

1 VD : Bonjour Madame. Je m'appelle Valentine De Wolf et je suis étudiante en master santé  
2 publique. Je suis également sage-femme à l'hôpital de Braine-l'Alleud. Nous ne nous sommes  
3 malheureusement pas rencontrés lors de votre séjour à la maternité mais c'est là que vous avez  
4 accepté de collaborer à ma recherche grâce à Marie-Charlotte, ma collègue. Je vous ai choisie car  
5 vous êtes patiente de l'hôpital de Braine-l'Alleud mais également parce que vous venez  
6 d'accoucher de votre premier enfant. Vous n'êtes pas sans savoir que les séjours à la maternité  
7 raccourcissent, je m'interroge donc sur votre vécu lors de votre retour à domicile et sur la manière  
8 dont vous avez été accompagnée d'un point de vue médical et psychosocial. Notre entretien sera  
9 guidé par des questions relatives à votre préparation à la naissance, à la parentalité, votre séjour  
10 à la maternité et votre retour à domicile. Afin d'être la plus fidèle possible à vos dires, et avec votre  
11 accord, l'entretien sera enregistré, ce qui me permettra d'analyser les contenus développés ce  
12 jour. À tout moment, à votre demande, l'entretien peut être arrêté en poussant sur le bouton  
13 rouge. Notre discussion restera anonyme, votre nom ne sera jamais cité et son contenu sera traité  
14 uniquement par mes deux promotrices (Mesdames Sophie Thunus et Héliane Zabeau) et moi-même  
15 et ce à des fins de recherche en santé publique. Avant de démarrer notre entretien, avez-vous des  
16 questions ?

17 VM : Non, c'est clair

18 VD : Pouvez-vous me confirmer oralement votre accord de participation ?

19 VM : Oui, pas de soucis.

20 VD : Super ! Nous pouvons dès lors signer ensemble le consentement éclairé et démarré  
21 l'entretien. Premièrement, est-ce que vous pourriez m'exprimer le vécu de votre retour à  
22 domicile ? expliquer un peu comment ça s'est passé, après combien de temps êtes-vous restée à  
23 la maternité, puis êtes rentrée à la maison.

24 VM : Je suis rentrée à la maternité vendredi et je suis rentrée à la maison mardi après-midi. Je suis  
25 restée un petit peu plus longtemps que prévu parce que j'ai eu un accouchement très compliqué.  
26 J'ai eu une déchire D3. Donc je ne savais presque rien faire toute seule et c'est pour ça qu'au final  
27 on est resté un petit peu plus longtemps à la maternité. Et mon compagnon m'a vachement aidée,  
28 sans lui je ne m'en serais pas sortie.

29 VD : A la maternité ?

30 VM : A la maternité et à la maison. C'est pour ça qu'il a pris une semaine de congé aussi en plus  
31 parce que le retour était hard et surtout j'ai accouché en avance aussi. Donc on avait prévu le  
32 dernier week-end pour faire tous les derniers préparatifs qu'on n'a pas eu le temps de faire,  
33 évidemment !

34 VD : Vous avez accouché à combien de semaines ?

35 VM : 39, il manquait juste une semaine quoi c'est tout.

36 VD : Et tout le monde vous disait que vous alliez accoucher après 40 ?

37 VM : Evidemment ! c'est le premier accouchement, tu verras, il ne vient jamais en avance la  
38 première fois. C'est des mensonges tout ça.

39 VD : Et le fait de sortir de la maternité et de rentrer à la maison, comment ça s'est passé ?

40 VM : Ça a été un petit peu un soulagement, parce que le fait de rester tout le temps dans la même  
41 pièce à la maternité c'est assez pesant à la fin et surtout que j'étais en mode un peu petite mamy,  
42 donc euh voilà, ce n'était pas l'idéal, mais euh, non c'était plutôt positif, on avait hâte de rentrer  
43 en fait. Retrouver notre chez nous, nos habitudes, notre petit cocon quoi, parce que mine de rien  
44 à l'hôpital, on n'est pas chez soi, donc euh ça fait beaucoup.

45 VD : Ça vous a perturbée ça ?

46 VM : Ouais, après les chambres sont toutes les mêmes, voilà on ne sait pas faire grand-chose mais  
47 c'est vrai que rien que le fait de pas dormir dans le même lit avec son compagnon, moi ça m'a  
48 perturbée par contre, donc euh voilà c'est toutes des petites choses comme ça où on préfère  
49 rentrer au plus vite chez soi, même s'il y a des moments où on doit rester plus longtemps quoi.

50 VD : Donc, vous n'auriez pas voulu rester plus longtemps ?

51 VM : Non, ils voulaient me garder encore 1 jour en plus, mais j'ai demandé de rentrer quoi

52 VD : Pour quelle raison ils auraient voulu vous garder ?

53 VM : Parce que, à cause de la déchirure qui était assez importante et euh l'accouchement qui  
54 était très compliqué donc euh voilà ils voulaient me garder un jour en plus

55 VD : Plus pour vous mais pas pour Arthur ?

56 VM : Ouais, non Arthur était, lui, il a très bien vécu le truc hein mais euh c'était plus pour moi  
57 pour me reposer et être sûr que la cicatrice soit bien en bonne voie et donc c'est pour ça qu'on a  
58 dû prendre une sage-femme à domicile, c'est Tanja qui est venue et donc euh voilà elle, elle a fait  
59 le suivi post-accouchement

60 VD : Et le fait de rentrer à la maison, comment est-ce que ça s'est passé ?

61 VM : C'était un peu tendu avec le chien, on ne savait pas comment il allait réagir. Donc euh ça  
62 s'est très très bien passé. Euh après pas vraiment d'émotions particulières, ouais non en fait on  
63 avait plus de stress avec le chien, c'était vraiment ça quoi notre euh. Parce que ce n'est pas un  
64 petit chien et il est assez grand donc il a tendance à mettre sa tête partout et donc euh c'était  
65 surtout ça.

