Grossesse Santé contre la pré-éclampsie

L'association Grossesse Santé contre la pré-éclampsie vient de réaliser une nouvelle grande enquête auprès de 1 000 femmes confrontées à l'une des plus graves pathologies liées à la grossesse.

Verdict

Si la pré-éclampsie sévère et/ou précoce a de fortes répercussions sur la santé physique des mamans et de leur(s) bébé(s), **elle a également un impact psychologique important** et qui peut s'installer dans la durée.

Pourquoi une enquête sur l'impact psychologique de la pré-éclampsie ?

Parmi les 7 500 personnes confrontées à ce syndrome au sein de nos communautés Facebook et Instagram, beaucoup nous ont parlé de l'angoisse, du stress dont elles ont souffert et de leur culpabilité. Avec Fabienne Cautru, psychologue clinicienne à la maternité de Port Royal et membre du comité scientifique de notre association, nous avons voulu en savoir plus.

Alors, que faire ?

Il ne faut plus sous-estimer l'impact psychologique d'un tel événement, arrêter les « *Madame, ressaisissez-vous* » de certains membres du corps médical, et proposer un suivi plus adapté, dans la durée, à ces mamans.

La journée mondiale contre la pré-éclampsie, le 22 Mai 2021, est destinée à révéler cette pathologie afin que les femmes soient mieux suivies après avoir été touchées par ce syndrome.

Qu'est-ce que la pré-éclampsie ?

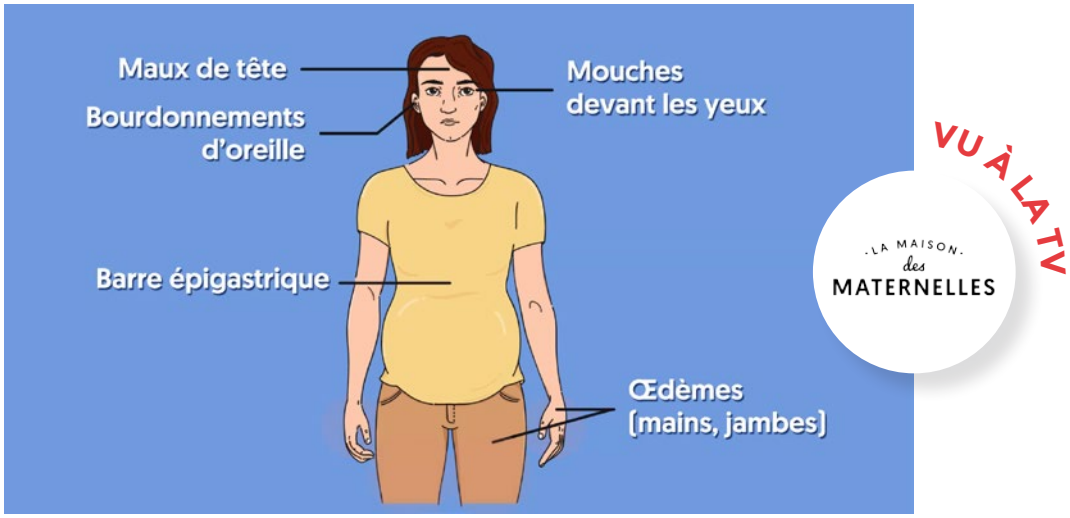
La pré-éclampsie touche environ **15 000 mamans** chaque année en France, soit **2%** des grossesses. C'est un syndrome dû à un **mauvais ancrage du placenta,** qui associe une hypertension artérielle et l'apparition anormale de protéines dans les urines. Il survient entre le 5e et le 9e mois de grossesse, **et peut donc être la cause de grande, voire très grande prématurité** dans les cas précoces pour sauver la mère (en effet, il n'existe pas de traitement en dehors de l'arrêt de la grossesse). Ce syndrome peut évoluer rapidement et entraîner **de nombreuses complications,** certaines très graves comme le syndrome HELLP ou l'éclampsie, pouvant entrainer jusqu'au décès de la mère et/ou de l'enfant.

