

# NAÎTRE ACCOUCHER À NANTES [1970-2025]

WWW.ALACRIEE.ORG

**Nathalie**

**45 ans**

**Entretien du 25 août 2022**

Mon histoire gynécologique a d'abord mal commencé ! J'ai fait un kyste hémorragique avant même d'avoir mes règles. J'avais 16 ans. J'ai été opérée en urgence. Je pensai que j'avais mes règles pour la première fois. J'avais mal, je saignais. C'était un kyste hémorragique. Je me suis retrouvée opérée, dans l'après-midi, tout de suite.

Il y a eu d'abord le médical, d'abord l'opération avant même de pouvoir vivre la sexualité normale et l'envie de grossesse.

Du coup, dans ma tête, le médical, la gynécologie étaient réservés aux problèmes, aux difficultés, à quelque chose qui n'allait pas bien.

J'ai fait une grossesse extra-utérine, quand on a voulu un enfant. J'avais 25 ans. Le gynécologue m'a très bien expliqué ce qui se passait. J'ai eu du mal à comprendre qu'au jour d'aujourd'hui, avec la technologie qu'on avait, on ne pouvait pas déplacer l'embryon pour le mettre au bon endroit. Ça a été dur à accepter.

Je suis retombée enceinte peu de temps après, six mois après.

Je n'ai pas réfléchi. J'ai fait un suivi avec le même gynécologue, un suivi en clinique. J'avais confiance totalement dans le corps médical, je n'avais pas [du tout] de rejet du corps médical. La naissance a eu lieu en retard, plusieurs jours après la date prévue, avec tout le stress du corps médical et de la famille. « Pourquoi ce bébé n'est pas encore là ?! ».

La veille du jour prévu ou l'avant-veille, ma mère est venue passer la journée avec moi. On a beaucoup rigolé. « T'as qu'à accoucher ici, je vais mettre de l'eau à chauffer ! » Un très bon moment ! Il y avait ma mère, il y avait ma sœur, j'ai l'impression qu'il y avait mon mari aussi. On a passé la soirée en disant : « Alors, pourquoi tu sors pas, pourquoi t'es pas là ? » En parlant au bébé. Ma mère disait : « C'est pas la peine que tu ailles à la clinique, on va faire ça ici, on va s'occuper de tout ça. »

Ça m'a permis de dédramatiser et c'est resté dans ma tête.

Le lendemain, j'ai vu une ostéopathe qui m'a fait une manipulation. L'accouchement s'est déclenché. Il a été très rapide. J'ai perdu les eaux et Charlotte est née deux heures après. J'ai eu le temps d'arriver à la clinique, de marcher un peu. Elle est née naturellement, sans péridurale.

Sur tout le temps du travail, j'étais seule. Le gynécologue est arrivé au moment de l'expulsion. Je m'attendais à être accompagnée par les sages-femmes. Je me suis rendue compte qu'il y avait beaucoup de monde en même temps. Elles ne pouvaient pas accompagner quelqu'un en permanence, ce n'était pas possible. Je me suis accompagnée toute seule. Avec mon mari. Qui était très présent.

Ça a commencé à germer à ce moment-là, l'idée que cela aurait pu se faire à la maison.

On n'était pas vraiment accompagné à la clinique, on était médicalisée. Surveillée.

J'ai eu un premier accouchement qui s'est très bien passé, j'ai marché jusqu'au bout, j'ai mis de la musique. Au moment de pousser, ils m'ont demandé de monter sur la table et de mettre les pieds en l'air. Le gynécologue est arrivé. Ils m'ont rasée et ça je n'ai pas apprécié. Ils m'ont rasée au cas où ! Je n'avais pas du tout envie qu'on me rase à ce moment-là, mais vraiment pas. Ni de me retrouver les jambes en l'air. Ni qu'on me dise : « Allez madame P., poussez poussez ! » Je n'avais pas du tout envie. Mais, ça c'est bien passé. Le gynécologue ne m'a pas fait d'épiso., il a respecté ces demandes-là.

Charlotte est née naturellement.

Ce qui m'a frappée, dans les jours qui ont suivi et les rendez-vous que j'ai eus après, c'est que le gynécologue dise : « Quel accouchement, madame P., quel accouchement ! »

Pour lui, un accouchement comme le mien (simple, facile) restait exceptionnel.

Donc, l'idée d'accoucher à la maison remonte à la naissance de ma première fille.