66 VD : Vous aviez tout aménagé ici pour pouvoir poser Arthur en sécurité ?

67 VM : Ouais par rapport au chien, mais après s'il veut sauter, dans le parc, il sait sauter dans le parc  
68 quoi.

69 VD : Ah oui d'accord !

70 VM : Oui oui il a de l'énergie, c'est pour cela on était assez vigilant et finalement ça se passe très  
71 bien mais c'était notre stress principal. Le reste eh, tout était prêt quoi.

72 VD : D'accord vous aviez tout planifié ?

73 VM : On avait tout planifié, à part, le lit cododo, on n'avait pas prévu ça à la base, on voulait  
74 directement le mettre dans sa chambre mais euh avec la déchirure que j'ai eue, je ne savais pas  
75 m'en occuper si j'étais dans la chambre donc euh on a dû faire ça en dernière minute. Au final,

- 76        voilà vu que l'accouchement a été compliqué, on se fait chaque fois des plans sur la comète et euh,  
77        on change totalement d'avis. Donc voilà il est en cododo, ça se passe très bien et voilà
- 78        VD : Et qui vous a conseillé ça justement ?
- 79        VM : Euh on ne nous a pas conseillé, c'est juste qu'on savait que ça existait et euh on s'est dit que  
80        ce serait le plus simple avec ce qui s'était passé quoi
- 81        VD : Monsieur a dû courir chercher un lit cododo ?
- 82        VM : Il l'a placé et tout en dernière minute
- 83        VD : Le jour même ?
- 84        VM : Si si, le jour même. Voilà il était à coté et finalement d'un côté s'est plus rassurant parce que  
85        je ne suis pas sûre en fait au final que j'aurais été capable de le mettre dans sa chambre
- 86        VD : C'est fatigant, de devoir se lever, on se réveille plus, tandis que là comme il est juste à côté,  
87        c'est plus simple.
- 88        VM : Et même on est plus stressé quoi, puisqu'on n'a pas de visu alors que là on ouvre un œil, on  
89        le voit et ok s'est bon
- 90        VD : On se rendort et voilà, ça s'est chouette ! Comment avez-vous préparé ce retour à domicile ?
- 91        VM : On a fait des cours, on a fait deux cours de préparations entre guillemets à la naissance enfin  
92        ce n'étaient pas des cours de préparations, c'était à l'hôpital de Braine-l'Alleud, la présentation de  
93        la maternité et la kiné, donc ça j'ai fait et euh j'avais prévu deux autres cours qui étaient la douleur  
94        de l'accouchement et l'allaitement. Je n'ai pas pu y aller je suis tombée malade et alors on a fait  
95        un cours avec Jade et Lauranne (sage-femme de l'hôpital).
- 96        VD : C'était lequel celui-là ?
- 97        VM : C'est la gestion de la douleur que je n'ai pas pu faire à l'hôpital quoi et donc ça je les ai faites  
98        avec elles mais c'était assez compliqué parce que Nico travaille en hôtellerie donc avec ses horaires  
99        qui changent beaucoup c'est compliqué de trouver des créneaux qui correspondent et à l'hôpital  
100        et pour Nico et pour moi quoi, donc ça c'était tendu.
- 101        VD : Est-ce que dans un des cours que vous avez suivi on parlait de ce retour à domicile ?
- 102        VM : Non, j'avais prévu de le faire la semaine ou j'étais censée être à la maison mais vu que j'ai  
103        accouché plus tôt voilà
- 104        VD : Vous travailliez ?
- 105        VM : Ouais ouais
- 106        VD : Jusqu'au bout ?
- 107        VM : Je travaillais jusqu'au bout ouais. J'étais juste arrêté la semaine d'avant parce qu'au boulot il  
108        y avait beaucoup trop de gens qui étaient malades
- 109        VD : Vous travaillez dans quel domaine ?

- 110 VM : Je travaille chez Sibelga
- 111 VD : Mmh je ne connais pas
- 112 VM : C'est les compteurs de gaz et d'électricité pour Bruxelles
- 113 VD : Ah oui d'accord. Vous n'avez pas été écartée ?
- 114 VM : Non, non je n'ai pas été écartée
- 115 VD : Comment s'est déroulée la grossesse ?
- 116 VM : La grossesse s'est bien passée, juste un problème de dos et voilà c'est tout, nerf sciatique.
- 117 VD : Comment avez-vous vécu l'arrivée d'un bébé dans votre vie de tous les jours ?
- 118 VM : Je ne m'attendais pas à ce que ... les premiers jours je m'attendais à être fatiguée mais en fait  
119 les premiers jours il y a tellement d'adrénaline qu'on est pas si fatigué que cela et que c'est  
120 vraiment le retour à la maison, on se tape un peu tout d'un coup et la fatigue reprend un peu le  
121 dessus, et donc ça c'est assez intense quoi et j'avoue que je suis pas du tout résistante à la fatigue,  
122 dès qu'il y a un truc, que j'ai pas huit heures de sommeil, je suis exécrable, et donc là pour le  
123 moment, il en prend pour son grade en haut mais euh voilà après le retour à la maison,  
124 heureusement qu'il y avait nos familles pour venir nous apporter à manger la première semaine  
125 et des trucs comme ça parce qu'on a pas le temps de faire ça quoi
- 126 VD : Vous aviez votre famille qui était présente ?
- 127 VM : Oui, ma famille qui était là, eux ils sont au taquet.
- 128 VD : Et vous leur avez demandé, ou c'est eux qui l'ont proposé ?
- 129 VM : Ah non c'est eux qui viennent. Donc ça s'est cool, non franchement ça aide, après des fois on  
130 a un peu, aller à force tous les jours de venir dire « tu m'apportes à manger, tu fais ça, tu fais ça »  
131 donc euh à la limite on se sent un petit peu gêné. Mais au final vu que c'est eux qui viennent de  
132 leur propre initiative.
- 133 VD : Ils vous demandent ce qu'ils peuvent faire et vous leur dites de ramener un repas ?
- 134 VM : Non, ma mère qui m'appelle « je t'apporte à manger ce soir ». Donc euh, ouais ouais,  
135 franchement ça aide, c'est cool
- 136 VD : Tout le monde n'y pense pas donc euh
- 137 VM : Non non et ça et euh même venir par exemple faire le ménage
- 138 VD : A il y a quelqu'un dans votre famille qui vient le faire ?
- 139 VM : Oui, point de vue aide là ils sont hyper au taquet quoi
- 140 VD : C'est un premier petit-enfant, c'est ça que vous disiez ?
- 141 VM : Non c'est le troisième mais c'est le premier petit garçon
- 142 VD : D'accord

