

*« Mon bébé risque de naître  
prématurément »*





## *La prématurité*

Malgré la joie et la fierté que procure le fait d'être parents, accoucher prématurément laisse un sentiment de frustration.

La prématurité est un fait qui touche environ 8% des naissances en Communauté française.

Les raisons en sont multiples.

Cette brochure a été conçue afin d'aider les futurs parents en menace d'accouchement prématuré à mieux comprendre ce qu'est un enfant prématuré, comment il va être pris en charge, ce qu'est un service néonatal... afin de mieux s'y préparer.



## *Né trop tôt ...*

Vous allez connaître la joie d'une naissance, votre bébé va naître mais il risque de naître trop tôt, avec quelques semaines d'avance !

Cette grossesse que vous auriez voulu mener à terme pourrait être plus courte que prévu.

Beaucoup de questions se bousculent dans votre tête, comment trouver des réponses ? A qui s'adresser ?





## *Mais pourquoi ?*

Un certain nombre de précautions sont à prendre pour éviter une naissance prématurée, malgré tout, si cela vous arrivait, ne vous tourmentez pas en vous disant « j'aurais dû faire ceci ou cela ».

Les causes de la prématurité sont nombreuses et parfois inévitables. Ne vous laissez pas envahir par un sentiment de culpabilité.

Si vous êtes hospitalisée afin de prolonger au maximum votre grossesse, l'équipe soignante est autour de vous et de votre bébé. N'hésitez pas à lui poser vos questions ou à lui faire part de vos angoisses. De plus, à votre demande et selon les services, un psychologue peut vous rencontrer.

Petit à petit, chaque jour en plus vous rapproche du terme normal de votre grossesse et diminue les risques pour bébé.

## *Beaucoup de questions en tête...*

Être parents d'un enfant «prématuré» n'est pas facile à vivre, vous allez être envahis par de nombreuses interrogations. Ce bébé si fragile que va-t-il lui arriver ? Où va-t-il séjourner ? Pour combien de temps ? Vivra-t-il ? Comment va-t-il évoluer ? Gardera-t-il des séquelles de sa prématurité ?

Ce sont les premières questions que vous risquez de vous poser et c'est bien naturel.

Alors qu'une naissance ordinaire s'entoure généralement d'une ambiance de fête, celle d'un prématuré reste souvent teintée d'angoisse. Si vous le souhaitez, le néonatalogue peut passer dans votre chambre pour aborder ces questions et vous proposer une visite du service néonatal.



## *Tout d'abord quand un accouchement est-il dit « prématuré » ?*

La durée d'une grossesse se calcule habituellement en semaines écoulées depuis le début des dernières règles.

La durée moyenne d'une grossesse est de 40 semaines.

Un bébé né entre 37 et 42 semaines est considéré comme « à terme ».

Bien que la maturité soit différente à 37 ou 42 semaines, elle est en général suffisante pour ne nécessiter aucun soin particulier.

Tout accouchement avant 37 semaines révolues est prématuré.

On distingue quatre degrés de prématurité :

- La prématurité tardive entre 34 et 36 semaines et 6 jours
- La prématurité modérée entre 32 et 33 semaines et 6 jours
- La grande prématurité entre 28 et 31 semaines et 6 jours
- La prématurité extrême avant 28 semaines.



## *Et pour le bébé ?*

Le bébé prématuré a un corps complètement formé mais est plus petit, plus fragile et encore immature. C'est normal, un bébé grossit et se mature surtout en fin de grossesse. Ses organes sont constitués et peuvent avoir besoin d'aide pour fonctionner.



## *Quand il sera né, le bébé prématuré sera transféré dans un service néonatal*

Dès sa naissance, le bébé sera hospitalisé au service néonatal.

Le service bénéficie d'une équipe de médecins et d'infirmier·e·s particulièrement qualifiée pour les soins néonataux.

On y trouve un matériel technique sophistiqué dont l'incubateur (ou couveuse) est l'élément le plus connu.

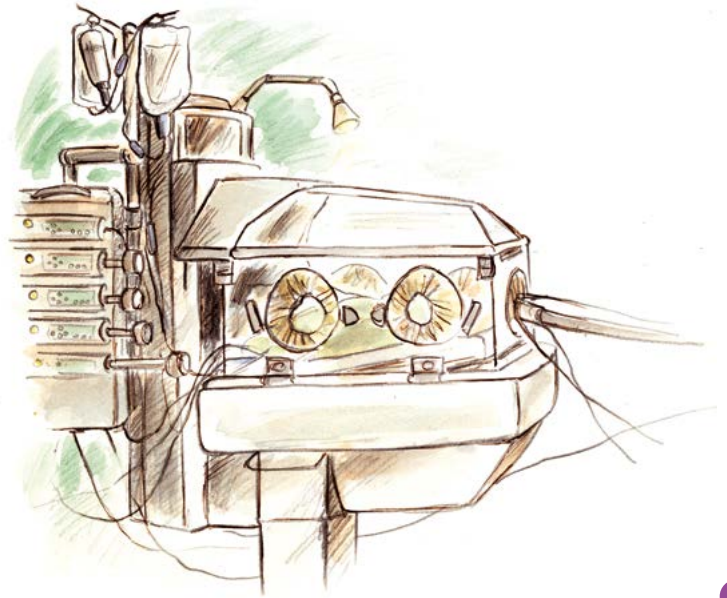
Le bébé va y subir un ensemble d'exams de façon régulière (prise de sang, échographie,...)