Ce n'était pas un rejet du médical. J'avais eu des expériences difficiles. Pour moi, le médical était liée à la maladie, aux problèmes, aux opérations. Mais j'ai eu envie que l'accouchement sorte du champ de la maladie, de l'opération. Que ça puisse se passer autrement. Je me rendais compte que ce n'était pas si compliqué que ça, d'accoucher. Que finalement, l'accompagnement, ce n'était pas l'hôpital qui allait me l'amener. La clinique, c'est juste au niveau surveillance, pour ne pas prendre de risque.

Quand je suis retombée enceinte, je réfléchissais à comment je pourrais faire plus léger. Je pensai à une sortie précoce. J'avais encore l'idée qu'un accouchement à la maison aurait mobilisé une ambulance au pied de chez moi. Je me disais qu'il n'était pas question de mobiliser des gens juste pour moi. Ça me semblait une débauche de moyen.

Pendant la grossesse de ma deuxième fille, mon beau-père a été malade et malheureusement, il est mort avant sa naissance, j'étais à six mois de grossesse. Il est mort chez lui. On a fait toute la veillée chez lui. C'est à ce moment, vraiment, que ça s'est ancré. Mon mari a eu le même sentiment. Il y a des choses qui sont de l'ordre de l'intime. Quand ça peut se faire chez soi, ça paraît plus adapté, dans l'ordre des choses.

C'était un deuil très dur, parce qu'il était jeune, il avait soixante ans. Un cancer du cerveau. Durant ces trois jours à la maison, il était couché sur son lit, chacun allait et venait. En sentant ce mélange de la vie quotidienne et de la mort, je me suis dit, j'ai vraiment envie d'accoucher chez moi. J'ai envie de ça, qu'il y ait des choses qui nous appartiennent à nous, qui soient dans notre propre histoire et qu'on puisse les vivre à notre rythme, avec le quotidien qui continue à côté. Mon mari, qui n'était pas forcément parti vers ça, a dit : « Ben oui en fait, peut-être. »

C'était sans doute une réaction à ce deuil. On voulait se recréer notre bulle parce que la grossesse avait été perturbée. C'était une façon de se recréer, de se la réapproprier, cette vie qui allait arriver. J'ai toujours eu l'impression dans les moments de naissance, comme dans les moments de mort, de me réinscrire dans l'histoire de l'humanité, de tous ceux qui ont fait avant moi, qui feront après moi.

De me sentir beaucoup plus connectée, dans ces moments-là.

Donc, je voulais que ça puisse se faire, si possible à la maison.

J'avais fait un premier suivi avec une sage-femme qui avait accepté de nous suivre mais qui a eu un problème de santé. J'ai dû m'inscrire à la clinique Jules-Verne. Ça ne pouvait plus se faire à la maison. Ça m'embêtait quand-même beaucoup.

Il y avait une autre sage-femme dont on m'avait parlé, mais elle était beaucoup plus à part. On m'avait dit : « Oh mais celle-ci, elle est un peu bizarre ! » Passer le pas de contacter cette sage-femme, c'était difficile. Jusqu'au moment où j'ai senti intimement qu'il fallait que j'y aille. Je l'ai contactée à sept mois de grossesse. On a eu un entretien, elle nous a demandé pourquoi on voulait accoucher à la maison. Je lui ai parlé du deuil de mon beau-père, de beaucoup de choses et elle a accepté de nous suivre. C'était vraiment sur la fin de la grossesse.

Dans ce projet-là, il y avait aussi la place de ma mère. Le fait d'accoucher à la maison me permettait d'avoir plus de monde avec moi. Ce que j'avais ressenti à la clinique, c'est qu'on était seule.

C'était moi et mon mari, c'est tout. Il n'y avait pas d'accompagnement réel.

Or, moi j'avais envie que ma mère soit là.

J'ai l'impression qu'il se joue toujours des choses autour d'une naissance, des façons de modifier les équilibres ou de réparer des choses. De se reconnecter avec quelque chose qui est au-delà de nous.

Ce sont des moments charnière, c'est une vie qui apparaît, ça peut bouger des choses.

Et j'avais envie que ma mère puisse être là.

Ma mère, à ce moment-là, habitait dans le même immeuble que moi. On habitait toutes les deux au Corbusier. Je lui avais demandé, est-ce qu'elle voulait bien être là ?

Elle ne savait pas ! Elle ne savait pas si elle serait là !

Quand j'ai su que j'allais accoucher, je l'ai appelée. Elle a dit : « Ah ! Je ne sais pas, et puis j'ai plus de clopes, faut que j'aille acheter des clopes ! »

Bon, j'ai dit, bon, on verra bien si elle vient ou si elle ne vient pas.

La sage-femme est arrivée et ma mère est venue aussi.

Ça a été un accouchement, très doux. Assez rapide.