- 143 VM : Donc à mon avis ça doit jouer
- 144 VD : Peut-être
- 145 VM : Et vu que les deux premiers c'est celles de mon frère, après c'est vrai qu'il y a toujours plus  
146 d'accroches du côté de la maman et donc euh
- 147 VD : Parce que vous êtes sa fille tandis que c'est sa belle-fille
- 148 VM : C'est ça ? Et donc avec la belle fille ça se passe toujours un peu moins proche, on ose moins  
149 s'imposer alors qu'avec moi elle n'a pas de soucis de me dire « je débarque quoi » donc euh voilà  
150 quoi
- 151 VD : Et vous comment le vivez-vous ?
- 152 VM : Ah je le vis très bien
- 153 VD : Qu'il y ait des visites ?
- 154 VM : Ça ne me pose pas de soucis, après les visites, je sais qu'eux, par exemple, s'il est fatigué, je  
155 peux leur dire il est fatigué, on va peut-être un peu écouter alors que si c'est d'autres personnes,  
156 on se sent un peu plus gêné de dire je vous mets dehors quoi
- 157 VD : D'accord ! est-ce que vous avez des difficultés ou des défis lors de ce retour à domicile ?
- 158 VM : L'allaitement, ça, ça a été hyper compliqué parce que j'ai eu une anesthésie générale à  
159 l'hôpital et je n'ai pas pu allaiter pendant 24 à 48 heures et donc euh c'était très compliqué on  
160 était avec des systèmes de seringues et tout et ça a été atroce puis on a fait le tire lait. J'ai eu des  
161 crevasses donc euh et au final là maintenant il prend uniquement que d'un sein et encore à mon  
162 avis il doit prendre que deux repas par jour
- 163 VD : Au sein ?
- 164 VM : Au sein, le reste c'est biberon donc ça c'est un peu frustrant et heureusement qu'on a eu  
165 Tanja à la maison parce que si on n'avait pas eu de sage-femme je crois que j'aurais pété un câble,  
166 clairement !
- 167 VD : A cause de ?
- 168 VM : A cause de la douleur, de pas savoir comment faire, de qu'est-ce qu'on peut faire, ne fut-ce  
169 que de donner quelle quantité au biberon, fin c'est plein de questions qu'on se pose, on n'a pas  
170 forcément les réponses. Est-ce qu'il faut donner de la vitamine K si jamais il prend du lait en  
171 poudre, fin, ce sont des questions qui sont peut-être un peu débiles, fin un peu bête, je veux dire  
172 mais euh on se les pose quoi.
- 173 VD : Ce n'est pas bête, c'est parce que tout vient d'un coup et comme on ne sait plus quoi
- 174 VM : C'est ça et dès qu'on se renseigne un petit peu sur internet pour essayer de voir, il y a  
175 tellement d'avis différents qu'au final on ne sait pas quoi donc le retour, avoir une sage-femme à  
176 domicile, je trouve ça hyper important et euh quand j'étais à la maternité, je ne savais pas en fait  
177 qu'on pouvait avoir une sage-femme à domicile après
- 178 VD : Personne ne vous en avait parlé ?