Vous pouvez retrouver plus d'informations sur notre site **grossesse-sante.org**

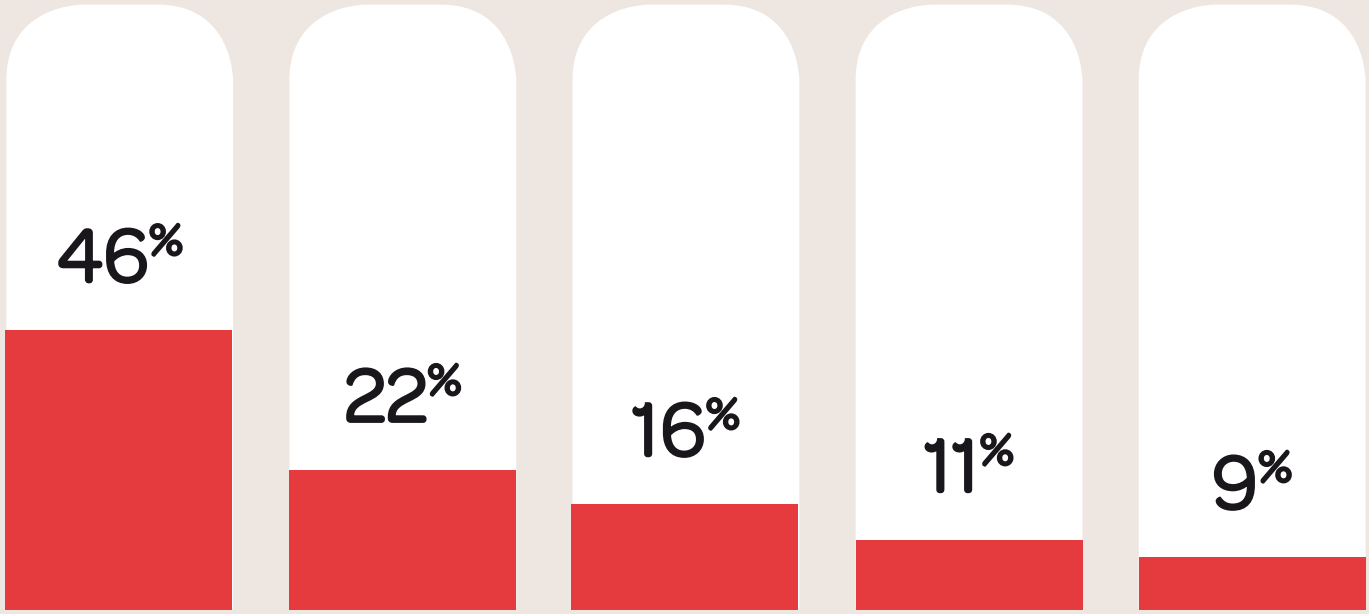
Les signes qui doivent alerter !

- Si vous ou votre entourage vous voit **très « gonflée »,** en particulier des bras, des mains, du visage (car on peut gonfler des jambes assez facilement en étant enceinte en cas de forte chaleur).
- Si vous prenez **beaucoup de poids**, et **anormalement vite.**
- Si vous avez comme **des lumières** ou **des mouches devant les yeux.**
- Si vous avez **des maux de tête** qui ne passent pas.
- Si vous avez **de fortes douleurs** dans le haut du ventre, dans le dos, comme « une barre », qui ne ressemblent pas à des contractions (dont l'intensité varie).

Si vous ou une femme enceinte que vous connaissez, présente un et surtout plusieurs de ces signes, alors dites-lui d'appeler pour être sûre que tout est normal.
Mieux vaut une fausse alerte qu'un diagnostic tardif.



Le parcours des mamans qui ont répondu à l'enquête



Syndrome HELLP (atteinte du foie)

Séjour en réanimation de 24h ou plus

Éclampsie

Hématome rétro-placentaire

Insuffisance rénale

Un parcours donc plus sévère par rapport à l'ensemble des femmes touchées par la pré-éclampsie **(25% des pré-éclampsies donnent lieu à de graves complications).**

Ces mamans ont aussi été confrontées à **des complications graves pour leur bébé :**

43%
Retard de croissance in utero (RCIU)

61%
Prématurité

49%
Hospitalisation du bébé en réanimation néonatale

13%
Décès du bébé

Seulement 19% ont eu la chance que leur bébé n'ait aucune complication.

Leurs réactions lors de l'accouchement et dans les jours qui ont suivi

Ces mamans passent du rêve d'une grossesse et d'un accouchement parfaits (peut-être trop idéalisés dans notre société actuelle) **à un cauchemar,** où la vie de leur bébé et la leur est en jeu.