Je n'ai pas perdu les eaux mais j'ai su que c'était parti. Quand j'ai su que c'était parti, que j'ai reconnu les contractions de travail, Olga est venue une heure et demie après.

C'était relativement rapide, c'était la nuit. C'était la nuit et sa sœur [Charlotte] était dans son lit, elle a dormi toute la nuit. C'était vraiment ça que je recherchais.

Ce n'était pas du tout que j'avais peur que ça se ne passe pas bien, peur que le corps médical m'empêche de faire ce que je voulais ou qu'on me fasse une épisio.. C'était vraiment l'envie de le vivre en famille. Pour mes trois accouchements (à la maison), c'est ce que j'ai, à chaque fois, pu vivre. D'être avec ma famille, avec les gens qui m'importaient à ce moment-là, sans couper les autres enfants de ce moment-là. Et pour le père aussi, il a senti sa place très, très différemment. J'ai beaucoup de souvenirs des préparatifs, le fait de faire des préparatifs, de protéger des coussins, de mettre une alèse. Tous ces préparatifs, c'est une façon d'être acteur de son accouchement. Beaucoup plus qu'à la clinique où quelqu'un nous dit si c'est le bon moment.

À la maison, c'est à nous de préparer le lieu, c'est à nous d'appeler la sage-femme pour dire : « Là, je pense que c'est le bon moment ! » Qui vient chez nous. Je pense que ça modifie complètement le déroulement et le rapport qu'on a pendant le vécu.

Je me souviens très bien de ces moments, quand on sait que ça va se passer. Ça y est, on prépare tout ! On rigolait, c'était vraiment un moment très joyeux, juste avant.

Mes contractions étaient très fortes mais il y avait encore des pauses. Il y a eu toute une phase où on a préparé. Ma sage-femme est arrivée. On avait baissé les lumières. Et pendant ce temps, Charlotte, ma fille qui avait deux ans dormait. Tranquillement.

Quand la sage-femme est arrivée, elle m'a dit : « Est-ce que tu veux que je fasse quelque chose ? » C'était très différent de, bon, on va faire ci, on va vous examiner, on va voir où vous en êtes.

J'étais très surprise qu'elle me demande ça.

« Il faut faire quelque chose ? »

- C'est à toi de me dire. »

Du coup, j'ai dit, non. « Non, pour le moment, ça va.

- Écoute, si ça te convient, je me mets en retrait. Ta mère est là, je suis là, si t'as besoin. »

J'avais le ballon d'accouchement, je me suis installée à genoux, avec le haut du corps sur le ballon, à faire des mouvements et des vocalises. Ma mère était en face de moi, de l'autre côté du ballon, qui me tenait la main. Ça a dû durer, pas si longtemps que ça. En même temps, à ce moment-là, le temps est complètement dilaté, c'est difficile de dire. Un certain temps comme ça. Jusqu'à ce que je sente que le bébé arrive vraiment.

J'ai dit à la sage-femme : « Ça y est, ça va se passer. »

Elle est venue derrière moi. Mon mari aussi était derrière moi, ma mère devant.

Dans la nuit.

Il y avait beaucoup de douceur sur cette naissance. C'était vraiment assez idéal. La sage-femme m'a dit : « Tu pousses quand tu veux. » Je n'étais pas du tout dirigée, j'ai bien senti que ça arrivait. J'ai eu une très grosse contraction, la tête est passée et ça s'est arrêté. Peut-être trente secondes, une minute. Et, ce qui est finalement assez rare, le bébé a pleuré. Elle n'a pas vraiment pleuré, mais elle a fait un Ouin ! Il n'y avait que la tête, comme si elle n'était pas tout à fait prête. Il y a eu ce moment absolument magique où il n'y avait que ça.

La contraction suivante est arrivée et elle a glissé. La sage-femme a juste mis les mains pour l'attraper. C'est tout ce que s'est passé.

Je ne sais pas comment elle a pu passer de derrière à devant. Mais après, j'ai pu me rallonger ou me rasseoir et elle me l'a passée.

Ce bébé pleurait beaucoup.

C'était un accouchement extrêmement doux. Ma fille Olga, ma deuxième fille est celle qui a le plus pleuré. Elle pleurait, elle pleurait, elle pleurait énormément. La sage-femme m'a dit : « On va quand même faire les soins, de toute façon, elle pleure ! » On a dû attendre, peut-être dix minutes, pour voir si elle allait se calmer, elle ne se calmait pas.

Pour Olga, on a coupé le cordon au bout de quelques minutes. Après, la sage-femme l'a pesée,

c'était très simple. Je l'ai re-eue avec moi tout de suite.

