Récit d’une naissance à domicile, le 10.12.2013

J’ai dépassé mon terme de sept jours en ce lundi 9 décembre 2013. J’ai eu les soirs d avant de jolies contractions (déclenchées par stimulation des mamelons) qui s’étaient arrêtées à chaque fois que Naomie s’est réveillée (elle était malade). Du coup, je me dis que ce soir je ne fais rien et arrivera ce qui arrivera.

Il est vingt-deux heures, je suis devant la télé en attendant ton papa qui est à la répète lorsqu’une première contraction arrive. Puis une autre et elles s’enchaînent aux dix minutes. Ton papa est rentré, il est minuit et je décide d’aller sur le canapé car je ne suis plus à l’aise dans le lit avec Naomie qui bouge beaucoup. J’allume la bougie violette achetée exprès pour ta naissance, je fais démarrer ma playlist d’accouchement et je sens que le chemin vers ta rencontre est en train de se dessiner.

Je somnole entre chaque contraction et vais me vider aux WC toutes les heures (là, je sais que c’est pour bientôt car c’est précisément avec ce bal des toilettes que j’avais commencé mon travail pour ta grande soeur).

Vers quatre heures, Naomie se réveille et demande à venir vers moi. Dominique et elle me rejoignent sur le canapé qu’on déplie. Naomie dormira deux heures contre moi, deux heures durant lesquelles les contractions s’intensifient et se rapprochent aux cinq minutes. Je les accueille avec plaisir et force.

Il est à peu près six heures trente quand les contractions commencent à pousser. Je viens me coller contre ton papa, incapable de lui parler, il accompagne cette première contraction de poussée et me demande s’il doit préparer quelque chose ; genre remplir la piscine. Je lui dis "oui et il faut appeler Lorraine je crois". Naomie est debout, elle va et vient entre Dominique et moi. Lorraine est mise au parfum ainsi que les grands-mamans qui s’occuperont de Naomie si besoin.

Les contractions deviennent très intenses et je sens que la poche est fissurée car du liquide s’écoule lors de chacune d’elles. Continuant encore mes allés et retour aux toilettes, je reviens toujours sur mon canapé, m’allongeant sur le côté. Mes yeux restent clos, je sens que je vais bientôt t’insuffler à la Vie et cela me réjouit.

Lorraine arrive vers sept heures trente, accueillie par ta sœur qui lui dit : «Maman à des contractions, le bébé va totir". Aussi douce et légère qu’une fée, elle reste près de moi durant dix minutes sans mot dire. Les yeux fermés, je sais qu’elle est là car je ressens sa présence, mais n’ai pas l’énergie de lui parler. Elle me demande si je veux qu’elle m examine une fois ou pas. Chose faite, je suis à neuf centimètres (moi qui pensais être à cinq, six !!!) . Elle appelle Caroline (sage-femme stagiaire à la maison de naissance) pour qu’elle nous rejoigne.

Ton papa rappelle les grands-mamans qui ne sont toujours pas arrivées. Vers huit heures dix elles arrivent les trois, alors que je suis sous ma douche par peur de "chier dans l’eau" (ma finesse légendaire lorsque j’accouche).

Je laisse passer trois grosses contractions assise au fond de mon bac de douche et sur la quatrième ; la poche éclate. Me rendant compte que je ne risque pas de me faire dessus, je décide de sortir et aller voir si la piscine est prête. Au passage je dis bonjour aux grands-mamans qui sont occupées à habiller Naomie, les deux ont les larmes qui montent en me voyant. C’est à partir de là que les contractions s’intensifient et que je commence à vocaliser en laissant pousser, pas de cris aigus, quelque chose de très grave et bas. Au milieu du salon la piscine est pleine ; je m’y installe : c’est le pied !!! Dominique m’y rejoins et commence à accompagner chaque contraction avec l’haptonomie. Sa présence me rassure et sentir ses mains sur moi me soutient énormément. Lorraine t’écoute de temps à autre au Doppler et retourne à la cuisine avec les grands-mamans qui déjeunent discrètes. Naomie vient souvent autour de la piscine et veut y mettre tous ses jouets. Je sens ta tête qui appuie au bout de mes doigts, je me mets à genoux appuyée contre le bord de la piscine à chaque contraction mais cette position ne me convient pas complètement. Je sens que tu t’engages doucement, je me mets face à ton papa, adossée contre le bord de la piscine. Je passe les trois contractions suivantes comme ça, et Lorraine, assise à la cuisine nous demande comment ça va, ce à quoi ton papa répond « Oh tout va bien, on commence à voir la tête ! ». En un bond, elle se retrouve près de nous. Elle pose sa main contre mon périnée et me demande de pousser ce bébé contre sa main, puis elle l’écoute encore une fois et me dis qu’il va falloir le sortir car il montre des signes d’inconfort.

De toutes mes forces je pousse et sens ta tête qui bouge juste à la sortie, c’est complètement fou !!! L’expulsion est plus douloureuse et plus brûlante que dans mes souvenirs pour Naomie.

Il est 9h09, tu arrives tout en douceur parmi nous en regardant les étoiles et avec un tour de cordon autour du cou, je t’attrape et te pose sur moi. Les yeux grands ouverts, un instant entre deux mondes, avant que tu ne prennes ta première inspiration. Les larmes roulent sur mes joues, ton papa vient se blottir contre nos visages et Naomie, timidement, te découvre. Dix minutes après tu têtes déjà. Le placenta est expulsé et nous sortons de l’eau.

Tu têtes durant longtemps, une fois installés sur le canapé. Je ressens une telle fierté de t’avoir mise au monde ici, chez nous sous l’œil attendri de ton papa, tes grands-mamans et de ta sœur. Plus rien ne compte désormais que toi, mon cœur se rempli d’amour au fil des secondes passées à te regarder.

Deux heures après, je me sens mal, je perds du sang et mon utérus ne se contracte plus. Je fais un gros malaise, Lorraine m’injecte du syntocinon par la voie veineuse posée en urgence pendant que Caroline masse mon utérus. Elle appelé l’ambulance et nous serons hospitalisées pour vingt-quatre heures pour révision utérine et une transfusion. J’aurai perdu près d’un litre et demi, et malgré cela, le souvenir que je garderais ne sera que douceur, confiance et sérénité. A aucun moment, je ne me suis sentie inquiète pour ma santé ou la tienne, Lorraine a été vraiment professionnelle, et je ne la remercierais jamais assez.

Je me sens tellement chanceuse aussi d’avoir pu réaliser ce rêve de mettre au monde mon enfant dans la sécurité de notre maison. C’est grâce et suite à ta naissance que j’ai fais le choix de servir cette cause et de me former en tant que doula pour que toutes les femmes puissent être entendues, respectées et entourées au moment de la grossesse et de la naissance.

Merci à toi jolie Elohée de nous avoir offert cette expérience et de nous avoir choisis pour parents, je t’aime.

Ta maman

Haut du formulaire