



Accouchement dans l'eau

Quand la France fait de la résistance pour favoriser différentes manières d'accoucher, la Belgique devient le maître d'œuvre de l'accouchement dans l'eau. Yves de Smedt nous conte l'histoire d'une pratique aussi ancienne que l'humanité.

Une maternité aquatique à Ostende

texte par Yves de Smedt et photos par Fabien Raes

PORTRAIT

Yves et Isabelle de Smedt sont respectivement restaurateur et licenciée en biologie marine. Après leur premier enfant, Yves fait le rêve un peu fou à l'époque d'une maternité aquatique qui prendra forme dix années plus tard à Ostende sous le regard bienveillant du Dr. Herman Ponette.

Aujourd'hui, tous deux sont formés à la préparation prénatale aquatique, au Watsu et ils pratiquent le yoga.

La maternité d'Ostende accueille de nombreux couples venus de toute l'Europe pour l'accompagnement dans l'eau de la femme enceinte, du père, et l'accouchement.



photo: Fabien Raes



Nous avons suivi ma compagne Isabelle Gabriels et moi-même des cours de préparation prénatale aquatique voici 20 ans chez René Depelseener à Bruxelles, pionnier en la matière. Isabelle a accouché dans l'eau avec le Dr. Herman Ponette d'Ostende, un des tout grands pionniers en matière d'accouchements dans l'eau. A l'époque il n'existait qu'une sorte de baignoire et le Dr. Ponette devait se battre contre l'incrédulité générale. L'accouchement d'Isabelle fut très long et difficile (40 heures...). Les deux dernières heures se déroulèrent dans l'eau et l'accouchement trouva un aboutissement quasi « miraculeux », tout à fait inespéré.

6000 bébés nés dans l'eau !

J'ai alors rêvé, dans une sorte d'état « particulier », d'une maternité entièrement aquatique. Celle-ci, fruit d'une créative collaboration entre des personnes provenant de différentes disciplines: biologistes, artistes, psychologues, architectes d'intérieur et bien sûr le Dr. Herman Ponette, le seul médical de l'équipe, devait voir le jour 10 ans plus tard. Parallèlement, j'ai fondé l'Association Aquarius-Aquanatal à Ostende au sein de laquelle furent organisés des cours de préparation prénatale aquatique et d'acclimatation à l'eau des nouveaux-nés, tout ceci bien entendu dans le contexte des accouchements dans l'eau. Nous avons également entrepris des stages de formation pour les personnes désireuses de donner des cours de préparation prénatale aquatique, etc. Ainsi en 20 ans nous avons déjà formé des centaines de personnes, produit également de nombreuses vidéos, DVD, publications, etc. Plus de 6000 bébés sont nés dans l'eau à Ostende (« le plus grand nombre dans le monde »).

150 000 dans le monde !

Aucune femme ayant accouché de cette façon ne souhaite après accoucher d'une autre façon. Voilà ce qu'il en résulte. A noter que dans la maternité ostendaise, le taux de césariennes et de péridurales est en chute libre par rapport aux maternités « classiques ». 14 hôpitaux, dont 2 hôpitaux universitaires, pratiquent maintenant ce type d'accouchement en Belgique. Les accouchements dans l'eau sont maintenant fréquents non seulement en Belgique (à Ostende, 60% de tous les accouchements se font dans l'eau avec présence médicale constante et compétente mais sans interventions inutiles), mais aussi en Grande-Bretagne, en Allemagne, au Danemark, en Suisse, en Autriche, en Italie, etc. Une enquête britannique estimait ainsi à 150 000 le nombre de bébés nés dans l'eau dans le monde entier en l'an 2000.

Et la France ?

