



À l'occasion de la journée mondiale contre la prééclampsie le 22 Mai 2021, l'association Grossesse Santé 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. 85% des mamans touchées ressentent de l'angoisse dans les jours qui suivent leur accouchement, un mal être profond qui peut perdurer de quelques mois à plus d'un an dans 78% des cas, et pouvant renvoyer pour nombre d'entre elles à un trouble de stress post-traumatique en post-partum.

## 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 ?

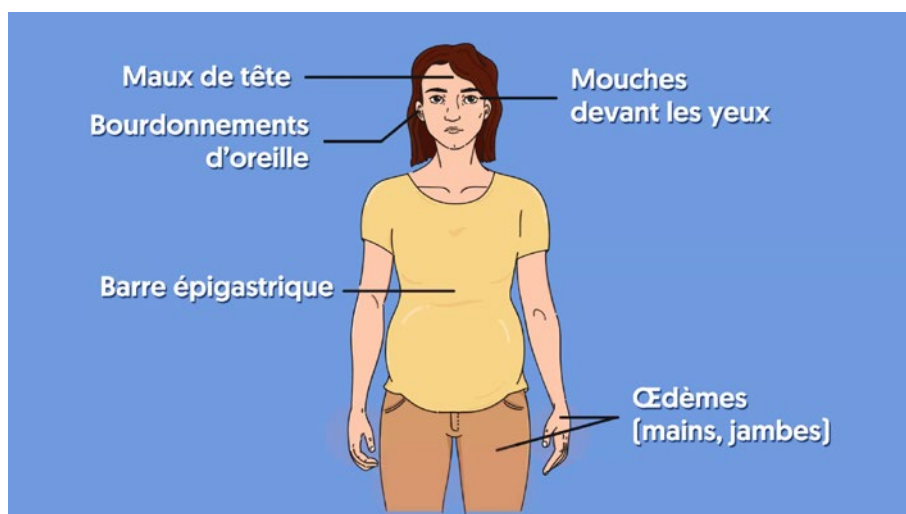
La pré-éclampsie touche environ **15 000 mamans** chaque année en France, soit **2%** des grossesses. C'est un syndrome dû à un **mauvais ancrage du placenta**, qui associe une hypertension artérielle et l'apparition anormale de protéines dans les urines. Il survient entre le 5<sup>e</sup> et le 9<sup>e</sup> 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 entraîner jusqu'au décès de la mère et/ou de l'enfant.

Vous pouvez retrouver plus d'informations sur notre site [grossesse-sante.org](http://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.**



