

Ces parents oubliés

par Isabelle Dodier

QUELLE EXPÉRIENCE déchirante pour un couple que celle de perdre un enfant ! Elle est d'autant plus déchirante lorsque ce couple n'a pas eu la chance de tenir dans ses bras et d'entendre une seule fois le cri de son bébé, de voir l'éclat de son regard ni même de sentir son cœur battre. Le deuil périnatal est encore dans notre société un sujet tabou. En tant que professionnels de la santé, il est de notre devoir de démythifier tout ce qui entoure la perte d'un bébé. Nous devons expurger de notre esprit les fausses croyances qui nous portent à croire que perdre un enfant avant sa naissance est une expérience peu traumatisante et sans conséquence pour l'avenir d'un couple.

En fait, il est très difficile pour un couple d'assumer la perte d'un bébé qu'il n'a pas eu la chance de connaître, d'embrasser et de cajoler. Les parents ont non seulement à faire le deuil d'un bébé, mais aussi le deuil de tous les projets qu'ils avaient chéris dans leur cœur à propos de cet enfant. Le rêve du premier anniversaire, du premier Noël, des premiers pas et même à plus long terme des études et de l'avenir du petit chéri. La perte d'un bébé implique donc plus d'un aspect dont il faut tenir compte. On doit respecter les parents dans leur peine et leur permettre de verbaliser ces projets qu'ils avaient enfouis au fond d'eux-mêmes.

La perte d'un bébé, même après quelques semaines de gestation, peut avoir des conséquences graves sur la santé mentale et physique d'un couple. La fausse couche, dont l'incidence est de une grossesse sur cinq, mérite aussi d'être prise en compte. Il importe surtout de savoir que, peu importe le nombre de semaines de gestation, la perte est très difficile à accepter et qu'il faut faire preuve de la même empathie envers tous les couples. Les liens d'attachement avec l'enfant se tissent dès le désir de la conception et à l'annonce du résultat positif du test de grossesse. Le nombre de semaines de gestation n'a rien à voir avec le chagrin des parents.

La perte de l'enfant s'accompagne de sentiments ou d'états d'âme tels que la rage, la

frustration, l'impuissance, la négation, la tristesse, la culpabilité et le rejet ainsi que l'isolement. Elle soulève de nombreuses questions qui resteront souvent sans réponse pour le couple.

Certains interventions peuvent faciliter le processus de résolution du deuil. En fait, notre approche a beaucoup évolué au cours des années et a permis à plusieurs couples de vivre plus sereinement cette dure épreuve. Le fait que l'annonce du décès soit faite dans le respect et l'intimité du couple, dans un lieu approprié et par un personnel sensible à cette délicate situation est déjà grandement apprécié des couples. Dans les centres hospitaliers, nous voyons des couples en état de choc et encore sous l'effet de l'adrénaline, mais il faut les suivre après la sortie de l'hôpital pour vraiment saisir l'ampleur du drame.

En effet, les semaines qui suivent sont très pénibles, car c'est le retour à la vie sociale. Il est très difficile de devoir faire face aux collègues de travail, à la famille, aux voisins et aux amis. Le couple a besoin à la fois d'intimité et du soutien des proches. Ce soutien est parfois inadéquat car les proches, ne sachant pas comment aborder le sujet, préfèrent parfois se comporter comme si rien ne s'était passé, croyant ne pas raviver ainsi la peine des parents ébranlés. Certains même pensent que l'événement sera vite oublié. Ce qui est tout à fait faux. La résolution d'un deuil est un long processus qui s'étend sur plusieurs mois.

L'importance des souvenirs est primordiale dans ce processus. En effet, on doit laisser aux parents le plus de souvenirs possible associés au bébé. Les parents les gardent précieusement et cela les aide à surmonter leur peine. Ces objets sont, par exemple : une mèche de cheveux, une pince de cordon, une couverture, des pantoufles, un bonnet, un pyjama portés par leur bébé, un certificat de naissance, une empreinte du pied, un bracelet, une photo, etc. Grâce à ces souvenirs, les parents pourront plus facilement parler de leur enfant à leur entourage qui n'a pas eu le pri-

vilège de le voir.

La photographie du bébé est sûrement l'objet le plus précieux, et le personnel de l'hôpital doit en offrir une à la famille. Les couples qui ne désirent pas voir le bébé immédiatement pourront alors la faire lorsqu'ils s'en sentiront capables. Certains parents la font retoucher par un photographe professionnel, la gardent sur leur table de chevet et la montrent à tous ceux qui n'ont pas eu la chance de voir leur progéniture.

Pour la prise de la photo, on peut proposer aux parents d'apporter une couverture ou un pyjama qu'ils ont achetés pour leur bébé. On peut leur suggérer de choisir des vêtements aux couleurs foncées pour le bébé, qui donnent un aspect plus rosé au visage de l'enfant. On peut aussi leur proposer d'apporter leur propre appareil photo et de prendre autant de photos qu'ils le désirent. Les parents aiment bien avoir une photo avec leur bébé dans les bras. L'organisme Première Photo, qui se trouve dans la plupart des centres hospitaliers du Québec, offre aussi un service gratuit de photographie des enfants morts-nés.

IL Y A DANS LA RÉGION DE MONTRÉAL des groupes de soutien destinés aux parents qui vivent des deuils périnataux. Des professionnels sont formés pour aider les parents à traverser cette dure épreuve. Le fait d'être réunis en petit groupe aide énormément les parents. Ils peuvent alors rencontrer d'autres couples qui vivent la même situation qu'eux et se sentir ainsi moins isolés dans leur chagrin. À Montréal et à Laval, le groupe Més Anges offre une fois par mois une soirée d'échanges sur des thèmes variés. Les parents sont libres de s'y présenter individuellement ou en couple. Pour plus d'informations, on peut communiquer avec M^{me} Chantal Verdon au CLSC Bordeaux-Cartierville ou au Centre hospitalier ambulatorio régional de Laval (CHARL). Soulignons que tous les professionnels de la santé sont invités à assister à ces rencontres, qui s'avèrent très enrichissantes pour leur pratique. □

M^{me} Isabelle Dodier, infirmière bachelière, exerce à l'Unité mère-enfant de l'hôpital du Sacré-Cœur de Montréal.