

Votre grossesse de A à Z

Rencontre avec Arnault Pfersdorff et Anna Roy

La grossesse est une aventure fabuleuse qui change la vie de la femme à tout jamais. Dès qu'on tombe enceinte, on se pose mille et une questions. Parfois les réponses sont contradictoires, que ce soit sur Internet ou auprès des amis et de la famille. Voici un livre très complet qui vous permet d'avoir des réponses sur la plupart des questions que vous vous posez en tant que femme enceinte. "Votre grossesse" est écrit par deux experts reconnus du grand public, Anna Roy (sage-femme) et Arnault Pfersdorff, pédiatre réanimateur, aux éditions HATIER. Rencontre.



ARNAULT PFERSDORFF, QUELS SONT LES PROBLÈMES DE SANTÉ MAJEURS QUE PEUT RENCONTRER BÉBÉ DANS SES PREMIÈRES SEMAINES DE VIE (ET AUXQUELS LA MAMAN DOIT FAIRE ATTENTION)?

Ce que doit dépister de majeur le pédiatre chez un nourrisson de moins de 3 mois, ce sont essentiellement une infection grave (à cet âge il n'y a pas forcément de fièvre donc parfois pas détectable)= méningite, infection urinaire, bronchiolite (d'où l'intérêt de faire (c'est nouveau depuis cette année depuis le 15 septembre) l'anticorps monoclonal pour protéger contre le virus vrs= à faire dès la maternité et à tous les nourrissons nés depuis février 2023). Dépister aussi une allergie sévère (protéines de lait de vache), une maladie métabolique (déficit en certains enzymes ou hormones)

qui se traduirait par mauvaise prise de poids, troubles neurologiques. Dépister aussi un problème cardiaque. D'où l'importance de consulter régulièrement chez le pédiatre (ou médecin généraliste) chaque mois jusqu'à 9 mois, puis 11 et 12 mois, ce qui lui permet de faire du dépistage (Troubles du neuro développement, acquisitions motrices, etc.)

QUE POUVEZ-VOUS DIRE AUX JEUNES MAMANS QUI SE SENTENT TOUT LE TEMPS FATIGUÉES ?

De se faire confiance, de ne pas chercher à en faire trop, il y a une sorte de surenchère pour être bonne mère et bon père surtout quand on navigue sur les réseaux...s'écouter, écouter son bébé, s'approprier, ne pas trop écouter les conseils qui viennent de partout et qui culpabilisent, se répartir les tâches quand



on est deux parents, être patient et comprendre qu'un bébé n'a qu'un moyen pour communiquer: le cri, souvent strident. Et quand il crie, cela ne veut pas dire que quelque chose de grave arrive, un bébé ne sait pas doser l'intensité de son cri, donc apprendre à le décrypter pour ne pas « surréagir » ce qui favorise la fatigue. Et aussi abandonner ce qui n'est pas important, oublier les to do list...

ANNA ROY, POUVEZ-VOUS REVENIR SUR VOTRE PARCOURS TELLEMENT RICHE ET VOTRE PASSION POUR LE MÉTIER DE SAGE-FEMME ?

Mon parcours riche, c'est vous qui le dites. Je crois que je suis animée, la profession dans la peau, l'ardent désir d'être au service des femmes, des couples et des nouveaux nés. Ça m'apporte beaucoup de joie, de transmettre le savoir reçu par mes patientes, mes études. J'ai très envie que tout le monde soit informé pour faire les bons choix. Je n'ai pas l'expérience d'Arnault évidemment. Il s'est passé beaucoup en 13 ans et je ne peux pas revenir sur tout.

QUELQUES CONSEILS AUX JEUNES MAMANS POUR BIEN VIVRE LE POST PARTUM ?

Le 1^{er} conseil

Prenez confiance en vous-même, car vous êtes les meilleurs parents et avez des compétences que vous ne soupçonnez pas !

2^{ème} conseil

S'informer, lire des livres, écouter des podcasts pour faire les bons choix au quotidien pour soi et son bébé et ne pas subir les choix des autres.

3^{ème} conseil

S'entourer de professionnels de la santé, bienveillants, non jugeants, que ce soit des pédiatres, des puéricultrices, des sages-femmes peu importe, vous avez besoin de gens qui sont à l'écoute et avec qui vous vous sentez bien !

4^{ème} conseil

S'entourer de personnes ressources comme les proches, famille, amis, plus on est entouré, plus la parentalité est facile et heureuse.



S'entourer de personnes ressources comme les proches, famille, amis, plus on est entouré, plus la parentalité est facile et heureuse.

Y A T-IL UN SECRET POUR UN ACCOUCHEMENT SEREIN ?

Pas vraiment de secret sinon se préparer à la naissance avec les cours en couple ou individuellement à la maternité ou en cabinet de ville, comprendre son corps, s'informer énormément;

Bien choisir son lieu d'accouchement en accord avec ses attentes : maison de naissance, à domicile, maternité de proximité ou de niveau 3...

On accouche depuis des millions d'années, c'est un exploit extraordinaire, prenez confiance en vous et en votre pouvoir, VOUS ÊTES FORTES , profitez de la rencontre avec bébé aussi, c'est un moment bouleversant..

Ce livre illustré par Stéphanie Rubini décrypte étape par étape la grossesse en 6 chapitres incontournables (avant de tomber enceinte, votre santé, le bébé pendant la grossesse, l'accouchement, le bébé à la naissance, le post-partum) donne les réponses aux 136 questions possibles des parents : j'ai une maladie au long cours, puis je tomber enceinte ? Les médicaments et vaccins pendant la grossesse, la grossesse multiple, les premiers soins de bébé, la trousse à pharmacie du nouveau né, le corps féminin post partum, la place du coparent...

Arnault Pfersdorff, expert du développement de l'enfant et Anna Roy, spécialiste du post-partum accompagnent la femme, le/la co-parent et le bébé dans leurs questionnements et leurs progressions, avec tolérance et bienveillance. Un guide réalisé par deux experts complémentaires, sans tabous, et inclusif dans son discours, sa structure et ses représentations.

