

Dépression

Aider celles qui sombrent après l'accouchement

Une maman raconte son mal-être post-partum et l'importance de l'aide proposée lors de sa deuxième grossesse

Laurence Arthur

Dotée d'un optimisme solide, Paula-Jane Martin est une femme qui a manifestement les pieds sur terre. Avec cette force qui la caractérise du premier abord, ni elle, ni son entourage, ni le personnel médical n'ont vu les signes annonçant la dépression post-partum qu'elle a vécue à la suite d'un accouchement particulièrement difficile. Ce type de cas touche environ 15% des jeunes mères, selon une étude pluridisciplinaire du Département universitaire de psychiatrie adulte du canton de Vaud.

«Je me sentais heureuse avec mon bébé magnifique dans les bras. Deux jours après mon retour à la maison, mon mari a dû partir pour une urgence à l'imprimerie où il travaille. Je lui ai dit, «Mais oui vas-y!» Puis, la nuit est tombée. Ma petite s'était endormie au sein. Là, catastrophe, je me suis dit: «J'ai oublié de la changer pour la nuit.» Je l'ai posée sur le sol sur le coussin d'allaitement et je me suis encore fait la réflexion: «Mais non, je ne peux pas l'installer ainsi, cela ne se fait pas!» Alors, je suis allée dans la cuisine, j'ai commencé à pleurer toutes les larmes de mon corps, étendue sur le sol, sans m'arrêter... C'était d'une telle violence émotionnelle. Mon mari m'a ramassée sur le sol. Heureusement, le bébé dormait durant ce temps, sinon qu'aurais-je fait?»

Pour prévenir les autres
Cette maman de deux petites filles a accepté de témoigner pour prévenir les futures mères qui pourraient se retrouver dans une situation similaire. Personne, en effet, n'a diagnostiqué son mal-être qui a duré plusieurs mois entre hauts et bas, passant par des envies suicidaires, avant de s'estomper en laissant une cicatrice. «Je me croyais folle. J'avais trop peur et honte.»

Or, tout a débuté avec quelques détails: l'attente, l'inquiétude toute naturelle précédant la naissance. Le bébé ne venait pas. Ensuite, les informations manquant



Paula-Jane Martin (à dr.) raconte le calvaire qu'elle a traversé avant de rencontrer Sophie Zbaeren (à g.), sage-femme au Conseil en périnatalité, détaché auprès de la maternité de Morges. GÉRALD BOSSHARD

tes du personnel soignant. «L'accouchement a dû être provoqué. Personne ne m'a dit que cela ne fonctionnait pas tout de suite et ensuite que les douleurs étaient

particulièrement vives. L'expulsion a été difficile. Je tremblais et grelottais. J'étais déconnectée par la douleur. Quand mon bébé a été placé sur mon ventre, ma pre-

mière pensée a été: «Pourquoi ai-je encore si mal...» Tout semble ensuite aller mieux. Elle traverse trois jours de bonheur à l'Hôpital de Morges, où personne ne peut déceler la souffrance latente qui n'attendait qu'un moment de faiblesse pour se manifester.

«Paula-Jane a subi un choc post-traumatique. Les éléments se sont ajoutés les uns aux autres et, comme dans une marmite à vapeur, cela a finalement explosé. Elle s'est trouvée dans un état d'hyperperméabilité, où tout devenait un problème», éclaire Sophie Zbaeren, sage-femme au service Conseil en périnatalité de la maternité de Morges.

Prise en considération
Mais l'histoire finit bien... Pour sa deuxième grossesse, elle fait part de sa douloureuse expérience à son nouveau médecin obstétricien. Celle-ci lui indique le service de Conseil en périnatalité de Profa. «Lorsque je suis sortie de mon premier entretien avec Sophie, c'est comme si on m'avait libérée du poids du monde de mes épaules. Tout cela n'était pas de ma faute. Alors tout est devenu plus gérable.» Plusieurs séances de préparation ont suivi. L'accouchement est arrivé... et tout s'est magnifiquement passé. «Avec le sentiment d'avoir été prise en considération par tous.»

«Des femmes sont inquiètes. Elles se sentent seules, car éloignées de leur famille. Des questions apparemment banales, mais dont les conséquences peuvent dégénérer». Une rupture du couple, une violence conjugale qui peut naître lors de la grossesse: les cas de figure sont étendus.

