

# J'ai accouché de mes jumeaux à la maison

Un matin de décembre 2005, Virginia a mis au monde ses deux bébés prématurés chez elle, seule. Jamais elle n'aurait pensé être capable d'une chose pareille ! Et pourtant, si...

6 DÉCEMBRE

11 heures

Je me rends à la maternité pour une énième visite médicale. J'attends des jumeaux pour le 16 janvier, et la dernière échographie a montré que l'un des bébés ne grossit pas assez. Je suis donc très surveillée. J'ai rendez-vous à 11 heures avec mon gynéco, puis avec la sage-femme pour un monitoring. A six semaines de l'accouchement, le col est ouvert à un doigt, ce qui n'a rien d'inquiétant. Mais je dois revenir dans quarante-huit heures, surveillance des jumeaux oblige. Je repars chez moi, fais du ménage, cuisine... Mon mari, Oswald, est à son travail; mon fils, Kilian, 6 ans, à l'école. Pas une seule contraction à l'horizon !

21 heures

Nous regardons un film à la télévision. Ce soir, mon ventre est très lourd. Il pèse une tonne ! Je me tourne et me retourne dans le canapé, il m'est impossible de trouver une

position assise confortable. Je décide alors de monter me coucher. Les heures passent, la maison s'endort. Kilian me réveille à 2h 30, il fait un cauchemar. J'ai du mal à me redormir car mon ventre est toujours pesant. Je pense qu'il va falloir que je termine les valises, on ne sait jamais...

7 DÉCEMBRE

3h45

Une sensation de déchirure, un craquement à l'intérieur de mon ventre me réveille. « C'est quoi ça ? », me dis-je. Je l'apprendrai plus tard, il s'agit de la rupture d'une poche des eaux. Quelques gouttes de liquide amniotique s'écoulent, mais je ne m'inquiète pas. Ce n'est pas l'abondance dont on m'a parlé, rien qu'une toute petite fuite. En fait, la tête d'un bébé fait bouchon, empê-

*« Moi qui désirais un accouchement non médicalisé et sans anesthésie, j'ai vraiment été servie ! »*

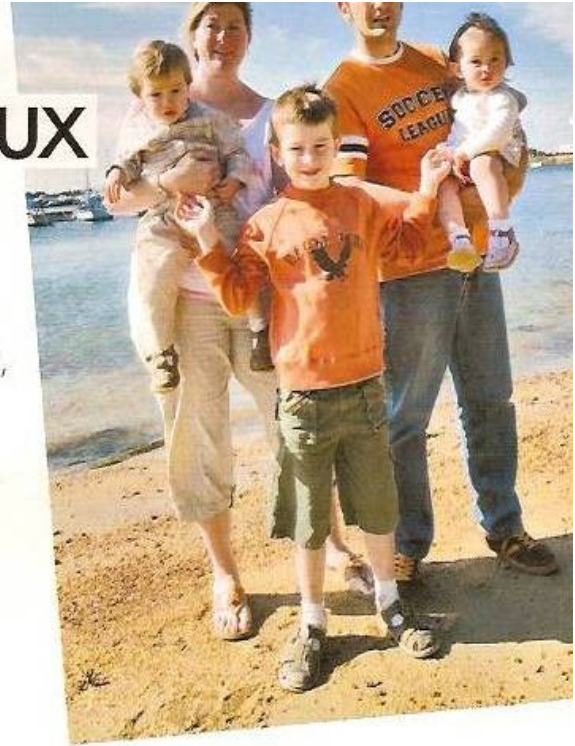
chant le liquide de se déverser... Comme je n'ai pas mal au ventre, je me rendors.

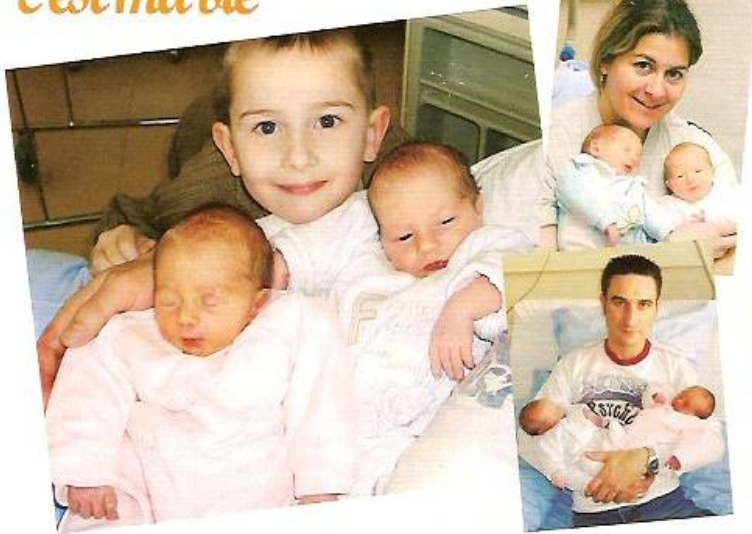
4h45

Une douleur violente me transperce, puis une autre. « Mais qu'est-ce qui m'arrive ? » Je ne suis enceinte que de 7 mois et demi ! De plus, je n'ai jamais vraiment ressenti de contractions car, à la naissance de Kilian, on m'a tout de suite posé la péridurale après le déclenchement. Les contractions se rapprochent très vite, elles sont espacées maintenant de deux minutes.