- 179 VM : Non, rien du tout
- 180 VD : Gynéco, sage-femme, préparations ? on n'en parlait pas ?
- 181 VM : Non, donc euh après je n'avais pas fait toutes les réunions à l'hôpital, donc peut-être que  
182 dans une des réunions ils en parlaient mais euh je ne savais pas qu'on pouvait avoir une sage-  
183 femme à domicile après que c'était aussi 100% remboursé parce que mine de rien ça coute un  
184 petit peu et donc le fait de savoir ça à l'hôpital on avait contacté Tanja le jour avant de sortir quoi.
- 185 VD : Donc vous ne la connaissiez pas ?
- 186 VM : Non, je ne la connaissais pas et je l'ai rencontrée parce qu'elle faisait la nuit, le jour où on  
187 devait sortir, c'est tout.
- 188 VD : Et dans votre entourage, personne ne parlait de sage-femme, vous ne saviez peut-être pas ce  
189 que c'était non plus ?
- 190 VM : Non, non franchement non, vraiment là-dessus c'était un flou total et c'est à l'hôpital qu'on  
191 nous a transmis une feuille disant voilà il y a toutes les sages-femmes là et vous pouvez les  
192 contacter. Mais sinon j'avoue que c'est un petit manque d'informations ça
- 193 VD : De prévenir en prénatal pendant la grossesse ?
- 194 VM : Oui
- 195 VD : D'accord ! est-ce qu'il y a eu d'autres difficultés par rapport à la gestion de votre enfant ? son  
196 rythme, le bain ? des douleurs ?
- 197 VM : Il commence à avoir des coliques, donc ça c'est un peu le truc : « est-ce qu'il a des coliques,  
198 ou pas ? quels sont les signes, quels ne sont pas les signes ? est-ce que je me fais des films et il est  
199 juste un peu énervé sur le moment ? donc euh et au final on lui a donné le produit et on voit qu'il  
200 est beaucoup plus calme donc euh
- 201 VD : C'est quoi ?
- 202 VM : Calmosine et au final on voit qu'il est beaucoup plus calme donc euh c'est qu'il avait des  
203 coliques mais c'est vrai que c'est un peu : « est-ce qu'il a, est-ce qu'il n'a pas, un peu, pas ? »
- 204 VD : On patauge un peu
- 205 VM : On patauge un peu, mais c'est tout. Mais sinon le reste, on voit que quand on est un peu  
206 énervé, il a tendance à s'énerver aussi beaucoup plus, ça s'est marrant à voir. Quand papa est un  
207 peu énervé, si je le prends, il se calme tout de suite et inversement aussi quoi
- 208 VD : Il le sent tout de suite
- 209 VM : Ouais, donc ça c'est cool
- 210 VD : Et dans le fait d'aller voir le pédiatre, de sortir, de mettre le maxi cosy, la gestion un peu de  
211 tout ce qui est autour d'un bébé
- 212 VM : On n'a pas conscience du temps qui passe, on se dit on va juste préparer le maxi cosy on en  
213 a pour 10 minutes, au final ça nous prend une demi-heure, donc euh c'est vrai que la notion du

214 temps est tout de suite différente. Après on n'a pas de pédiatre, on a décidé d'aller chez le médecin  
215 de famille et euh donc voilà, ça s'est bien passé. On a été chez l'ostéo aussi parce qu'il a des  
216 problèmes avec sa mâchoire, il tète très très fort mais euh non c'est toujours le temps. On ne se  
217 rend pas compte le temps que ça prend, et au final à chaque fois qu'on sort c'est à ce moment-là  
218 qu'il doit manger. Tout le temps, tout le temps. Et donc on essaye de prévoir les rendez-vous en  
219 fonction mais non !

220 VD : Ils n'ont pas un rythme fixe

221 VM : Oui, donc euh ça tombe toujours au mauvais moment, donc on est en retard. Mais là  
222 maintenant, on prévoit une bonne demi-heure à l'avance pour être sûr d'être bien quoi.

223 VD : Donc la grosse difficulté pour vous c'était plus l'allaitement ?

224 VM : Oui ça a été le plus dur. Après il y a la petite peur de la cicatrice et tout mais ça en regardant  
225 on a vu que ça avait bien dégonflé et tout le bazar donc euh

226 VD : Votre cicatrice à vous ?

227 VM : Oui, ma cicatrice à moi. Mais non, le plus gros problème ça a été l'allaitement.

228 VD : Parce que vous avez dû avoir une anesthésie générale, parce que vous êtes retournée en salle  
229 d'opération

230 VM : Oui c'est ça j'ai perdu trop de sang. Et donc euh

231 VD : Vous avez fait une hémorragie en plus !

232 VM : C'est ça j'ai perdu 1 litre deux, j'ai fait une hémorragie et donc ils ont dû m'endormir, bloc  
233 opératoire, recoudre

234 VD : Vous étiez sous péridurale ?

235 VM : Oui

236 VD : Mais ça n'agissait peut-être plus suffisamment ?

237 VM : Ah je ne sais pas je m'évanouissais à chaque fois donc à mon avis il y a eu un petit souci avec  
238 la péridurale ?

239 VD : Hypotension, liée à l'hémorragie

240 VM : Je ne sais pas mais ce qui s'est passé mais voilà c'était assez intense.

241 VD : D'accord ! et vous avez pu le mettre au sein 48 h après ?

242 VM : J'ai accouché à 18h20 et je l'ai eu au sein, le lendemain il devait être début d'après-midi.

243 VD : Et au niveau de la mise au sein à l'hôpital, c'était aussi difficile parce qu'il tétait fort ?

244 VM : Il ne voulait pas, il tétait à moitié et puis quand il prenait il tétait hyper fort et donc j'ai eu  
245 rapidement des crevasses tellement qu'il tétait fort ça faisait horriblement mal donc j'ai eu  
246 directement presque des crevasses et euh il n'arrivait pas à prendre correctement les tétons parce