## *Pourquoi une couveuse ?*

Le bébé qui naît trop tôt ne maîtrise pas encore toutes ses fonctions comme la respiration, la digestion ou le contrôle de sa température. La couveuse est un appareil destiné à prendre en charge, pour un temps, quelques unes de ces fonctions.

La couveuse est un lieu où la chaleur et l'humidité sont toujours égales et bien diffusées. On y diffuse aussi de l'oxygène pour aider le bébé à respirer.



## *Des tuyaux partout ?*

Parfois trop immature pour respirer seul, le bébé sera aidé par un respirateur artificiel (dispositif d'aide à la respiration : CPAP). Pour s'alimenter, il sera nourri par une sonde (un tuyau en matière plastique qui amène la nourriture directement dans l'estomac) ou encore par voie intraveineuse.

Le rythme du cœur est surveillé quant à lui, par un appareil nommé MONITORING.

Cet instrument signale aussi aux infirmier·e·s toute respiration irrégulière ou ralentissement du cœur.

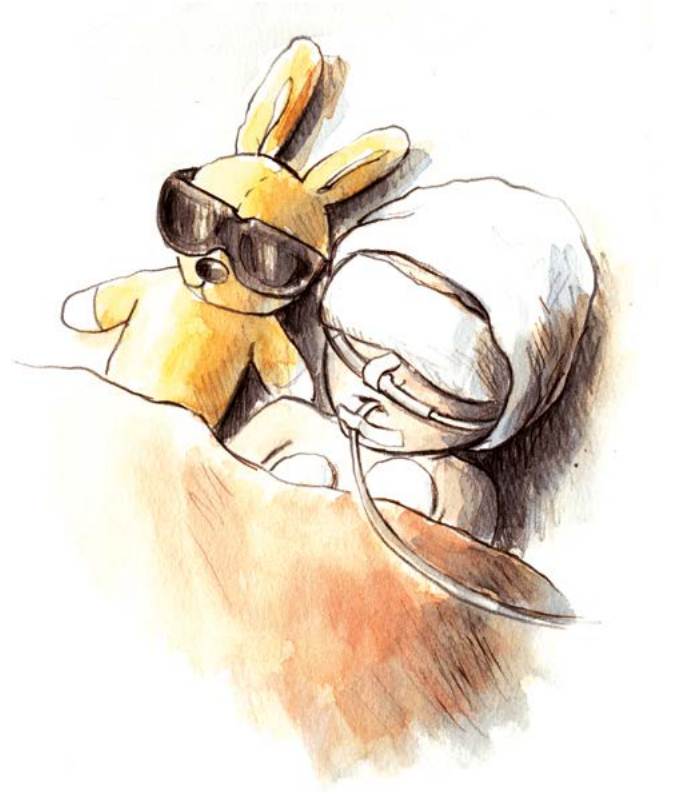


## *Parfois sous une lampe...*

Enfin il se peut que le bébé soit placé sous une lampe.

Celle-ci sert à réduire l'ictère du nouveau-né (jaunisse).

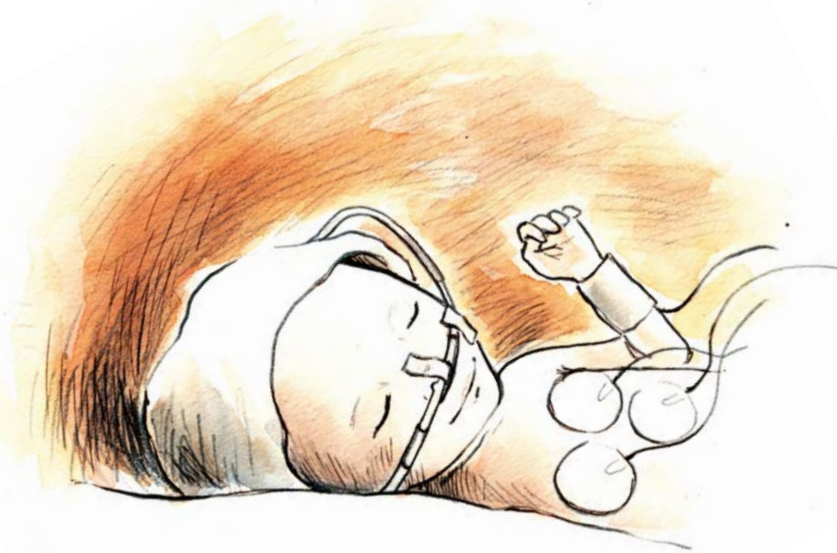
C'est ce qu'on appelle la photothérapie. Le bandeau que l'enfant porte alors sur les yeux, est destiné à le protéger de la lumière intense.