5h45

Pendant qu'Oswald se prépare, je m'allonge sur le canapé. Je ne sais plus comment me tenir, j'ai mal. Mes valises ne sont même pas prêtes, je voudrais que les contractions s'arrêtent, je prie silencieuse-





« C'est un bon souvenir car tout s'est passé sans problème, mais j'ai eu beaucoup de chance ! »

ment mon mari: « Mais dépêche-toi ! »... Soudainement, une douleur encore plus violente me cloue sur place, j'ai envie de vomir et d'aller aux toilettes. C'est impératif. Tant bien que mal, j'emprunte le couloir qui y mène. Il n'est pas question que je fasse caca sur la table d'accouchement.

## 6 heures

Je ne m'affole pas, mais je hurle tellement j'ai mal. Mes cris réveillent mon fils, qui descend de l'étage. J'ai le temps de dire à Oswald qu'il faut appeler le Samu. A l'instant où je m'assois sur les toilettes, je ressens une terrible envie de pousser. Rien ni personne n'aurait pu m'en empêcher ! Quelque chose entre mes jambes apparaît, c'est la

tête du premier bébé qui descend ! Je me lève et, d'une main, m'appuie contre le lavabo, les jambes à demi fléchies. Une dernière violente contraction survient et ma fille, Mélodie, sort. Il est 6h10. Je me penche et l'attrape par les épaules, me rassois sur les toilettes et l'installe sur ma cuisse droite. Je dis « ma fille » mais je ne prends pas le temps de vérifier son sexe... Pendant ce temps, mon mari est au téléphone avec le Samu. « Couvrez le bébé et coupez le cordon pour libérer le passage du second. Est-ce qu'il crie ? » lui demande-t-on ensuite. Heureusement, je suis infirmière, il y a une pince à clamber et des ciseaux à la maison. Kilian s'active, court chercher des serviettes de

## Les commentaires de Sophie Escobar, sage-femme

- ☆ Virginie aurait peut-être dû se reposer davantage. Porter deux bébés est très fatigant, et un accouchement de jumeaux se déclenche la plupart du temps avant le terme de la grossesse... Faire le ménage n'est pas vraiment approprié !
- ☆ La pesanteur de son ventre, au moment où Virginie se met au lit, indique que des contractions se produisent, même si elle ne les identifie pas comme telles.
- ☆ Perdre quelques gouttes de liquide amniotique n'est rien de moins qu'une fissure de la poche des eaux. Il faut alors partir immédiatement pour la maternité en raison des risques infectieux possibles. Même en cas de doute !
- ☆ Des contractions espacées de deux minutes signalent que l'accouchement est tout proche. Virginie aurait dû partir. Pour un deuxième enfant, le top du départ se situe au moment où les contractions reviennent régulièrement toutes les sept à huit minutes et durent une minute environ.

toilette. Le Samu est en route mais le GPS indique une mauvaise direction...

## 6h15

Je commence à m'angoisser. Les contractions ne redémarrent pas, et je sais que le second bébé doit naître rapidement à la suite du premier (*il y a un risque d'infection et de souffrance fœtale, nullr*). Je m'inquiète d'autant plus qu'à l'hôpital on m'a dit qu'il était en travers de l'utérus. Et si le Samu n'arrive pas ? Il est 6h30 quand, enfin, les contractions reprennent. Mon mari emmène Mélodie, toujours sur mes genoux, et la pose dans les bras de Kilian, assis sur le canapé. La deuxième poche des eaux se rompt et le liquide coule franchement cette fois. J'ai encore plus mal que pour Mélodie. Ce n'est pas possible, mon bébé doit être installé en siège ! Je me relève, m'appuie contre le lavabo. En deux poussées, Alexis sort. Et la tête la première, s'il vous plaît ! Ma position debout a dû le faire basculer. Comme pour Mélodie, je l'attrape par les épaules, me rassois, et l'ins-

talle sur ma cuisse droite. Il est 6h35. Le placenta est expulsé dans la foulée mais, sur le moment, je ne m'en aperçois pas. Je reste assise sur les toilettes, je ne peux plus bouger. Je suis épuisée mais soulagée.

## 6h45

Les pompiers et le Samu arrivent dix minutes après la naissance d'Alexis. Ils prennent en charge les jumeaux, qui vont bien. Le médecin m'examine, il craint une hémorragie. Il pense que le deuxième placenta est encore accroché à l'utérus mais, en réalité, il n'y en a qu'un pour les deux bébés. A la maternité, les jumeaux sont mis en couveuse. Ils se remettent vite. Moi, je suis sous perfusion d'ocytocine afin de provoquer des contractions pour évacuer un éventuel résidu du placenta. Autant vous dire que je les sens à peine ! On ne me recoud pas, il n'y a eu aucune déchirure... J'ai la satisfaction d'avoir accouché seule de jumeaux et d'avoir vécu ces naissances à fond. Six jours plus tard, nous rentrons à la maison. En forme ! ✨

[www.famili.fr](http://www.famili.fr)

@ Vous aussi, racontez-nous votre histoire sur le forum, rubrique Magazine/C'est ma vie