- 247 que j'avais les tétons qui étaient fort renforcés, donc c'est seulement il y a une semaine qu'il a  
248 capté comment prendre correctement le sein quoi
- 249 VD : D'accord ! et il tète 2 fois par jour ?
- 250 VM : Non je le mets au sein plusieurs fois par jour, fin j'essaye de le mettre 7 à 8 fois par jour au  
251 sein mais il ne prend pas, je produis pas assez suffisamment
- 252 VD : D'accord, il reçoit le reste en ?
- 253 VM : Il reçoit le reste au biberon
- 254 VD : De lait artificiel ou de votre lait à vous ? vous tirez du coup ?
- 255 VM : Non, non lait artificiel parce qu'au tire-lait au début ça allait, fin je tirais plus ou moins 15ml  
256 mais au bout d'une semaine je tirais 5 ml et des fois plus rien
- 257 VD : Et là vous avez arrêté
- 258 VM : Là on a arrêté et on est allé le rendre et voilà quoi
- 259 VD : Maintenant c'est stop allaitement
- 260 VM : C'est ça, il va au sein, il prend ce qu'il veut quand il veut bien aller au sein, parce que la nuit  
261 il est tellement « je veux manger je veux manger, je veux manger » que le sein il ne le prend pas  
262 donc la nuit c'est plutôt biberon
- 263 VD : Pour être vite vite rassasié
- 264 VM : C'est ça. Et donc c'est plutôt la journée qu'il est au sein quoi
- 265 VD : Et ça, est-ce que ça vous perturbe le fait que l'allaitement ne fonctionne pas comme vous le  
266 vouliez ? est-ce que ...
- 267 VM : Alors par rapport au début ce qu'il y avait à l'hôpital je suis très contente qu'il prenne déjà le  
268 sein et qu'il arrête de me faire trop trop de douleur plus ou moins donc non avec, entre guillemets,  
269 les progrès qu'on a fait je sais que c'est pas optimal mais euh je le vis bien, je suis contente avec  
270 ça après il continue il continue tant mieux ! il continue pas j'arrête de m'en faire et il prendra le  
271 biberon quoi, il le vit bien.
- 272 VD : Ça va, concernant le bain, le change, tous les gestes qu'il y a autour d'un bébé, le soin du cordon,  
273 est ce que tout ça, ça roule, est-ce que vous avez eu ?
- 274 VM : Alors hum les premiers soins, premier bain, premier changement de couches et tout, j'étais  
275 hyper frustrée parce que je ne pouvais pas le faire je ne pouvais pas me lever, donc là j'étais assez  
276 frustrée parce que c'est papa qui faisait tout et j'avais même du mal de me tenir à côté pour juste  
277 regarder donc ça c'était assez frustrant. Mais une fois qu'on est revenu à la maison, papa m'a tout  
278 expliqué et donc voilà maintenant c'est moi qui lui donne son bain et pour le change de couche  
279 moi j'ai du bol j'ai chaque fois les pipis et lui a tout le temps les cacas. Mais c'est vrai qu'il y avait  
280 la frustration des premiers jours, de se sentir un peu en retrait, on ne peut pas vraiment participer  
281 parce qu'on n'a pas la capacité de le faire donc ça c'est assez frustrant. Mais sinon après le retour  
282 à la maison un fois qu'on est plus calme qu'il me réexplique un peu tout. Il y a aussi moins cette

283 peur de reposer 36 fois la question quoi parce que je sais qu'il n'en a rien à foutre, il me répondra,  
284 il me répondra quoi ! alors qu'à l'hôpital on a un peu peur de poser 3 fois la même question, voilà !

285 VD : A la même sage-femme ou à des sages-femmes différentes ?

286 VM : A la même sage-femme ou à des sages-femmes différentes hein après euh voilà

287 VD : Ça s'est bien passé justement votre séjour à la maternité, l'encadrement, toutes les questions  
288 que vous avez posées ?

289 VM : Alors, séjour à la maternité ça s'est très bien passé après c'est vrai que ce qui était un peu  
290 plus perturbant mais après voilà c'est comme ça on ne sait pas faire autrement c'est que j'ai perdu  
291 les eaux à 18h j'ai commencé à avoir des contractions à 3h du matin et j'ai accouché à 18h20. J'ai  
292 eu 3 équipes différentes et ça j'avoue c'est un peu frustrant parce que dès qu'on commence à  
293 établir vraiment un contact avec la sage-femme et tout paf c'est le changement d'équipe donc ça  
294 j'avoue c'est un peu frustrant. Après elles étaient toutes bien donc là-dessus je n'ai pas eu de  
295 problèmes mais voilà ce côté vraiment accouchement le fait d'avoir à chaque fois un changement  
296 d'équipe était un peu perturbant quoi

297 VD : Pour le prochain, n'hésitez pas à faire appel à une sage-femme indépendante qui vous suit  
298 pendant toute la durée du travail comme ça vous la connaissez du début à la fin.

299 VM : Ça de nouveau, on m'avait dit. Je savais qu'on pouvait avoir un kiné mais pas une sage-femme  
300 alors que ça coule de source mais voilà c'est des choses où je savais qu'on pouvait avoir une kiné  
301 mais alors elle devait faire une demande spécifique à l'hôpital et tout mais je ne savais pas qu'on  
302 pouvait avoir une sage-femme indépendante

303 VD : Une indépendante qui vient comme accompagnante, elle ne vient pas faire tout le travail mais  
304 elle vient accompagner de A à Z. comme ça il y a un point de repère fixe.

305 VM : Voilà

306 VD : Donc un manque d'information en prénatal sur tout ce qui entoure

307 VM : L'accouchement, et le retour à domicile, les aides qu'on pourrait avoir quoi.

308 VD : Ça, vous pensez que qui devrait vous donner l'info ?

309 VM : L'hôpital je dirais mais après comme je dis je n'ai pas été à toutes les réunions parce que je  
310 suis tombée malade donc si ça se trouve ça a été dit à ces réunions là et c'est juste les réunions où  
311 je n'ai pas pu aller donc je peux difficilement les blâmer alors que peut-être ça a été dit durant ces  
312 réunions quoi

313 VD : Il y a l'existence d'une consultation par sage-femme vers 32 semaines ou la sage-femme  
314 explique un peu tout mais le gynéco ne vous en a peut-être pas parlé ?