## *Et toujours beaucoup de questions...*

Tous ces tuyaux, ces pastilles sont nécessaires mais peuvent être assez impressionnants pour les parents. Même après avoir été pleinement rassurés, ceux-ci continuent souvent à se poser des questions : mon bébé souffre-t-il ?

Comment se passent ses nuits ? Ne se sent-il pas trop seul ?



## *Les visites au service néonatal*

Dès que le bébé sera né et dès son admission en néonatalogie, vous serez très vite invités à venir près de lui.

En général, seuls papa et maman sont autorisés à entrer dans le service néonatal.

Votre présence indispensable est encouragée à tout moment.



## *Comment préparer le premier contact ?*

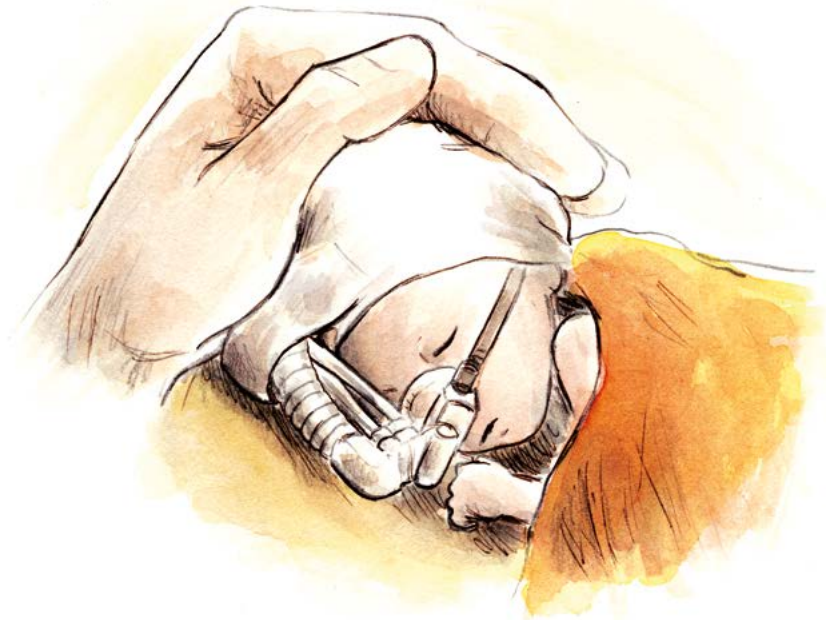
Préparez dès maintenant un petit doudou (mouchoir, foulard, bout de tissu ou doudou...) en le mettant contre votre peau. Quand votre bébé sera né, papa pourra le placer dans la couveuse ; sa présence et votre odeur ainsi véhiculée rassureront l'enfant dès les premiers instants.



## *Être en contact avec son bébé...*

Quand les parents se rendent au service néonatal, l'équipe leur explique ce qu'elle fait à l'enfant et ce que les parents peuvent faire : participer aux soins, entourer bébé ou le « contenir » avec les mains (plutôt que de le caresser car un prématuré est très sensible), lui parler, se faire connaître de lui.

Très vite il reconnaît la voix, les mains de ses parents et il a besoin de leur présence. Le prendre, le porter en « peau à peau » ou en « coeur à coeur » (méthode kangourou) vous sera proposé.



## *Du lait maternel ?*

Il est également conseillé à la maman d'apporter son lait maternel, si cela est possible et si elle le désire. L'équipe soignante lui expliquera comment procéder.

Même si la maman ne le tire que pendant quelques jours, ce lait constituera pour l'enfant une nourriture exceptionnellement bénéfique.



## *Bébé va évoluer*

Très tôt les parents sont invités à participer aux soins de leur bébé, ils pourront lui faire sa toilette, le changer, le garder tout contre eux plus longtemps, et la maman pourra le mettre au sein. Ces premières tétées sont plus souvent des tétées « câlin » dites tétées de contact mais vont très vite devenir des tétées « repas ».



## *Tout doucement vers le retour à la maison*

La durée de l'hospitalisation en service de néonatalogie est variable d'un enfant à l'autre. En général, les bébés peuvent sortir quand ils ont atteint la date prévue de l'accouchement et qu'ils ont suffisamment d'autonomie.

D'autres facteurs pourront intervenir pour anticiper ou post-poser la sortie comme le fait de s'alimenter seul au sein ou au biberon, de bien respirer...



## *Et vers un suivi personnalisé*

Le Partenaire Enfants-Parents (PEP's) de l'ONE est généralement présent au service néonatal et avec toute l'équipe pourra répondre à vos questions. Il fera aussi le lien avec le PEP's de la consultation d'enfants la plus proche de votre domicile.

En ce qui concerne les bébés dits « grands prématurés », les services de néonatalogie intensive de la Fédération Wallonie-Bruxelles encouragent et participent au programme de suivi des bébés dits « grands prématurés ». L'équipe vous en parlera lors de la sortie de votre enfant du service. Continuer ce suivi sera très important pour votre enfant !