La grande absente dans cette aventure aquatique est la France, à tel point que les Françaises viennent chaque année accoucher par dizaines à Ostende ! Seules les demandes insistantes des femmes auprès des médicaux sont susceptibles de faire sortir ceux-ci de vieilles habitudes destinées à leur propre confort: accouchements « sur rendez-vous » avec inductions, péridurales généralisées, césariennes non indispensables, etc. Seuls quatre hôpitaux proposent ce type d'accouchement en France (sous réserves): Hôpital du bassin d'Arcachon (Dr. Maubaret), de Vitrolles (Dr. Pochard), de Guingamp (Côtes du Nord), des champs fleuris (région lyonnaise)⁽¹⁾.

Beaucoup d'autres désireraient débiter les accouchements dans l'eau, mais ils se heurtent à des obstacles « administratifs » insurmontables (...). Le Dr Patrick Stora (Centre hospitalier de Lesparre - Haut-Médoc), qui jouit d'une expérience étendue en matière d'accouchements dans l'eau, est également disposé à pratiquer ce type d'accouchements dans une petite piscine mobile. C'est en sa compagnie qu'avec ma compagne nous devons entièrement couvrir les trois jours de la première conférence nationale chinoise sur les accouchements dans l'eau, la préparation prénatale aquatique, l'acclimatation à l'eau des bébés... à Canton (en principe).

« Réhumaniser » la naissance : la légende

D'aucuns s'imaginent que les accouchements dans l'eau sont une sorte de pratique « marginale », une mode fantaisiste et passagère. Il n'en est rien; cette démarche s'inscrit dans l'important mouvement de la deuxième moitié du 20^e siècle destiné à « réhumaniser » la naissance et à démedicaliser partiellement un événement à caractère essentiellement naturel. Il faut noter que tous ces « réformateurs » sont des médecins et des hommes !

Read, Velvosky et Lamaze à l'origine d'une nouvelle prise de conscience

Dans les années 50, le Dr Lamaze rencontre à Léninegrad (St Pétersbourg - Russie) le Dr Velvoski et voit une femme accoucher avec le sourire et en pleine lucidité: « Tous ses muscles étaient relâchés; il n'y avait que son muscle utérin qui semblait travailler au milieu d'un corps complètement détendu. Le moment venu, elle a fait les efforts de poussée dans un calme absolu ». Déjà en 1945 l'Américain Grantly Dick Read avait publié un livre au titre évocateur: *Childbirth without fear (Naissance sans peur)*. Le Dr. Velvosky fait une découverte qui rejoint celle du Dr Read. La

TEMOIGNAGE

Craignant la sur-médicalisation de l'accouchement « classique » en France et désireuse de vivre pleinement mon accouchement, je me suis très vite tournée vers les méthodes dites « naturelles ». Après avoir lu tous les bienfaits d'un bain d'eau chaude pendant le travail et lors de l'expulsion, c'était décidé : j'accoucherai dans l'eau. Après quelques prospectives, je me suis vite rendue compte que cette pratique était très marginale en France. Un nom revenait souvent dans mes recherches sur Internet : Ostende, en Belgique. Mon choix était fait. La préparation que nous a proposée la maternité nous a beaucoup plu : dans une eau à 35°C, les femmes travaillent les techniques de respiration et de relaxation, alors que leur mari apprennent comment les porter et les masser pour soulager les douleurs. On préparait ainsi notre accouchement, à tous les deux. Le jour J, j'étais très détendue : je savais que je n'aurai ni perf, ni autre intervention médicale, que je serai parfaitement libre de mes mouvements et que mon mari serai avec moi, au moins aussi actif, pour faire venir notre bébé ! Dilatée à 5 cm en arrivant à la maternité, j'ai pu directement entrer, avec mon cher et tendre, dans le bain de préparation (sorte de jacuzzi). Quelle détente et quel soulagement pendant les contractions ! Après 3 h de travail dans ce bain, j'étais complètement dilatée. On m'a alors accompagnée dans une petite baignoire transparente pour l'expulsion. Un quart d'heure après, notre puce nageait dans l'eau ! J'ai pu la prendre tout de suite ; elle semblait bienheureuse, elle n'a même pas crié ! C'est normal, me dit le gynécologue, une naissance dans l'eau est beaucoup moins brutale pour le bébé... C'est sûr, pour le deuxième, je recommence !