315 VM : Non. Peut-être qu'elle, elle a oublié mais c'est vrai qu'à 32 semaines il y a une consultation  
316 en tête à tête pendant 1h de la maman et d'une sage-femme où on parle du séjour, de  
317 l'accouchement du retour à domicile

318 VD : A l'hôpital ?

319 VM : Oui

- 320 VD : Après, est-ce que vous avez eu d'autres difficultés dans votre rôle de parent ?
- 321 VM : Hum, non je crois que je suis encore en pleine découverte, je n'ai pas encore assimilé tout ce  
322 qu'il faut, hum, des difficultés ? franchement à part la fatigue, il est assez calme, il est assez posé  
323 donc euh
- 324 VD : Vous n'êtes pas stressée par ce rôle-là, la responsabilité, c'est fluide pour vous ?
- 325 VM : Oui oui franchement non c'est fluide.
- 326 VD : Vous avez déjà eu d'autres enfants à vous occuper ?
- 327 VM : À part du baby-sitting de temps en temps mais jamais de nouveau-né, c'était des petits de 6-  
328 7 ans.
- 329 VD : Oui, donc pas des changes, des bains, préparations de biberons ?
- 330 VM : Non, c'est une grande découverte mais non franchement ça se passe plutôt bien mais c'est  
331 parce que le papa aide beaucoup aussi
- 332 VD : Et est présent
- 333 VM : Oui, parce que normalement ben voilà son congé de paternité se termine aujourd'hui mais  
334 j'avoue que je ne serai pas à l'aise de le garder là toute seule maintenant. Donc je suis bien  
335 contente qu'il ait pris des jours en plus parce que 10 jours pfff ce n'est rien du tout
- 336 VD : Oui, oui, comparé à d'autres pays
- 337 VM : Oui, c'est quedal et même pour lui ça doit être frustrant de retourner travailler et de pas voir  
338 les évolutions qu'il pourrait faire quoi, donc voilà
- 339 VD : Et lui il s'adapte bien à son rôle de papa ?
- 340 VM : Oui il s'adapte très bien
- 341 VD : Oui ?
- 342 VM : Oui, je crois qu'il s'adapte encore mieux que moi
- 343 VD : C'est vrai ?
- 344 VM : Il est fait pour ça !
- 345 VD : Ah ben c'est chouette ça ! On se découvre hein quand on a un enfant, c'est d'autres questions,  
346 d'autres discussions, d'autres tensions.
- 347 VM : Je trouve que le pire c'est l'accouchement en soi. On voit vraiment jusqu'où entre guillemets  
348 l'autre peut aller, donc ça c'était très très intense
- 349 VD : Il s'est révélé, vous l'avez vu sous un autre regard
- 350 VM : A c'était une bête de combat, il était au taquet sur tout
- 351 VD : Qu'est-ce qu'il faisait ?

352 VM : Bah, rien que le fait d'être là quand ils ont sorti la ventouse, le gynéco lui a dit : monsieur ça  
353 peut choquer et il n'a pas tourné de l'œil alors que c'était assez trash quoi. En fait à la dernière  
354 poussée, la dernière fois où ils ont utilisé la ventouse ils ont dit voilà c'est la dernière fois qu'on  
355 essaye et après ce sera césarienne. À ce moment-là, la tête d'Arthur est sortie uniquement qu'à  
356 moitié, moi j'avais tout donné en me disant que c'était la dernière poussée, le monitoring disait  
357 que son cœur descendait et au lieu de stresser comme moi j'ai commencé à stresser comme une  
358 folle, non il est resté assez calme et il m'a dit : « il faut que tu pousses, il faut que tu pousses »  
359 quoi. Un sang-froid inimaginable, je ne pensais pas ça.

360 VD : Vous l'auriez imaginé plutôt comment ?

361 VM : Pas stressé mais pas aussi concentré et aussi coach, s'il avait tourné de l'œil, j'aurais craqué,  
362 j'aurais dit stop on s'en fout, c'est fini, on le remballe.

363 (Rires)

364 VD : Le soutien que vous avez reçu à domicile, vous aviez parlé de Tanja la sage-femme, vous avez  
365 eu d'autres professionnels qui ont gravité autour de vous ?

366 VM : Non, juste Tanja et elle était vraiment super

367 VD : Elle est venue combien de fois ?

368 VM : Elle est venue 4 ou 5 fois. Elle était géniale, chaque fois elle venait, on faisait les soins, cordon  
369 ombilical, la pesée et juste de savoir qu'il prenait du poids, qu'il était sur une bonne courbe, ça  
370 soulage parce qu'on se pose toujours des questions : est-ce que je fais bien, est-ce qu'il n'a pas  
371 trop faim, est-ce qu'il ne mange pas de trop ? le fait qu'elle vienne et qu'on fasse un suivi et qu'au  
372 bout de 3-4 visites on voit que ça continue sur cette pente-là, ben c'est cool, ça rassure  
373 énormément. Après Tanja est quelqu'un qui rassure beaucoup, elle ne va pas cacher des choses  
374 mais quand ça se passe bien, elle n'hésite pas à le dire, c'est cool. Elle a beaucoup aidé, je crois  
375 que sans elle on ne s'en serait pas sortie, je crois qu'on serait beaucoup plus stressé à ce demandé  
376 quoi/ comment, elle enlève énormément de stress en fait, on ne s'en rend pas compte en fait. Là  
377 le fait d'en parler je me rends compte qu'elle retire beaucoup de stress, de questionnements, ça  
378 aide énormément.