La grosse différence, c'est ça, l'avant, l'après.

J'ai la chance d'avoir eu des accouchements simples, qui se sont passés sans problèmes médicaux. Mes problèmes médicaux, je les ai eus avant, je les ai eus sur des fausses couches, je les ai eus sur des grossesses extra-utérines, je ne les ai pas eus pour les naissances.

Après, c'est pouvoir se doucher plus ou moins. J'ai dû faire une petite toilette, quand-même au gant et me coucher dans mon lit avec mon bébé et mon mari. C'est une énorme différence.

Mon grand souvenir, c'est le lendemain matin. Notre fille, Charlotte, s'est réveillée, elle a grimpé dans le lit, elle a dit : « Ah tiens, le bébé est là ! » et elle s'est recouchée à côté de son papa.

Je pense que dans la construction de la famille, ça change quand-même beaucoup de choses. Et surtout, je ne me suis pas posée de question après. En clinique, j'avais l'impression qu'il fallait tout le temps demander comment faire pour s'occuper d'un enfant. Là, on n'a pas dû l'habiller avant dix jours, on a dû la laver au bout de dix jours et encore. C'était tellement plus simple.

Ce qui fait que quand je suis retombée enceinte, j'ai ré-accouché à la maison, avec la même sage-femme, au même endroit. J'avais toujours en tête l'hypothèse que je pouvais accoucher à la maison. Jusqu'au moment même. Ce n'est pas parce que ça c'était bien passé les autres fois, que je n'avais pas peur et que j'étais persuadée que ça se passerait bien.

J'ai eu horriblement peur pour le troisième accouchement, le deuxième à la maison. Je connaissais cette peur mais elle était encore plus forte sur celui-ci. La sage-femme me disait : « Ne t'inquiètes pas. » Elle, elle avait accouché quatre fois et elle disait : « C'est de pire en pire à chaque accouchement. En fait, plus on sait, plus on peut avoir peur. » Pas une peur qui empêche, mais on peut avoir des moments de très grande angoisse, de toucher un peu la mort à ce moment-là.

Mais ça a été tellement vite que la question de bouger ne s'est pas posée. Il n'y a pas eu de danger. C'est moi. L'angoisse est montée. C'était une angoisse de mort, de ne pas y arriver cette fois-là.

D'être dépassée.

Pour Olga, ça avait été extrêmement doux. J'avais eu l'impression d'être dans une, pas une maîtrise, parce que justement je n'ai pas crié, j'ai vocalisé. D'être dans une liberté de mouvements. Ça c'est passé dans une douceur, très grande douceur, j'étais complètement prête.

Pour Julie, j'ai perdu les eaux, je savais que ça s'était déclenché. J'ai perdu les eaux. J'ai eu une contraction énorme. C'était trop fort. J'ai eu l'impression que je ne tenais pas la douleur. Il n'y avait plus de pause entre les contractions, je me suis fait dépasser. Et quand j'ai appelée la sage-femme, je me suis dit, si ça se trouve, elle va même pas arriver. Elle est arrivée juste un quart d'heure avant, c'était déjà complètement engagé.

(silence)

À chaque fois, j'espérais réunir des gens. Pour cette troisième naissance, j'étais aussi suivie par une sage-femme libérale à Rezé, qui m'avait dit que si elle pouvait, elle serait là. Et puis, elle n'a pas pu être là. Elle était intéressée, elle me soutenait dans ma démarche, même si elle ne se sentait pas de faire des accouchements à domicile, mais elle aurait aimé être là. Elle n'a pas pu, elle n'était pas disponible, ce jour-là, elle n'est pas venue.

On avait fait aussi un suivi en haptonomie avec la sage-femme qui aurait dû être là pour la deuxième grossesse. J'ai souvent essayé de relier des gens, dans ces moments-là.

J'avais cette volonté. J'ai eu des accouchements simples. Ce n'est pas qu'une question de chance. Évidemment, il y a une question de chance, une part d'avoir une bonne santé, d'avoir un bassin large, etc, mais, quand on est libre de ses mouvements, quand on peut bouger, quand on peut laisser les femmes accoucher librement, il y a beaucoup de cas où ça peut se passer bien. C'était un moment où, il y avait peu de sage-femme qui faisait des accouchements à la maison, très peu. J'avais envie que ça puisse se montrer.

On est cinq sœurs. J'avais envie que mes sœurs sachent que ça puisse se passer autrement, que mes amies sachent que ça puisse se passer autrement, que d'autres sages-femmes puissent passer le pas et faire des accouchements à la maison, de mettre en lien des sages-femmes. J'espérais un peu tout ça, pour mes enfants aussi.

