

POURQUOI EST-CE SI DIFFICILE DE PERDRE UN BÉBÉ ?

Ce n'est pas juste un petit bébé qui a été perdu.

C'est une vie au complet qui ne sera pas vécue.

Contrairement aux idées véhiculées dans la société, le deuil d'un bébé est souvent plus douloureux et plus difficile à faire que celui d'un adulte aimé. La perte d'un bébé attendu et aimé cause un chagrin qui ne se mesure pas à sa grosseur ni au nombre de semaines de grossesse. Quand vous perdez un bébé, même s'il est tout petit et qu'il n'a pas vécu longtemps, vous perdez un enfant réel, avec tous les rêves que vous aviez fait pour lui.

Voici quelques facteurs qui font que le deuil périnatal peut être difficile à vivre pour vous :

- C'est une tragédie qui survient alors que vous attendiez un événement heureux, qui apporterait pour toujours du bonheur dans votre vie. Lorsqu'on est surpris par une souffrance, on est plus vulnérable, plus sensible et l'adaptation est plus difficile.
- ♥ *Je tourne en rond dans la maison sans arrêter de penser au bébé.*
- Quand vous perdez une personne avec qui vous avez vécu de longues années, vous ressentez du plaisir à vous remémorer de bons moments passés ensemble. Des images vous viennent quand vous pensez à elle. Dans le cas d'un bébé, malgré tout l'amour que vous ressentez pour lui, les beaux souvenirs sont rares. Et ces souvenirs peuvent vous manquer terriblement.
- Quand vous perdez un bébé, vous faites le deuil de l'avenir, de tout ce que vous vouliez faire avec cet enfant, des rêves que vous faisiez en l'imaginant à différentes époques de sa vie. Il est plus difficile de faire le deuil de ses rêves car c'est moins tangible. Parfois aussi, ce deuil ne se termine jamais tout à fait.

♥ *J'ai perdu mon garçon et je n'ai eu que des filles par la suite. Un garçon me manquera toujours.*

♥ *Je viens d'une famille de huit enfants et je voyais ma vie entourée d'enfants. J'en ai perdu quatre et en ai réchappé un seul. Même si je suis reconnaissante d'en avoir au moins un, je trouve la maison souvent bien tranquille et les événements spéciaux ne sont pas aussi joyeux que ce que j'avais imaginé.*

- Durant la grossesse, le bébé fait partie intégrante de la mère. Vous pouvez être très marquée par l'arrachement de cet être qui faisait partie de vous. Le sentiment de vide intérieur ou de vide dans la vie de tous les jours est rapporté par la majorité des mamans comme une des choses les plus difficiles à vivre.

♥ *Je me frotte encore le ventre mais il est vide; mes bras sont vides et ma vie est vide. C'est très difficile.*

- Donner naissance à un bébé en santé réaffirme la féminité de la mère et la virilité du père. De ne pas réussir à prolonger la grossesse et de mettre au monde un bébé qui ne vivra pas peut être vécue comme une blessure à votre amour-propre. Certains parents se sentent honteux, diminués à leurs propres yeux et aux yeux des autres. Certains vivent un fort sentiment d'échec

♥ *Le pire, c'est le regard des autres. Alors que n'importe qui est capable de faire un enfant vivant au bout d'une grossesse normale, nous manquons encore notre coup.*

- À la peine d'avoir perdu ce bébé-là s'ajoute, si vous attendiez un premier bébé, la peine de ne pas pouvoir jouer votre rôle de parents alors que vous étiez prêts et que tous vos amis ont des enfants.
- La perte du bébé entraîne aussi souvent des difficultés à l'intérieur du couple, car les deux vivent leur deuil différemment.
- L'absence de reconnaissance de l'importance de la perte de votre bébé par votre entourage s'ajoute à votre peine et vous prive du soutien nécessaire pour traverser plus facilement l'épreuve.

Pourquoi semble-t-il plus difficile aujourd'hui de perdre un bébé ?

