

Perdre un ou plusieurs bébés lors d'une grossesse multiple

L'augmentation des traitements en clinique de fertilité et l'âge plus avancé des femmes qui s'engagent dans une grossesse contribuent à une plus grande proportion de naissances de jumeaux et de triplés. Les jumeaux ou les triplés attirent beaucoup d'attention sur eux et sur leurs parents. Ils apportent du prestige et de l'importance à leur famille et leur attente est très excitante.

Avant l'invention de l'échographie, il n'était pas exceptionnel que les parents aient, à la naissance, la surprise de l'arrivée de deux bébés, ou même de plusieurs, au lieu d'un seul. Depuis qu'on pratique des échographies, les parents ont le temps de s'attacher à chaque bébé durant la grossesse et s'habituent à se considérer comme des parents de jumeaux ou de triplés. Les préparatifs pour leur venue se font souvent plus tôt durant la grossesse, à cause du risque que la maman soit au repos au lit pour plusieurs semaines ou accouche prématurément, ce qui rend plus concrète la réalité de l'attente de plus d'un bébé.

♥ *À 24 semaines de grossesse, la chambre des bébés était peinte, la décoration terminée, les petits lits, côte à côte, les attendaient, les petits vêtements étaient lavés et prêts à servir. Nous avons même fait une grande provision de couches.*

Il est possible qu'un ou plusieurs bébés d'une naissance multiple ne survive pas. Ces grossesses sont plus à risques d'un accouchement très prématuré et d'autres complications propres aux naissances multiples. Un des bébés peut aussi être perdu pour les mêmes raisons qu'un bébé unique, à cause d'anomalies, de maladie ou d'accident.

Si un de vos bébés est dans un état critique et qu'un autre est décédé, il vous est sans doute très difficile de vous concentrer sur un ou plusieurs des aspects de la situation. Vous pouvez être accablés par la mort d'un des bébés, en oubliant le bébé survivant, ou à l'inverse mettre toute votre énergie sur le bébé survivant, en mettant de côté votre bébé mort. Vous pouvez vous sentir confus ou complètement dépassés par les événements.

♥ *C'est très difficile de planifier les funérailles d'un bébé alors que l'autre se bat pour vivre. On veut faire quelque chose de bien pour celui qui est mort et en même temps, on ne veut pas négliger celui qui est vivant et qui a besoin de nous.*

Il peut être aussi difficile pour vous d'être en contact, en néonatalogie, avec des parents d'autres jumeaux qui ont survécu et de les voir partir pour la maison avec tous leurs bébés.

Le retour à la maison avec votre bébé survivant n'est pas aussi joyeux que pour les parents qui ramènent leur bébé unique. Vous devez faire face à la dure réalité : l'autre bébé (ou les autres bébés) est décédé. Contrairement à ce que beaucoup pensent, le fait d'avoir au moins un bébé vivant ne console pas nécessairement les parents.

♥ *Quand on attend des jumeaux, on les aime tous les deux et on les veut tous les deux.*

♥ *Pendant les premiers mois, nous avons fait des rêves pour chacun des triplés. Nous avons même organisé toute un horaire d'aide de la part de nos proches. Puis, un des bébés est mort à 18 semaines de grossesse. Les deux autres sont nés à 31 semaines. Un des deux est mort quatre heures après la naissance et nous en avons ramené seulement un à la maison.*

♥ *Les gens pensent que de perdre un jumeau, c'est d'avoir une demie peine. Je n'ai pas perdu un demi-bébé, j'ai perdu un enfant tout entier et ma peine est à 100%.*

La difficulté principale à laquelle vous devrez faire face, c'est de devoir en même temps vous attacher au bébé vivant et pleurer votre bébé mort : deux tâches émotionnellement opposées.

♥ *Je me promenais dans la salle d'accouchement avec ma fille morte sur un bras et mon fils vivant sur l'autre. Je pleurais de peine pour ma fille et je me disais mon petit bonhomme a besoin de moi. Je me demandais comment je réussirais à retomber sur mes pieds.*

♥ *Nous vivons des émotions contradictoires ; la peine d'avoir perdu une fille et la joie de profiter de l'autre. Tout cela est bien confus.*

L'absence d'énergie et les autres émotions, normales dans la phase aiguë du deuil, peuvent vous rendre difficile la tâche de répondre aux besoins d'un nouveau-né. Plusieurs parents doivent, en plus, s'occuper d'un bébé plus fragile, à cause de sa prématurité, alors qu'ils sont parents pour la première fois.

♥ *Les parents ont le temps de souffler entre la mort de leur bébé et le bébé suivant. Nous, malgré notre peine, il fallait s'occuper de l'autre bébé, tout de suite.*

♥ *Je me sentais anéantie par la mort du bébé. Je passais mes journées à pleurer. Je me sentais en colère contre le survivant, parce qu'il avait pris tout le sang de l'autre, puis je me sentais coupable de cette pensée. C'était l'enfer. Heureusement, ma mère était là pour m'écouter et s'occuper du jumeau. Cela m'a pris des semaines pour apprécier le bébé qui me restait.*

Il peut aussi arriver que le bébé vivant prenne tellement de votre temps que vous n'avez pas l'énergie pour vous plonger dans la souffrance d'avoir perdu l'autre et le deuil n'avance pas.

Tout comme beaucoup de parents, vous pouvez avoir besoin d'aide dans les soins du bébé, vous avez aussi besoin de quelqu'un qui vous écoute parler du bébé mort et de votre peine. Le plus souvent, vos proches semblent plus à l'aise en oubliant le bébé mort et en parlant seulement du bébé vivant. Ils voudraient que vous fassiez comme eux.