Pour cette troisième naissance, j'étais un peu dépassée, mais ça s'est très bien passé. Julie est

née très rapidement, plus rapidement que ce à quoi je m'attendais. J'ai essayé d'aller contre, je voulais que ça ralentisse, je ne voulais pas pousser. Je ne voulais pas qu'elle naisse maintenant, je n'étais pas prête. Ça n'a pas ralenti, elle est née au moment où c'était prévu. Elle avait envie de sortir, elle est sortie. Sans aucune difficulté.

Elle est sortie et le placenta est sorti peu de temps après. On l'a laissée en bébé lotus, c'est à dire qu'on n'a pas coupé le cordon. On l'a laissée, pas très longtemps, quelques heures. J'ai pu voir vraiment le bébé, le placenta, le cordon entre les deux. En accouchant à la maison, j'ai vu voir mon placenta. La sage-femme a mis les mains dedans pour me montrer la poche, elle a regonflé la poche, elle a montré les membranes, comment c'était fait.

Tout ce qui, sinon, est caché. Le sang, on ne sait pas combien on en a. À la maison, on voit que la quantité de sang n'est pas très grosse, que le nettoyage derrière n'est pas énorme. Le placenta sort, il n'est pas énorme ni sale.

Au-delà d'une démarche personnelle, il y a juste de se réapproprier ces choses tout à fait normales, de notre corps, de nous. Le placenta est un organe tout à fait extraordinaire, il ne sert qu'une fois, il disparaît après.

Souvent, quand je racontais mes accouchements à la maison, mes copines disaient : « T'as touché ton placenta !? »

On l'avait congelé pour pouvoir le planter.

« T'as ça dans ton congélateur !? »

- Oui, oui, j'ai du placenta dans mon congélateur ! »

On avait fait des empreintes du placenta, dans les heures qui ont suivies. On l'avait mis dans de l'encre diluée dans de l'eau. Les empreintes du placenta sont devenues le faire-part de naissance. Se réapproprier ces moments de vie, se sentir acteur de ces moments de vie et capable a complètement changé mon positionnement de mère.

J'avais vécu ça de me sentir dépossédée. Quand on va en clinique, il y a plein de choses qu'on ne voit pas. De les voir, ça m'a permis d'avoir la vision globale de ce qu'est une naissance et du coup d'avoir moins peur. Moins peur de la maladie, moins peur de la mort, moins peur de mon corps. De le connaître mieux.

Dès ma troisième grossesse, de temps en temps, j'étais capable de faire moi-même des touchers, pour savoir où en était mon col. Au fur et à mesure, je me suis réapproprié mon vagin, mon col de l'utérus.

J'ai ce souvenir. Entre deux grossesses, j'ai cru que j'avais des condylomes, je suis allée voir le gynécologue et je lui ai dit : « Écoutez, voilà, j'ai constaté que j'avais des condylomes.

- Comment ça, vous avez constaté ?

- Ben oui, j'ai été touché et j'ai senti !

- Mais, comment ça vous avez mis les doigts-là ?

- C'est quand même mon corps, c'est pas parce qu'il est à l'intérieur qu'il est sale ! »

Je pense qu'autour des naissances, outre les liens créés entre moi et mes enfants, entre moi et ma mère, moi et certaines amies qui ont été là pour les naissances, mes deux maris, puisque j'ai accouché avec deux maris différents à la maison, il y a mon propre corps, la perception de mon corps et de l'intérieur de mon corps.

Mes filles commencent à m'en parler maintenant, elles ont envie que je leur raconte. Elles sont très heureuses de savoir que j'avais écrit des récits.

Les trois premiers accouchements, je les ai écrits.

Le premier est très succinct, le deuxième est très précis, le troisième est relativement précis aussi. Le quatrième accouchement qui est le troisième à la maison, je ne l'ai pas écrit. On a fait une chanson. Une chanson de l'accouchement. Et il y avait des photos, ce qu'il n'y avait pas pour les autres. J'étais arrivée au bout de quelque chose, je ne ressentais pas le besoin d'avoir cette trace si précise. Il y avait tous les enfants qui étaient là, y compris des enfants qui n'étaient pas les miens, les enfants de mon mari et ça a été suffisamment partagé.

Les premiers accouchements, j'avais une peur de perdre quelque chose, j'avais besoin de les écrire. Mais le troisième [accouchement à la maison], je n'avais plus peur de perdre quelque chose, d'oublier. Je n'ai pas ressenti le besoin de l'écrire.