Marie Boix



photo: Fabien Raes



photo: Fabien Raes

femme souffre parce qu'elle est « conditionnée » par la douleur, d'abord par le langage. On ne dit pas: « Quand vous ressentirez les premières contractions », mais: « Quand vous ressentirez les premières douleurs ». Si bien que, dans l'esprit de la femme déjà bien avant la grossesse, et surtout pendant ces 9 mois, il se crée une association entre ces deux mots: contraction et douleur. Les travaux de Velvosky impressionnent Lamaze. Rentré en France, il décide de développer la méthode

psycho-prophylactique inspirée de la célèbre théorie de Pavlov sur les réflexes conditionnés. Celle-ci devient la « méthode Lamaze », ou encore la « méthode psycho-prophylactique » ou encore les « accouchements sans douleurs ». Read, Velvosky et Lamaze sont à l'origine d'une nouvelle prise de conscience — citons ici pour l'anecdote que ma compagne, Isabelle Gabriels qui est à l'origine de la toute première maternité entièrement aquatique est aussi le premier bébé à être né en Belgique avec la méthode psycho-prophylactique! —.

De Leboyer à Odent

Dans leur foulée, le Dr. Frédéric Leboyer prend conscience de la nécessité de faire naître l'enfant dans la semi-obscurité, dans le calme, de lui éviter tout stress et publie son fameux *Pour une naissance sans violence* qui déclencha à l'époque l'hystérie des médias jusque dans... les revues féminines! Il nie malheureusement complètement le rôle du père. Mais il faudra attendre l'arrivée du Dr Michel Odent pour que soit vraiment prise en considération la maman dans son « environnement ». Il crée sa fameuse « salle sauvage » à Pithiviers. Nous devons clarifier plus loin son rôle dans les naissances aquatiques.

L'école belge: le rôle du père

C'est à Ostende (en France on parle volontiers d'école ostendaise ou école belge), dans le cadre des accouchements dans l'eau, que le père va suivre une préparation prénatale aquatique complète avec sa compagne afin de renforcer ses liens avec cette dernière et leur enfant, et de pouvoir prendre place avec elle dans le grand bain à bulles durant le travail de dilatation. Il aura été préparé à seconder activement sa compagne: massages, relaxation entre les contractions, respirations à l'unisson

et à lui venir en aide dans les moindres difficultés. Précision importante: le père n'est pas là pour se substituer au personnel médical, toujours attentif. C'est grâce au Dr. Ponette, grand pionnier des accouchements dans l'eau en milieu hospitalier et à l'équipe d'Aquarius-Aquanatal que ces différents concepts se sont développés depuis plus de 20 ans. Après la naissance, les parents reviennent avec leur bébé dans la piscine où ils avaient suivi la préparation prénatale aquatique, bouclant ainsi les différents épisodes. Le Dr. Herman Ponette avait travaillé auparavant 10 ans sur l'approche Leboyer avant de rencontrer Igor Tcharkovsky et Michel Odent et de débiter les accouchements dans l'eau à Ostende en 1980.

La fin d'un mythe

Il est ici nécessaire de faire une certaine mise au point quitte à chambouler certains mythes parfois tenaces! L'origine des accouchements dans l'eau se perd dans la nuit des temps. Vouloir en attribuer la paternité à l'un ou à l'autre reviendrait à se demander qui a inventé les accouchements... ou... l'eau! En Occident, au début des années 60, le Russe Igor Tcharkovsky, résidant à l'époque en Sibérie, reçoit « le tuyau » de réfugiés chinois venant de Mongolie et fuyant la révolution culturelle. Les accouchements dans l'eau se pratiquent en Mongolie (mais pas que là) depuis très longtemps. Il utilisera tout d'abord l'eau chaude pour sauver sa fille Vera née prématurée. Ce n'est que bien plus tard, sans doute en quête d'une certaine reconnaissance, qu'il affirmera être « l'inventeur » des accouchements dans l'eau. C'est lui-même qui confiera tous ces détails au

Dr. Herman Ponette, premier obstétricien à l'avoir rencontré à Moscou durant plusieurs jours.