© La Maison des Maternelles



## 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  
événements



64%

Ont parfois le  
sentiment de revivre  
cet événement



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



## 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 faire 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.



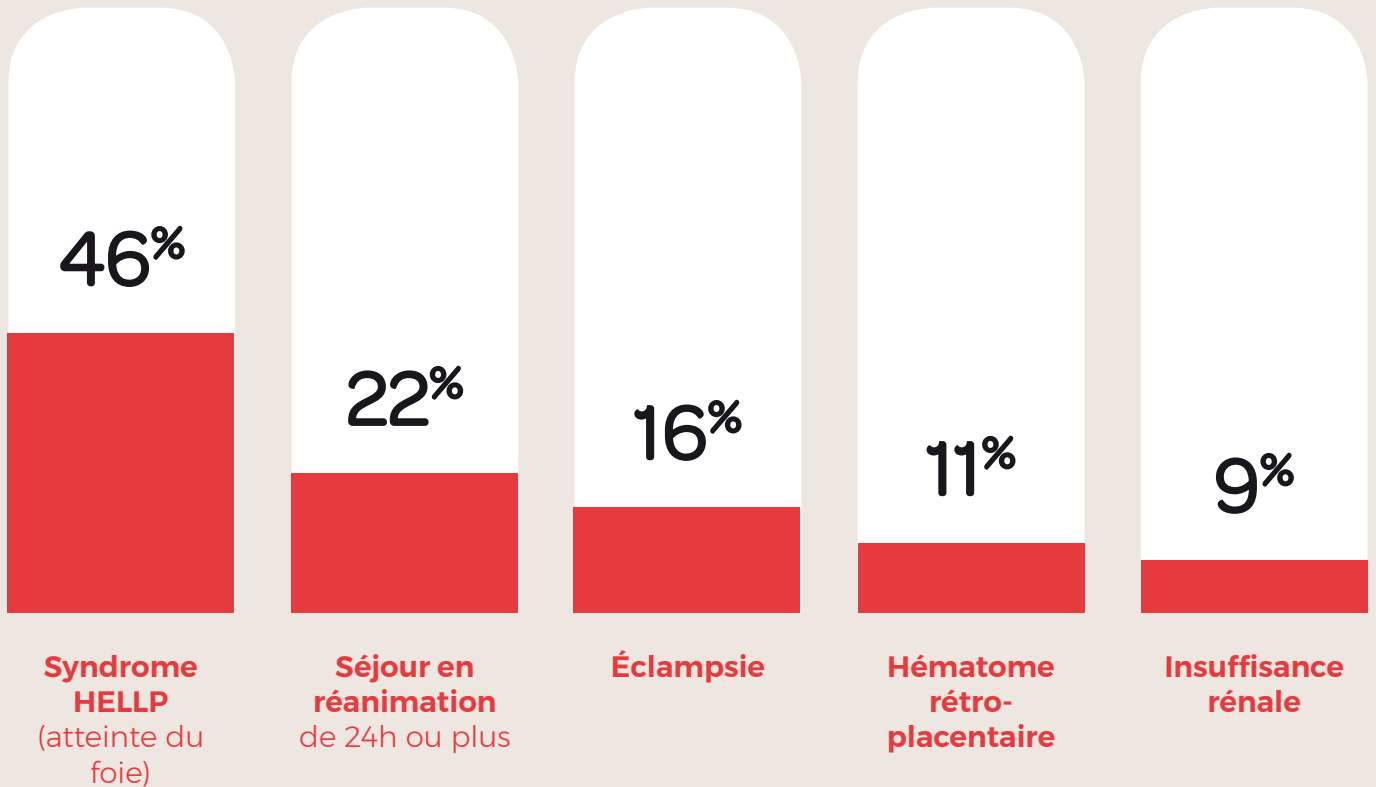
**L'association Grossesse Santé contre la pré-éclampsie peut encore mieux faire  
pour aider les mamans.** Voici quelques pistes que nous nous engageons à étudier :

**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.



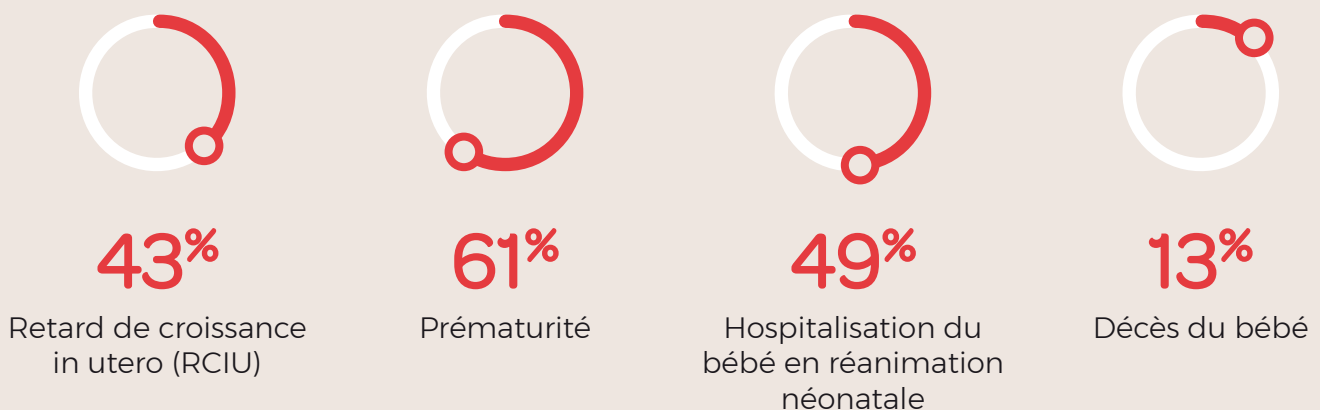
## Parcours des mamans qui ont répondu à l'enquête



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** :



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



@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](mailto:grossesse.sante@gmail.com)

[grossesse-sante.org](http://grossesse-sante.org)

 [facebook.com/grossessesantecontrelapreeclampsie](https://facebook.com/grossessesantecontrelapreeclampsie)

 [instagram.com/grossesse\\_sante](https://instagram.com/grossesse_sante)