Dans les jours qui suivent l'accouchement

81%
Sentiment de peur

85%
Sentiment d'angoisse

78%
Sentiment de culpabilité

Dans les semaines et mois qui suivent l'accouchement

96%
Repensent sans le vouloir aux évènements

64%
Ont parfois le sentiment de revivre cet évènement

78%
Ont le sentiment d'avoir échappé de peu à la mort

54%
Ont eu des cauchemars suite à leur accouchement

Ce mal-être a aussi entraîné pour la moitié d'entre elles (51%) **une difficulté à fonctionner** (à accomplir les tâches de la vie quotidienne, à travailler, à s'occuper de leur bébé, de leurs autres enfants…) **qui a duré longtemps** (de quelques mois à plus d'un an dans 78% des cas).

Ces chiffres démontrent que le choc de ce qui leur est arrivé (à elles et/ou à leur bébé) est à l'origine d'une grande souffrance psychique, **qui renvoie dans de nombreux cas à un trouble de stress post-traumatique en post-partum.**

49%

Expriment une tristesse et un repli sur soi

20%

Ont des troubles de l'appétit

10%

Ont des idées suicidaires

La prise en charge

44%

Ont eu un ou 2 entretiens avec un.e psychologue à l'hôpital, en majorité pendant leur hospitalisation

Mais leur utilité **a été jugée limitée** par près de la moitié (48%) de celles qui en ont bénéficié.

Notre hypothèse est que **ces entretiens arrivent très tôt après le choc :**
les mamans pourraient ne pas avoir eu le temps de prendre le recul nécessaire pour en tirer parti, toujours dans la sidération par rapport à l'évènement.
Son intégration psychique prend du temps et nécessiterait un suivi plus soutenu.

30% ont ainsi choisi d'engager une thérapie personnelle
(avec un.e psychologue en libéral ou autre type de praticien).

Comment se font-elles aider ?

Le cercle proche est extrêmement important, partenaire, parents, ami.e.s...
Mais les réseaux sociaux **ont un rôle à jouer, positif :**

61%
Lecture de témoignages d'autres mamans

26%
Écriture et partage de leur propre histoire

27%
Soutien par d'autres mamans sur les réseaux

26%
Soutien par un professionnel de la psychologie

À l'inverse, les mamans notent que **le manque d'écoute peut freiner leur évolution :** comme nous le lisons souvent sur nos pages, les partenaires, famille ou ami.e.s ne savent ou ne peuvent pas les écouter ou les soutenir comme elles le souhaiteraient.

C'est pour cette raison que **les pages sociales de l'association offrent un soutien certain** à celles qui ne peuvent l'avoir chez elles.

À noter, 35% ne se sont pas senties assez écoutées par le monde médical.
Là encore, l'association veut faire bouger les choses en participant à la formation des médecins en leur faisant part des souffrances psychologiques des mamans.

Grossesse Santé contre la pré-éclampsie

L'association Grossesse Santé contre la pré-éclampsie peut encore mieux faire pour aider les mamans. Voici quelques pistes que nous nous engageons à étudier :

Continuer les témoignages de mamans, bien sûr.
Mais aussi proposer des articles qui expliquent les souffrances psychologiques et comment aller mieux, des groupes de paroles, la mise en contact avec des psychologues spécialisé.e.s en périnatalité, des interventions de psychologues en conférence ou en Live.

@juliaetmax

Comité scientifique de l'association, qui rassemble les experts français de ce syndrome :

Gynécologie-Obstétrique :
Pr. A. Benachi, B. Carbonne, O. Morel, V. Tsatsaris.

Néphrologie :
Pr. A. Hertig.

Cardiologie, Médecine vasculaire et HTA :
Pr. C. Mounier-Vehier,
Présidente de la Fédération Française de Cardiologie.

Pédiatrie néonatale :
Pr. O. Baud, E. Zana-Taïeb.

Sage-Femme :
V. Tessier.

Psychologie :
A. Danjaume, F. Cautru.

INSERM :
C. Deneux.

Nous nous tenons à votre disposition pour répondre à toutes vos questions.

Contact presse

Céline Camilleri 06 28 01 63 56

grossesse.sante@gmail.com

grossesse-sante.org

facebook.com/grossessesantecontrelapreeclampsie

instagram.com/grossesse_sante