379 VD : Elle est venue 4-5 fois, elle va encore revenir ?

380 VM : Non, là c'est fini

381 VD : Elle a dit que c'était bon ?

382 VM : Voilà, elle a dit qu'il était très très bien, qu'il avait repris plus que son poids de naissance donc  
383 non, voilà elle nous a dit que s'il faut, on la recontacte et elle revient quoi mais à priori, on est très  
384 bien parti

385 VD : Vous aviez des contacts par téléphone, par sms ?

386 VM : Alors, elle vient normalement 1h mais elle a tendance à rester 1h30 voire 2h et après quand  
387 on a des questions, par sms, donc pas de soucis, elle est très réactive

388 VD : Vous vous sentiez à l'aise pour poser n'importe quelles questions ?

- 389 VM : Oui pas de soucis franchement, elle arrive, on se tutoie, elle met vraiment les gens hyper à  
390 l'aise et ça aide énormément
- 391 VD : Et l'infirmière de l'ONE avait proposé son passage ?
- 392 VM : Alors l'infirmière de l'ONE a appelé une première fois mais on était tellement débordé que  
393 finalement je l'ai rappelé uniquement fin de semaine passée et elle doit venir mercredi
- 394 VD : D'accord, elle vient aussi
- 395 VM : Voilà, elle vient expliquer comment ça se passe exactement
- 396 VD : Elle a déjà expliqué son rôle ?
- 397 VM : Non pas encore, elle nous a juste dit qu'elle viendrait à domicile nous expliquer tout ce qu'ils  
398 proposent comme activités, les pédiatres, ce que l'on peut apporter
- 399 VD : Oui ils proposent pas mal de choses, notamment des petites réunions mamans-bébés en  
400 groupe, des séances de psychomotricité, des choses comme ça
- 401 VM : Ah c'est sympa
- 402 VD : Il y a une maison de l'ONE ici, à Waterloo, et ils proposent des activités le samedi matin et le  
403 mercredi notamment lecture d'histoire pour quand il sera plus grand
- 404 VM : Ah c'est mignon
- 405 VD : Oui
- 406 VM : En plus c'est gratuit donc autant en profiter
- 407 VD : Mais oui, au niveau de votre gynécologue, est-ce qu'elle vous a parlé de votre retour au  
408 domicile ou était-ce plutôt des rencontres médicales ?
- 409 VM : Euh, Docteur Delande est purement dans le médical
- 410 VD : Elle ne vous a pas parlé des sages-femmes indépendantes ?
- 411 VM : Non, et c'est vrai que ça aurait peut-être été utile
- 412 VD : Qu'elle en parle ?
- 413 VM : Oui mais elle est plus dans le médical
- 414 VD : Est-ce que tous les professionnels autour de vous (prénatal, maternité, domicile) ont  
415 répondu à vos questions ? ou trouviez-vous qu'ils manquaient de structure, ou de quelque  
416 chose ?
- 417 VM : Je réfléchis..., après de nouveau je reviens sur les visites, le prénatal parce que je n'ai pas suivi  
418 toutes les réunions donc je ne sais pas si ça manquait de structures ou quoi que ce soit, c'est vrai  
419 qu'il me manquait des informations mais si ça se trouve ça a été dit aux réunions où je n'étais pas  
420 présente. Mais après à l'hôpital ou à domicile, non c'était très bien
- 421 VD : Vous ne vous êtes pas retrouvée à dire : mince on ne m'a pas dit ça, ou ça ?

422 VM : Si, par rapport à la sage-femme ! mais vu qu'on a eu Tanja à la maison, on a finalement eu  
423 toutes les infos qu'on voulait quoi.

424 VD : Est-ce que le fait de vous donner plein d'informations en prénatal vous aurait paru utile ou  
425 alors est ce mieux de les donner en post-natal à domicile ?

426 VM : Je crois qu'il y a certaines choses qui doivent mieux être données en postnatal, donc toutes  
427 les questions par rapport aux soins bébés toutes ces choses-là. Après les avoir en prénatal, on peut  
428 entre guillemets un peu s'exercer si je puis dire mais on oublie vite alors que le fait de vraiment le  
429 pratiquer sur son bébé on ne l'oublie pas quoi. Donc oui il y a certaines informations concernant  
430 les soins du nouveau-né et l'allaitement qui serait le plus intéressantes directement après  
431 l'accouchement

432 VD : À la maternité durant le séjour ou accompagnée à domicile par quelqu'un ?

433 VM : Alors, idéalement, ce serait bien d'avoir ça en privé mais après l'allaitement et les premiers  
434 soins du nouveau-né se font à la maternité donc c'est un peu compliqué de dire on remet ça 5  
435 jours après quoi

436 VD : A la maternité on reçoit beaucoup d'informations

437 VM : Oui, il y a beaucoup de gens qui passent

438 VD : Vous avez su tout assimiler ou il y a plein de choses que vous avez oubliées ?

439 VM : Après l'ONE c'est simple, elles viennent déposer un petit carnet donc on a le temps de le  
440 feuilleter un peu après donc voilà. Par exemple, la kiné qui vient et qui propose plein d'exercices,  
441 sur le moment on essaye de se rappeler mais finalement maintenant je suis à la maison et je ne  
442 me rappelle pas la moitié des exercices qu'elle m'a dit de faire quoi donc ça ce serait peut-être  
443 intéressant qu'au lieu de passer 2 fois à l'hôpital, elle ne passe qu'une fois à l'hôpital et une fois à  
444 domicile quand on est un peu plus reposée si je puis dire. Ces exercices ça passe un peu en second  
445 plan par rapport aux soins du bébé, de l'allaitement. Les exercices sont plus pour nous mais on se  
446 focalise plus sur les soins bébés que sur nous à ce moment-là quoi. Ça nous passe un peu au-dessus  
447 de la tête.

448 VD : C'est le nouveau rôle de maman, priorité au bébé

449 VM : Oui, c'est ça ! (Rire)

450 VD : Si pour terminer, vous deviez revoir votre prise en charge avec un nouveau regard et votre  
451 expérience de jeune maman. Qu'auriez-vous souhaité changer et ou garder ?

452 VM : Par rapport à la naissance ?

453 VD : Si vous étiez à nouveau enceinte, y a-t-il quelque chose que vous changeriez dans le suivi de  
454 la grossesse, l'accouchement, la préparation, l'accompagnement ?

