Témoignage de Claire

Juin 2020, dernière ligne droite avant l'arrivée de bébé numéro 1 prévu pour le 4 juillet. Ma grossesse c'est plutôt bien passée, pas vraiment de maux de grossesse, une chance! En revanche, je suis très angoissée à l'idée d'accoucher et en pleine crise sanitaire et confinement, difficile de se projeter. Heureusement Héléna est là pour me rassurer et la prepa en ligne m'aide beaucoup. Malgré tout, la peur de l'accouchement, de la douleur est bien présente.
Dimanche 21 juin, fête des pères, mon homme espère que notre petit bonhomme arrivera aujourd'hui. On décide d'aller faire une balade et on croise une voisine qui me dit qu'il y a un changement de lune prévu cette nuit et que peut-être cela provoquerait l'accouchement, j'y crois à moitié car je n'ai aucuns signes du travail qui commence.
L'après-midi nous recevons quelques membres de la famille, toujours aucun signes, je me sens bien hormis quelques douleurs en bas du ventre (depuis quelques jours).
Le soir, nous allons nous coucher avec mon homme, toujours rien. En même temps nous sommes à 13 jours du terme, et puis même si j'ai hâte de rencontrer mon bébé, je ne suis pas pressée d'accoucher (par peur mais aussi parce que j'aime être enceinte).
Lundi 22 juin, aux environs de 7h du matin, je me réveille avec une drôle de sensation. J'ai un peu mal au ventre mais rien d'inhabituel, par contre j'ai l'impression d'être mouillée, de me faire pipi dessus mais par intermittence. Je décide de me lever pour aller aux toilettes pensant tout simplement que c'est le bébé qui appuie sur ma vessie. Je constate que j'ai quelques pertes colorées roses. Je me recouche mais j'explique la situation à monsieur. Vers 8h, nous décidons de nous lever et les douleurs s'intensifient légèrement mais je n'arrive pas à savoir si ce sont des contractions. Le futur papa préfère que j'appelle la maternité pour leur expliquer et avoir un avis. J'appelle donc la clinique vers 8h45 qui me dit de venir tranquillement pour contrôler si je n'ai pas fissuré la poche des eaux. Vers 9h45, après avoir pris le temps de déjeuner et de prendre une douche, je me prépare à partir. Mon homme met la valise dans le coffre au cas où, les douleurs deviennent plus fortes.
Le trajet en voiture est difficile, j'ai de plus en plus mal, il nous faut 40min pour arriver à la maternité. Il est donc environ 10h30 quand nous sommes pris en charge par une sage femme. Après examen, elle me confirme que j'ai rompu la poche des eaux et que je reste sur place mais mon col n' est ouvert qu'à 1. On a de la chance car les mesures viennent juste d'être allégées et le papa peu être présent pour l'accouchement et il pourra venir pendant le séjour.
La douleur devient de plus en plus forte et j'ai peu de répit entre chaque contraction. La sage femme me propose de prendre un bain pour me soulager et favoriser la dilatation du col mais rien n'y fait, je souffre trop. Elle m'explique que mes contractions sont très fortes parce que j'ai rompu la poche des eaux et qu'elles sont très rapprochées (à peine 1 min d'intervalle). J'ai beaucoup trop mal donc à 12h30 on me pose la péridurale (ambulatoire car je veux quand même sentir ce qui se passe). A partir de là, je suis soulagée et étonnamment très sereine, je me rend compte que je n'ai plus vraiment peur, seule perdure l'angoisse de la douleur si la péridurale n'est plus efficace au moment de pousser.

Avec mon homme, on passe le temps en discutant de tout et de rien, on se remémore des souvenirs. On pense rester comme ça à attendre un très long moment, tout le monde dit que pour un premier accouchement, le travail dure longtemps. La sage femme vient régulièrement contrôler mon col qui se dilate tranquillement.
À 16h elle me dit que je suis à 10 et qu'il faut maintenant que bébé descende dans le bassin. Je n'en reviens pas, le travail a été plus rapide que je pensais et pas de douleur.
À 18h, elle me propose de pousser pour voir ce que ça donne. J'ai l'impression d'avoir fait ça toute ma vie. Mon homme est à côté, il m'encourage et me soutient la tête. Il est curieux et a besoin de voir pour réaliser, alors il regarde si la tête apparaît. Je pousse encore, je n'ai pas mal mais je sens mon bébé sortir et en 13 minutes de poussée, à 18h13 notre petit bonhomme est enfin là, déjà très coquin car il arrive juste le lendemain de la fête des pères. Nous sommes sur un nuage, et moi qui avait tellement peur d'accoucher, j'ai vraiment vécu un accouchement de rêve. Je suis prête à recommencer demain.