

Péridurale : 6 vérités à connaître



Péridurale ou pas ? Vous n'avez pas tranché, car vous êtes en quête d'infos. Deux sages-femmes expérimentées, Marianne Benoit-Truong Canh et Christine Frèche, vous expliquent les avantages et les inconvénients de cette analgésie.

1. De plus en plus utilisée

- Si longtemps, la plus grande frayeur des femmes était de ne pouvoir bénéficier de la [péridurale](#), aujourd'hui la tendance s'est inversée. Désormais accessible à toutes, à l'exception de certaines contre-indications médicales, cette analgésie a vu son utilisation progresser. En 2012, 88%* des primipares (femmes dont c'est le premier accouchement) et 58%* des multipares (femmes ayant déjà accouché) y ont eu recours. En 2007, c'était 76%* des femmes qui y avaient eu recours, en 2015 50%*.

2. Largement plébiscitée

- Au final en 2012, 78%* des femmes se sont déclarées très ou plutôt satisfaites de la péridurale. «Lorsqu'une femme ne veut pas avoir mal et ne peut envisager son accouchement [sans péridurale](#), il n'y a pas de débat : il faut lui poser une péri. Le système de soin français lui offre cette possibilité et c'est une excellente chose», confirme Marianne Benoit-Truong Canh, sage-femme, conseillère nationale au conseil de l'Ordre des sages-femmes.

3. C'est pas magique !

- La péridurale serait-elle le remède de tous les maux de l'accouchement ? Pas si simple : près d'un tiers des femmes qui l'ont souhaitée et obtenue en ont été partiellement satisfaites. «La péridurale est une technique qui médicalise la naissance et comporte certains effets secondaires, même si aujourd'hui les produits ont évolué. Elle peut ralentir les [contractions](#), relâcher les muscles du bassin ce qui ne favorise pas l'expulsion de l'enfant, provoquer un engourdissement des jambes, diminuer les sensations, souligne Christine Frèche, sage-femme au CH du Val d'Ariège à Foix. Elle peut donc être une bonne option, mais ne doit pas être présentée comme la meilleure des choses.»

4. Parfois, elle n'est pas possible

- Dans certains cas, il n'est pas possible, pour des [raisons médicales](#) (un manque de plaquettes sanguines, un tatouage sur le dos, la fièvre, certaines lésions sur la peau) ou encore parce que l'accouchement se passe trop vite, de recourir à la péridurale. «Les femmes doivent être préparées à cette éventualité, tout comme celles qui ne la désirent pas doivent savoir qu'elle sera inévitable au moindre risque médical», ajoute la sage-femme.

5. Elle peut être une indication médicale

- La péridurale peut s'avérer une indication, voire une obligation médicale : dans un contexte de pré-éclampsie, car en l'absence de douleur, la tension artérielle augmente moins, ce qui limite le risque de crise d'éclampsie. Et dans certaines présentations en [siège](#) ou lorsque l'accouchement nécessite une intervention instrumentale ou chirurgicale : [forceps](#), césarienne... la péridurale est une alternative à l'anesthésie générale qui comporte davantage de risques.

6. Et parfois, il n'est pas possible de s'en passer

- Décider d'accoucher sans péridurale est un projet de naissance qui se mûrit longuement. «Cela requiert une certaine préparation physique et mentale pendant la grossesse. Le yoga, la liberté posturale, la respiration, la relaxation sont autant de techniques qui permettent de pouvoir encaisser la douleur du travail et de se passer de la péridurale, précise Marianne Benoit Truong Canh. Et cela implique, le jour J, un accompagnement personnalisé par la sage-femme qui doit être assez disponible pour proposer à la parturiente des alternatives (une position qui la soulage, la baignoire de dilatation, le ballon de mobilisation du bassin, les lianes de suspension...), afin de l'aider à passer les étapes de la douleur, ajoute-t-elle. Un accompagnement qui n'est pas possible dans toutes les maternités.»

Frédérique Odasso

© *Enfant Magazine*

* Chiffres de l'enquête Douleur et accouchement menée le Collectif interassociatif autour de la naissance (CIANE).

Péridurale : la vidéo

La péridurale