La consultation proposée peut être unique et permettre au couple de recueillir les informations nécessaires ou elle peut couvrir plusieurs séances. Elle est aussi l'occasion d'établir un document de transmission ou projet de naissance, qui permet aux parents d'exposer leurs attentes et leurs vœux auprès du personnel médical.

Contact: pour une prise de rendez-vous, au 021 804 66 44 (secrétariat d'Espace Prévention). Informations: www.profa.ch

Des conseils pour tous

● Le Conseil périnatalité de Morges, placé sous l'égide de la fondation Profa, peine à se faire connaître. Il est pourtant actif gratuitement depuis 5 ans au sein de la maternité de l'hôpital de Morges. «Le réflexe de nous adresser des futurs parents commence à naître chez les professionnels», se réjouit Sophie Zbaeren, sage-femme. En tandem avec une conseillère et une assistante sociale, elle encadre l'arrivée d'un bébé dans ses aspects larges. «Le service s'adresse d'abord à tout un chacun. Il n'est pas destiné particulièrement aux personnes en difficulté. Les demandes peuvent être de simples questions sur le retour à domicile et les aides possibles, aux questions délicates liées à un décès», détaille-t-elle. Pour certains encore, il s'agit de trouver des solutions au stress ressenti dans leur situation, aux problèmes de migration aussi:

Patinoire à Gland



Pour la première fois cette année, la ville de Gland aura sa patinoire mobile couverte. L'inauguration aura lieu le lundi 29 novembre à 18 h 30 au complexe de Grand-Champ. Elle restera ouverte jusqu'au 6 mars. Les écoles pourront en bénéficier, tout comme les clubs, et bien sûr, le public. Son accès est gratuit. Location de patins sur place. Buvette. Les entreprises peuvent réserver tout ou partie de la patinoire. Y.M.

Prangins
Comment faire parler les murs

C'est dans le cadre de l'exposition du Musée national suisse de Prangins consacrée aux papiers peints que se tiendra un colloque international intitulé «Faire parler les murs Papiers peints in situ», entre le 18 et le 20 novembre. Organisée en collaboration avec la section d'histoire de l'art de l'Université de Lausanne, cette rencontre réunit une quinzaine de spécialistes d'Espagne, de France, de Belgique, de Grande-Bretagne et de Suisse. L'exposition elle-même, qui retrace l'évolution des décors, se poursuit jusqu'au 1er mai 2011. Y.M.

Il a dit
«Jusqu'ou laissera-t-on aller l'UDC dans son incitation à la haine?»

Jean-Marc Waeger, élu socialiste à Gland, à propos des affiches de l'UDC tolérées par l'exécutif.

Genève-Lausanne
Des trains retenus durant 30 minutes

«Un incident technique est problématique sur toutes nos lignes, indique Jean-Louis Scherz, porte-parole des CFF. Mais quand il survient entre Lausanne et Genève, c'est encore plus sensible, vu le nombre de trains qui y circulent chaque jour.» C'est pourtant bien ce qui est arrivé hier à 14 h 40. Un problème sur une installation de sécurité à Cornavin a empêché tout départ de Genève. Après trente minutes, les convois ont pu redémarrer. Dans l'intervalle, des intercity avaient été supprimés. Les retards se sont ressentis encore une partie de l'après-midi. D.SZ

Saxophoniste et patron, Dante Luini n'est plus

Le Morgien Dante Luini est décédé à l'âge de 102 ans. Le centenaire avait été président de la Fédération vaudoise des entrepreneurs



Dante Luini, musicien depuis l'âge de 6 ans, n'a jamais lâché son saxophone. DR

Romance de Loulou Schmidt, c'est le morceau de saxo qu'aura écouté l'assemblée venue se recueillir aux funérailles de son interprète, figure morgienne décédée dans sa 103e année. Cela se passait samedi à la chapelle de Beausobre à Morges.

Luini: ce nom a longtemps figuré sur les pancartes des chantiers vaudois. Le pont de l'autoroute, la STEP, l'Hôpital de Morges, les ponts du TSOL, le CHUV, la Clinique de Genolier, la réfection du pont Chauderon à Lausanne... Autant de réalisations laissées par l'entreprise Luini dans le paysage vaudois. Mise en faillite en 2003, elle connut ses plus beaux jours dans les années septante. «Dès 1965, raconte Carlo Luini, fils aîné du défunt, j'ai travaillé avec mon père. Quand tout allait bien, nous avons employé jusqu'à 330 personnes.»