La deuxième personne citée comme « l'inventeur » des accouchements dans l'eau est bien sûr le Dr. Michel Odent! Il n'en est pourtant rien. Michel Odent avait observé que les femmes berbères uti-

lisent un bain d'eau chaude durant le travail de dilatation. Rentré en France, à Pithiviers, il part s'acheter une piscine gonflable dans un magasin... de jouets et l'installe dans sa « salle sauvage ». Il a toujours préconisé que la parturiente sorte du bain en dilatation complète. Il préconisait donc le « travail » dans l'eau mais pas la naissance du bébé... Il m'a raconté un jour avoir eu moins d'une centaine de naissances dans l'eau (qui se produisaient quand le nouveau-né « sortait » trop vite...).

Accoucher dans l'eau, c'est dangereux ?

Selon un rapport de l'université d'Oxford portant sur 3000 accouchements sous eau en Grande-Bretagne, accoucher dans l'eau est

Il doit s'agir
d'un choix
délibéré de
la mère.

un moyen fiable et favorable à la mère et au bébé ⁽²⁾. On considère généralement que l'eau chaude diminue les douleurs de deux tiers et que le travail est accéléré de deux à quatre fois. Les épisiotomies seraient beaucoup plus rares et très réduites. Une femme ayant accouché de cette façon pour un premier enfant, adopterait définitivement cette façon d'accoucher par la suite. Nous ne connaissons en tout cas aucune exception sur plus de 6000 cas.

La préparation pré-natale

La préparation pré-natale aquatique joue un rôle très important car elle permet à la mère mais aussi au père d'optimiser les possibilités offertes par l'élément aquatique. L'eau chaude apaise et apporte une détente entre les contractions. Cette détente réduit ou élimine la production d'adrénaline, hormone du stress, et favorise la bonne production d'ocytocine, hormone responsable de bonnes contractions régulières. Il est évident que si l'accouchement se déroule d'une façon plus paisible et plus rapidement, les bénéfices iront tout aussi bien à la mère qu'à son enfant. La transition sera plus douce pour le bébé. La mère n'aura absorbé aucune solution médicamenteuse. Le nouveau-né, après avoir effectué sa sortie retrouve le même milieu aquatique dans lequel il vient de passer les neuf premiers mois de son existence. C'est ensuite qu'il sera mis en contact avec l'air afin de prendre son autonomie respiratoire. Ce passage dans une sorte « d'antichambre aquatique » ne présente aucun danger pour le nouveau-né. Les accouchements dans l'eau ne présentent en aucun cas plus de risques d'infection que tout autre type d'accouchement.

L'accouchement dans l'eau, un idéal ?

L'accouchement dans l'eau est idéal à condition qu'il s'agisse d'un choix délibéré de la mère (nous ne partageons en aucun cas l'avis de Frédéric Leboyer qui considère le rôle du père comme inexistant et les accouchements dans l'eau comme une « régression »). Notre démarche va au contraire dans le sens inverse. L'idéal d'une naissance ? Bien-être, harmonie et amour, pour le nouveau-né, sa mère, son père et toute la famille. A Ostende, un premier enfant peut accompagner ses parents dans l'eau durant tout le travail; on accouche donc « en famille » dans l'eau mais avec la sécurité médicale maximale offerte par l'hôpital. Les Françaises qui viennent accoucher dans l'eau à Ostende se contentent de faire la demande d'une carte de santé européenne à leur caisse de sécurité sociale (sans en préciser la raison). Cette carte leur assure les mêmes droits médicaux qu'en France. 🇺🇸

(1) voir carnet d'adresses

(2) r.gilbert@ich.ucl.ac.uk