

La poussée d'accouchement

Il existe deux types de poussées : la poussée obstétricale (communément appelée poussée dirigée) et la poussée physiologique (le laisser naître). Elles se décrivent ainsi :

Poussée obstétricale ou dirigée

- La plus couramment utilisée en milieu hospitalier;
- Position dorsale ou semi assise;
- Pieds dans les étriers la plupart du temps;
- Méthode de respiration inadéquate (inspiration-expiration-inspiration-blocage-poussée) pouvant causer des étourdissements et une fatigue extrême à la mère ainsi qu'une décélération cardiaque au bébé;
- Poussée bloquée (sur commande, avec décompte, souffle retenu le plus longtemps possible);
- Bouche et visage crispé;
- Dos arrondi, tassement des organes, compression de l'utérus;
- Pousser "comme pour aller à la selle" (hémorroïdes)

Poussée physiologique (naturelle) ou laisser naître

- La mère se place dans la position de son choix;
- Permet d'être attentive aux signaux corporels;
- Si l'on attend le bon moment, le corps poussera pratiquement tout seul, à son rythme. Il suffit d'accompagner la poussée;
- La mère n'a qu'à se laisser aller dans la poussée;
- Permet de bien oxygéner maman et bébé pendant la poussée;
- Visage détendu;
- Pousser en sollicitant les muscles transverses et la bascule du bassin;
- Poussée sur l'expiration, selon les sensations;

Chez la primipare, le temps entre les premières contractions d'expulsion et la sortie du bébé dure généralement entre 1 et 2 heures, 10 à 30 minutes chez la multipare! Surveiller les signes maternels et foetaux; si tout semble bien aller (coeur foetal normal et maman en forme), on peut prolonger sans problème avant d'intervenir. N'oublions pas qu'un gros bébé est plus long à faire descendre. Dans cette optique, la mère peut varier les positions et utiliser la gravité si son bébé semble descendre difficilement. Par descente, on entend "modelage", ce qui signifie "moulage de la tête du bébé". Un bébé avec une plus grosse tête aura donc plus de modelage à faire avant sa sortie.

Farrah Bissamby, Co-Propriétaire La 8e