Fils de maçon transalpin, Dante Luini était né en 1908 dans le «quartier italien de Vevey». Ses parents ont ensuite exploité le Café de l'Avenir. Que ce soit à la fanfare (La Lyre de Vevey) ou dans plusieurs orchestres, la musique a toujours pris une place importante dans la vie de Dante Luini.

Saxophoniste, il fonda dans les années 1940 l'orchestre Carlo Roman avec son ami Loulou Schmidt - l'auteur de Romance. A la même époque, il était engagé par l'entreprise de construction Piaget à Morges dont il devint l'unique patron en 1955.

«Mon père m'emmenait le dimanche faire la tournée de ses chantiers dans sa Chevrolet. Sans doute souhaitait-il que je sois architecte et que j'entre dans l'empire familial. Il m'a pourtant laissé faire ce que je voulais», raconte notre confrère Mario Luini, spécialiste de la FI à 24 heures.

De 1970 à 1978, Dante Luini aura été président de la Fédération vaudoise des entrepreneurs (FVE). «Il aura été un visionnaire car il est à l'origine de l'Ecole professionnelle de la construction à Tolochenaz», explique Jacques Guignard, lui-même ancien président de la FVE. A ses yeux, le musicien était un bon patron, «qui saluait tout le monde et vivait à l'écart des partis politiques». Alain Walther

Déposez vos messages de condoléances sur Hommages.ch

Gland ne veut pas d'activité qui bloque son essor urbain

Toujours désireux d'urbaniser la Ballastière, l'exécutif ne veut pas d'un centre de tri des déchets, pourtant autorisé par le canton

Sotridec, société affiliée à Perrin Frères SA, s'occupe du tri des déchets de chantier à la Ballastière à Gland. Elle a pour projet de reconstruire un centre de tri à 300 mètres de son emplacement actuel, sur le site désaffecté d'un ancien dépôt de produits pétroliers. Elle envisage aussi de réaliser une halle pour le transfert des ordures ménagères sur le train en direction de l'usine d'incinération Tridel à Lausanne. Or Gland ne veut pas d'un projet qui bloque son essor urbain, même si celui-ci a obtenu l'aval du canton.

«Nous désirons urbaniser tout le site de la Ballastière, ce qui impliquera la délocalisation des activités de la société Perrin, explique Thierry Genoud, municipal. Le projet de Sotridec pourrait restreindre le choix des variantes pour réaliser une route collectrice à l'ouest de la ville. Je ne pense pas que nous délivrerons le permis de construire. Le canton parle de concrétisation de nos plans d'ici à 20 ans, alors que nous envisageons cette route d'ici cinq à dix ans.»

Terminée hier, la consultation publique du rapport d'impact n'a soulevé que peu de remarques. Une fois que le canton en aura pris connaissance, il remettra son rapport à la Municipalité. Si celle-ci refuse le permis de construire, Sotridec pourra faire recours auprès de la Cour de droit administratif. Y.M.

Le chiffre

10

Les années d'existence fêtées hier par l'Ensemble hospitalier de La Côte avec une série de conférences et une célébration. Le 6 juillet 2000, un accord liait les hôpitaux d'Aubonne, de Gilly et de Morges ainsi que les EMS morgiens des Pâquis et Nelly de Beausobre. L'objectif était de mettre en commun les forces, de rationaliser la prise en charge du patient. L'Ensemble hospitalier de La Côte comprend toujours 1000 collaborateurs répartis sur les mêmes cinq sites. L. AUR

Mobilité et énergie

Gland Les Verts organisent une conférence, «Gland, d'une villedortoir à une ville de rêves?», avec Roger Nordmann, représentant Swissolar, Christophe Gnaeggi, architecte, Valéry Beaud et Giampiero Trezzini, de l'association Ecoquartier, et Olivier Ouzilou, du Service genevois de l'énergie. Entrée libre, demain à 19 h à la salle communale. D.SZ

Les climats du passé

Morges Dans le cadre de Connaissances 3, Eric Davaud, professeur de géologie à l'Uni de Genève, évoquera «Les climats du passé: quels enseignements pour l'avenir?» vendredi, à 14 h 30, au Grenier Bernois, à Morges. Entrée: 10 francs. L.AUR