beaucoup de parents aiment également l'idée d'inclure les frères et sœurs lors de la naissance.

**« Chaque femme a le droit
d'accoucher là où elle se sent
en sécurité, dans les meilleures
conditions qui soient »**

la grossesse, de la naissance (et de la première année de votre enfant), tant que tout se passe de manière physiologique. Si une pathologie vient à se déclarer, elles travaillent en lien avec votre gynécologue et les choix à poser seront différents en fonction de la situation.

Si votre grossesse se déroule de manière tout à fait physiologique, un suivi par un gynécologue n'est alors pas du tout une obligation mais une question de choix personnel, si ce n'est pour les échographies qui seront, elles, réalisées par un gynécologue. Un accompagnement de concert gynécologue et sage-femme est également tout à fait possible.

La question du risque dans un milieu extrahospitalier est bien sûr généralement la première relevée par les parents qui se questionnent. Bien sûr, le risque zéro n'existe pas : il est inhérent au processus d'enfantement.

Il a été par ailleurs prouvé qu'il n'y a pas plus de risques de donner naissance à la maison qu'en milieu hospitalier.

Les conditions pour accoucher dans un lieu extrahospitalier sont strictes : la grossesse doit se passer de manière tout à fait physiologique, être non gémellaire, avec un bébé qui se positionne tête en bas et un déclenchement spontané de l'accouchement entre 37 et 42 semaines d'aménorrhée. Par ailleurs, les sages-femmes évoluant dans ce contexte sont présentes tout au long de l'accouchement et sont pleinement à l'écoute des micro-changements dans le comportement de la



maman qui pourraient indiquer une quelconque difficulté dans le processus.

Elles ont tout le matériel de premiers soins à disposition en cas de nécessité.

Un protocole de transfert vers l'hôpital est toujours défini en amont avec les parents et toutes les précautions sont prises pour garantir au maximum la sécurité de la mère et de l'enfant. Quel que soit le lieu choisi, il me semble important de préparer l'arrivée de votre bébé avec l'aide de personnes de confiance, qui vous feront vous questionner sur ce que vous souhaitez, sur vos attentes et vos besoins, dans le souci de vous garder pleinement acteur dans le processus d'enfantement.

Il n'y a pas une seule manière de donner naissance, un seul lieu meilleur que les autres : il y a simplement le lieu dans lequel vous vous sentirez en sécurité pour mettre au monde votre bébé.

Les gîtes intra-hospitaliers en Belgique

- Le Cocon, à l'hôpital Erasme
- Physalis, au CHU Brugmann
- Le Nid, à l'hôpital Sainte-Elisabeth de Namur

Les maisons de naissance en Belgique

- Eclore à Uccle, www.eclorennaissance.com
- L'arche de Noé à Namur, www.maison-de-naissance.be
- La Bulle à Feluy, www.la-bulle.be
- Clinisoins à Haine-Saint-Paul



Marie Fournier

Traductrice de bébé
Ambassadrice MMM
Thérapeute psycho-corporelle et énergétique
0479 70 23 15
www.naitre-parents.be