♥ *Combien de fois ai-je entendu : « Vous êtes chanceux, vous en avez au moins un » ou « Concentrez vous sur le positif, non sur le négatif », etc. Mais mon garçon survivant restera toujours un jumeau dont l'autre jumeau est mort.*

♥ *On m'a dit : « Vous êtes chanceux ; vous avez ramené un bébé vivant à la maison ». Et sommes-nous chanceux aussi d'avoir enterré son frère ?*

Plusieurs autres éléments font que la perte d'un ou de plusieurs bébés est difficile pour vous quand il y a un ou des bébés survivants.

Le bébé vivant est un rappel constant de celui qui manque.

♥ *Quand, le soir, je berce mon bébé, je pleure souvent en pensant que je suis le père de deux bébés et que j'en ai seulement un à bercer.*

♥ *Je pleurais quand j'allaitais le bébé en pensant que j'en aurais allaité deux.*

♥ *Je pense beaucoup à mon fils mort. Je me demande comment il serait, quelle serait sa relation avec son jumeau. J'essaie de m'imaginer comment ce serait d'avoir les deux bébés couchés dans leurs lits côte à côte. Ces pensées finissent toujours par une crise de larmes.*

♥ *Pendant des années, je ne pouvais pas fêter la fête de mon fils la journée même, car cela me rappelait trop qu'il y en avait trois qui étaient nés cette journée-là.*

Si seulement un enfant d'une grossesse multiple survit, vous devez faire le deuil non seulement du ou des bébés perdus, mais également de l'attention et du prestige associés aux jumeaux et aux triplés. Plusieurs parents sont tristes parce qu'ils n'auront probablement pas l'occasion de vivre à nouveau cette expérience d'attendre deux ou trois bébés.

♥ *Je pourrais être enceinte dix fois et ne plus jamais attendre de jumeaux.*

♥ *Je suis une mère ordinaire, maintenant que je n'ai plus qu'un bébé. Avant, j'étais spéciale aux yeux de tous, car j'attendais des jumeaux.*

♥ *Quand j'appelais aux soins intensifs pour prendre des nouvelles de mes triplés, on disait : « C'est la maman **des** bébés... » Après la mort de deux*

*d'entre eux, on disait : « C'est la maman **du** bébé... » Pourtant, j'étais encore et je serai toujours la maman des deux autres.*

♥ *Quand j'ai appris que j'attendais des jumeaux, j'ai eu l'impression de gagner à la loterie. C'est la chose la plus extraordinaire qui me soit arrivée. Mais le billet était truqué, car un des bébés est mort à 22 semaines de grossesse.*

La rencontre d'autres parents avec leurs jumeaux est éprouvante, tout comme l'admiration des gens qui s'extasient bruyamment sur eux.

♥ *Il y a des jumeaux partout. Spontanément, les gens parlent aux parents et les félicitent, mais personne ne regarde mon bébé.*

Voici quelques suggestions pour vous aider après la mort d'un jumeau :

- Quand un des bébés meurt, donnez-vous l'occasion de le prendre, de passer un peu de temps avec lui, de garder des souvenirs de lui, de prendre des photos, de faire une vidéo, etc. Profitez au maximum de votre bébé pendant que c'est possible de le faire, donnez-lui un prénom. Ne permettez pas qu'on vous presse de vous occuper seulement du bébé survivant. Vous pouvez inviter vos proches à venir faire la connaissance du bébé mort et vous pouvez le présenter à ses frères et sœurs.
- Si cela n'a pas été fait avant, vous pouvez demander que les deux bébés soient photographiés ensemble, ce qui constitue une preuve qu'il y a eu naissance de jumeaux. Cette photo sera précieuse aussi pour le jumeau survivant. Si vous n'avez que des photos de vos bébés séparés, il est possible de faire un montage par ordinateur.
- Si vous envoyez des avis de naissance, vous pouvez aussi y indiquer ce qui est arrivé au bébé décédé.
- Si vous faites une cérémonie de baptême ou une fête pour célébrer la naissance du bébé vivant, vous pouvez penser à préparer un rituel pour commémorer le passage du bébé disparu.

- Accordez-vous des moments séparés pour penser et pleurer votre bébé mort et d'autres moments pour profiter et être heureux de votre bébé vivant.
- N'hésitez pas à parler du bébé mort et de dire aux gens que vous êtes heureux du bébé survivant mais que vous avez de la peine d'avoir perdu l'autre bébé. Si le soutien autour de vous n'est pas adéquat, recherchez le partage avec d'autres parents dans un groupe de soutien ou l'écoute d'un professionnel.

Quand apprendre la nouvelle au jumeau survivant ? Le plus tôt sera le mieux. De parler du jumeau décédé peut se faire tout naturellement, chaque fois que vous pensez à lui. L'enfant grandira en sachant qu'il est un jumeau et que l'autre est mort. Il n'est pas nécessaire d'attendre que l'enfant soit en âge de comprendre et de poser des questions. Jamais cette information ne doit lui être cachée.

♥ *J'ai mis la photo des deux jumeaux dans le même cadre. Mon fils est fier de la montrer et il explique aux gens : « Ça c'est mon frère et ça c'est moi. On jouait tous les deux ensemble dans le ventre de maman. Moi je criais fort quand je suis né et maman et papa étaient contents. Mais mon frère, il était mort et papa et maman, ils ont pleuré. » Pour mon fils, c'est tout naturel, mais je vois que ça rend certaines personnes bien mal à l'aise.*

♥ *Mon garçon aime bien que je lui raconte des histoires. Mais sa préférée, c'est celle des petits jumeaux à l'hôpital, dont un est revenu avec papa et maman à la maison et l'autre, qui était malade et qui est mort, habite aujourd'hui avec le Petit Jésus.*