

24 HEURES

Quand devenir maman tourne au cauchemar

MATERNITÉ19:41

Des mères ayant connu de grosses difficultés suite à la naissance de leur enfant se regroupent pour mieux faire connaître ce qui reste encore un tabou: une naissance n'est pas toujours vécue comme un heureux évènement. Hier encore, une mère allemande tuait ses deux plus jeunes enfants.



©
Crédit
photo
| DR

SANDRA WEBER | 07 FÉVRIER 2008 | 19H41

Lorsque Marc Cherry a appris que sa mère avait nourri des pensées meurtrières envers lui et sa sœur alors qu'ils étaient en bas âge, la série *Desperate Housewives* a germé dans son esprit. Cette anecdote a fait le tour du monde. Et pourtant, la détresse des mères face à leur enfant est toujours un tabou. C'est ce qui a poussé quatre mères de famille suisses alémaniques à créer *l'Association suisse de la dépression post partum*. Avec l'aide d'experts de la santé, elles ont mis en ligne un site internet regroupant des informations à ce sujet ainsi que des adresses de contact. En Suisse romande, une initiative similaire prend forme sous le nom de *Swiss Maman-Blues*.

Incomparable au baby-blues

Car la dépression post natale n'a rien d'anodin. Il ne s'agit pas du fameux «baby blues», réaction physiologique au changement hormonal et qui touche presque toutes les mamans durant les premiers jours après l'accouchement. La dépression post-partum affecte environ une jeune mère sur dix et peut survenir quelque temps après la naissance. La mère n'est alors plus à l'hôpital et les visites de la sage-femme sont terminées.

«A ce moment là, il est très dur de trouver de l'aide, explique Sibylle Kloser, présidente de l'association alémanique. La plupart des femmes n'osent pas en parler car leur entourage s'attend à ce que la naissance d'un enfant les comble de joie. Cette pression provoque un grand sentiment de culpabilité et de solitude.»

Chantal, l'une des initiatrices de *Swiss Maman-Blues*, a traversé «vingt mois de cauchemar». Elle a pourtant vécu une grossesse heureuse. «Mais lorsque le bébé est né, je me suis sentie complètement débordée, raconte-t-elle. Surtout à un niveau émotionnel. Je ne ressentais pas de sentiment d'amour maternel envers lui.» Chantal a bien été entourée à la clinique, où elle a fait part de ses difficultés. Mais à la maison, elle s'est sentie extrêmement désemparée. «J'ai songé à le jeter par la fenêtre ou me jeter moi! Ou encore à partir sans laisser d'adresse en laissant mon fils à mon mari. Il me semblait que n'importe qui s'en occuperait mieux que moi.»

Prévention

Comment éviter d'en arriver là?

Nathalie Nanzer, pédopsychiatre au service psychiatrique de l'enfant des Hôpitaux universitaires de Genève mène actuellement une recherche sur la prévention. Car outre ses effets sur la mère, la dépression post-partum peut sérieusement nuire au développement de l'enfant. «Ce sujet est pourtant abordé aux cours de préparation à la naissance, dit-elle. Les gynécologues et les sages-femmes y sont sensibilisés et les pédiatres aussi.» Alors où est le problème? «Il se trouve que c'est encore un tabou, poursuit-elle. Même les professionnels ont de la difficulté à en parler.» Cette affection n'a cependant rien d'une invention de la modernité, puisqu'Hippocrate la décrivait déjà au IV^e siècle avant notre ère.

Avec son équipe, Nathalie Nanzer développe une technique de dépistage de la dépression post partum avant la naissance de l'enfant, au travers de questionnaires. «Les femmes que nous approchons sont enchantées de pouvoir parler de ce qu'elles ressentent.» Et les résultats sont encourageants. Sur trente femmes diagnostiquées à risque durant leur grossesse, aucune n'a présenté de symptômes de dépression après l'accouchement.

24 Heures © Edipresse Publications SA

24heures