Les parents ont toujours eu de la peine de perdre un bébé et il est difficile de comparer la peine des parents ayant perdu leur bébé il y a longtemps à celle de parents venant de le perdre. Pourtant, de nos jours, la perte périnatale semble engendrer un deuil encore plus intense que par le passé. On peut expliquer ce phénomène par le fait que les parents sont peut-être plus à l'aise de laisser paraître leur peine ou que les intervenants sont plus sensibilisés à leur souffrance. Cependant, il demeure que certains facteurs peuvent ajouter de l'intensité à la détresse des parents d'aujourd'hui :

- Notre société met beaucoup l'accent sur la vie et occulte la mort. La mort n'est plus vue comme faisant partie de la vie et entraîne souvent un grand sentiment de révolte.
- Les nombreux reportages sur les progrès, entre autres, de la reproduction assistée, de la néonatalogie et même de la chirurgie fœtale à l'intérieur de l'utérus contribuent à alimenter la croyance selon laquelle la science a le contrôle de la situation et que la médecine peut prévenir les pertes et sauver tous les bébés malades ou prématurés. Malheureusement, la réalité est tout autre et les statistiques démontrent, depuis plusieurs années, l'incapacité du monde médical à faire descendre de façon notable le pourcentage de pertes périnatales.
- Les parents s'attachent aussi de plus en plus rapidement à leur bébé à cause des progrès de la science. Le perfectionnement des appareils permet de voir le cœur du bébé à l'échographie dès 6-7 semaines et de l'entendre au bureau du médecin vers 10-12 semaines. Le bébé est vu à l'échographie et son sexe est souvent confirmé avant même que la maman le sente bouger. Cela donne au bébé une identité qu'il n'avait qu'à la naissance, il y a plus de vingt ans. Plus vous êtes attachés au bébé, plus vous aurez de la peine de l'avoir perdu.

- Les grossesses sont davantage planifiées et beaucoup de femmes deviennent enceintes à un âge plus avancé, ce qui augmente le désir d'enfant au moment de la conception. Les familles sont plus petites et chaque grossesse est vécue avec plus d'intensité.
- Quand on perd un bébé entre 35 et 45 ans, l'impact est augmenté à cause du peu d'années qui restent pour se reprendre. L'horloge biologique devient une hantise.

Les parents qui perdent un bébé prématuré vivent souvent des difficultés particulières qui s'ajoutent à leur peine. Accoucher prématurément est, en soi, un grand stress pour les parents. La naissance survient souvent rapidement, alors que rien ne laissait prévoir cette possibilité. À la peur que votre bébé ne survive pas s'ajoute la peur des séquelles qu'il risque de garder de sa prématurité. Les premières semaines et même les premiers mois peuvent être très angoissants, la condition de votre bébé étant souvent variable, passant de critique à rassurante et l'inverse. Il arrive que des complications compromettent une évolution qui semblait positive. La prématurité est responsable de 75 % à 85 % de la mortalité périnatale. Lorsque l'équipe médicale constate son impuissance à sauver le bébé, elle suggère aux parents de ne pas s'acharner, pour éviter des souffrances au bébé. De prendre la décision de cesser les traitements et de mettre fin à la vie du bébé que vous aimez peut être déchirante pour vous.

Tous ces jours et ces semaines d'inquiétudes, qui s'ajoutent souvent aux nombreux déplacements entre la maison et l'hôpital, entraînent une grande fatigue et lorsque le bébé meurt, les parents ont peu d'énergie pour traverser ce nouveau stress.

♥ *Mes contractions ont commencé à 26 semaines de grossesse et malgré la médication, le travail n'a pas pu être arrêté. Pousser mon bébé hors de moi a été une véritable torture ; j'avais l'impression de le pousser dans sa tombe. J'essayais de ne pas pousser trop fort pour ne pas lui faire mal. J'ai eu le temps de lui faire une caresse, puis ils l'ont intubé et mis sur respirateur.*

Deux jours plus tard, une échographie transfontanelle a révélé une hémorragie de grade 4, la plus grave, et nous avons pris la décision de le débrancher. C'est une décision que je ne regrette pas. Il est mort dans nos bras ; c'était un moment calme et serein malgré la tristesse.

♥ *Notre fils est né à 27 semaines, après trois ans d'infertilité, par fécondation in vitro. Nous avons tellement d'espoir, nous étions rassurés parce qu'il avait traversé plusieurs complications et qu'il venait d'être transféré aux soins intermédiaires, mais il est mort en moins de 12 heures à cause d'une bactérie. C'est comme un mauvais rêve ; nous avons l'impression que quelqu'un nous a volé notre bébé.*

Ce qui compose votre peine est unique à vous, même si certains éléments sont semblables à ceux des autres parents car votre peine est teintée par votre personnalité et votre histoire. Le deuil aussi que vous vivez est semblable sur certains points à celui des autres parents et très différent sur d'autres aspects.

La perte d'un bébé entraîne un deuil « brassant » mais il entraîne avec sa résolution une meilleure connaissance de soi, une plus grande maturité et une capacité augmentée d'apprécier la vie et d'être heureux.