455 VM : J'aurais aimé qu'on me dise que la péridurale pouvait arrêter le travail parce que je pense  
456 que si on me l'avait dit je ne l'aurais pas prise et j'aurais tenu pour 2 cm restant. De savoir à l'avance  
457 qu'on pouvait prendre une sage-femme. Et c'est tout en fait, le reste franchement tout était bien

458 VD : Pendant le séjour, est-ce que vous avez du coup stressé de rentrer à la maison alors ? car vous  
459 ne connaissiez pas l'existence des sages-femmes à domicile ?

460 VM : On a su le dimanche que Tanja viendrait à domicile et j'ai accouché le samedi soir donc non

461 VD : Et avant qu'on vous parle de ces sages-femmes vous demandiez-vous comment cela allait se  
462 passer ?

463 VM : Non, j'étais tellement shootée par les médicaments que ça me passait au-dessus de la tête à  
464 ce moment-là et c'est vraiment le lendemain quand on a commencé à le mettre au sein que je me  
465 suis dit : ouille il va y avoir un petit souci ! et là alors on nous a donné la feuille avec les coordonnées  
466 des sages-femmes et je lui ai envoyé un message et elle a répondu directement donc euh

467 VD : Et ça ça a été vu comme un soulagement que quelqu'un viendrait à la maison ?

468 VM : Oui franchement oui !

469 VD : Même si ce n'est qu'une heure de temps en temps ?

470 VM : Oui car ça aide beaucoup, on ne s'en rend pas compte, c'est vrai que sur le moment on se dit  
471 qu'une heure ce n'est pas grand-chose sur les 24h. et quand elle vient au final ça passe tout seul,  
472 c'est suffisant car que peut-elle faire de plus à part le déshabiller, le peser, le mesurer, voir s'il  
473 réagit bien. Une heure c'est largement suffisant, elle passe aller près d'un quart d'heure pour le  
474 bébé et le reste du temps c'est avec la maman pour la rassurer, l'aider, pour l'allaitement ou des  
475 démarches ; on se dit que c'est peu mais c'est bien !

476 VD : Et concernant votre entourage, votre compagnon, quelles étaient vos attentes ?

477 VM : Non ils sont top, là-dessus on a du bol, ils sont vraiment top, tout est parfait parce qu'en soit  
478 à la base on s'était dit tout le monde viendrait à l'hôpital comme ça après on aura la paix à la  
479 maison et au final on a fait tout les contraires quoi. Juste les parents, frères et sœurs à l'hôpital et  
480 le reste c'est petit à petit à la maison, on peut mieux gérer le temps qu'il reste. On leurs dit si on  
481 ne veut pas qu'ils restent trop longtemps, on leur dit de venir pour un café quoi et si on veut qu'il  
482 reste plus longtemps : « venez pour manger » et on commande des pizzas quoi. On sait mieux  
483 gérer le temps qu'il reste contrairement à l'hôpital où ils peuvent venir de 15 à 19h, c'est plus  
484 simple.

485 VD : Pour la gestion de la logistique, du ménage, de la nourriture, vous ne vous tracassez pas, la  
486 famille vient, vous commandez des choses, les gens apportent à manger, donc ce n'est pas quelque  
487 chose qui vous stresse

488 VM : C'est ça, on a beaucoup de bol

489 VD : C'est chouette, je pense qu'on a fait le tour de tout ce que vous avez mis en place, ce qui s'est  
490 passé en prénatal, pendant votre séjour et votre retour à la maison, sauf si vous aviez d'autres  
491 choses à dire concernant la gestion d'Arthur ?

492 VM : Non

493 VD : Il n'y a pas eu de stress en tout cas par rapport à lui j'ai l'impression ?

494 VM : Non, on le vit plutôt bien, le fait d'en parler là je me rends compte qu'on le vit plutôt bien,  
495 qu'on n'est pas trop stressé.

496 VD : Ça évolue bien, vous avancez bien

497 VM : En fait je suis contente, on le vit plutôt bien je crois !

498 VD : Et bien oui, en tout cas, c'est l'image que vous me donnez

499 (Rires)

500 VD : Je vais terminer ma petite conclusion. Je vous remercie d'avoir pris le temps de participer à la  
501 réalisation de mon mémoire ainsi que d'avoir partagé avec moi votre vécu concernant cette grande  
502 période de votre vie. Si vous le souhaitez par la suite, vous pouvez me contacter au numéro de  
503 téléphone suivant : le 0474/03.37.17. Je peux également, si vous le souhaitez, mettre à votre  
504 disposition les résultats de ma recherche. Je retiendrai de notre entretien les différents points  
505 suivants : d'ailleurs le fait que justement tout paraît fluide, il n'y a pas l'air d'avoir de complications  
506 excepté le début de l'allaitement mais vous avez su trouver des solutions, vous avez été aidée par  
507 Tanja qui apparemment vous a été bénéfique aussi et surtout que vous êtes très bien entourée  
508 par votre compagnon et par votre entourage.

509

510 VM : Ça aide

511

512 VD : Ça aide beaucoup

513

514 VM : Je ne vois pas une femme seule, une mère célibataire faire tout ça, ce serait une tuerie ça, je  
515 n' imagine pas, je pêterai un câble, c'est hyper costaud sans aide, je ne sais pas comment font les  
516 gens, c'est hyper compliqué. Je ne pourrais pas le faire en tout cas, les mères célibataires ont  
517 atteint une estime dans mon esprit qui est assez haut que je n'aurai pas imaginé avant.

518

519 VD : (rires) Je vous remercie également de m'avoir accueillie chez vous. L'entretien est à présent  
520 fini. Merci

521

522