

Éducation prénatale

Messages clés pour l'Ontario



Accouchement par césarienne

🔑 Messages clés

Un accouchement par césarienne se produit lorsqu'un bébé naît par une incision dans l'abdomen et l'utérus de la mère. Cette procédure doit seulement être accomplie pour des raisons médicales.

Parfois, la césarienne est planifiée et d'autres fois, elle est décidée pendant le travail si des imprévus surviennent. Vous pouvez avoir une césarienne planifiée si :

- ▶ Votre bébé est dans une position qui ne vous permet pas de lui donner naissance par voie vaginale.
- ▶ Votre placenta couvre l'ouverture du col de l'utérus.
- ▶ Votre placenta ne fonctionne pas bien et ne pourrait pas supporter le stress du travail.
- ▶ Vous allez donner naissance à des jumeaux ou à des multiplés.
- ▶ Vous souffrez d'herpès génital, ou vous en avez les symptômes.
- ▶ Vous êtes séropositive et avez une forte charge virale.
- ▶ Votre tension artérielle ou votre taux de sucre sanguin sont trop élevés pour poursuivre le travail.
- ▶ Vous avez déjà eu une césarienne et vous avez décidé en toute connaissance de cause de ne pas tenter un accouchement vaginal après césarienne (AVAC).
- ▶ Vous avez eu une césarienne moins de 18 mois avant votre date prévue actuelle d'accouchement.

Vous pourriez avoir une césarienne non prévue si :

- ▶ La santé de votre bébé est en danger.
- ▶ Votre santé est en danger.
- ▶ Votre travail ne progresse pas.
- ▶ Il n'est pas possible pour votre bébé de naître par voie vaginale.

Il est important de comprendre pourquoi une césarienne est nécessaire. En comprenant bien les raisons, les avantages et les risques de la césarienne, vous serez plus à l'aise de prendre la décision qui vous convient, à vous et à votre bébé, en toute connaissance de cause. Se reporter au fichier Interventions à l'accouchement pour plus d'informations sur la prise de décisions éclairées.

Quelques risques pour la femme, associés à une césarienne :

- ▶ Nausées et vomissements après l'opération.
- ▶ Difficulté à se déplacer facilement après l'opération.
- ▶ Formation de caillots sanguins qui peuvent se déplacer vers vos poumons ou votre cerveau.
- ▶ Douleur qui peut durer plusieurs semaines après l'accouchement.
- ▶ Réouverture de la blessure chirurgicale.
- ▶ Infection.
- ▶ Cicatrisation de l'utérus qui peut causer des complications lors de grossesses et d'accouchements ultérieurs.
- ▶ Incision accidentelle de votre vessie ou de vos intestins.
- ▶ Complications liées à l'anesthésie.
- ▶ Saignements. S'ils deviennent incontrôlables, dans de rares circonstances, l'utérus doit être retiré.
- ▶ Mortalité (extrêmement rare avec les technologies avancées et les soins actuels).

Quelques risques pour le bébé, associés à une césarienne :

- ▶ Moins de contact peau à peau avec sa mère immédiatement après la naissance.
- ▶ Difficulté à allaiter en raison de l'initiation tardive ou à des difficultés de positionnement.
- ▶ Blessure chirurgicale accidentelle.
- ▶ Besoin accru de ventilation artificielle ou de mesures de réanimation dès la naissance.
- ▶ Risque de naître avant terme si l'âge gestationnel estimé est incorrect. Un bébé prématuré peut avoir de nombreuses complications au niveau de sa santé.

Pour réduire le risque d'avoir une césarienne, vous pouvez :

- ▶ Tenter une version externe d'un bébé se présentant par le siège.
- ▶ Vous assurer que votre corps est prêt pour l'accouchement.
- ▶ Retarder l'admission à l'hôpital jusqu'à ce que votre travail ait bien progressé.
- ▶ Faire preuve de patience durant le travail.
- ▶ Avoir du soutien continu durant le travail.
- ▶ Changer souvent de position durant le travail.

Une césarienne doit être effectuée dans un hôpital. Si vous prévoyez un accouchement à domicile, vous devriez discuter avec votre sage-femme de plans de secours, au cas d'imprévu durant le travail et l'accouchement. Il est important d'avoir un plan si jamais vous deviez vous rendre à l'hôpital le plus proche.

Certaines préparations sont nécessaires avant une césarienne

Avant la césarienne, vous :

- ▶ Rencontrerez le médecin qui effectuera à l'opération et peut-être aussi celui qui administrera l'anesthésie. Vous pourrez lui poser des questions sur les risques et les avantages de l'opération et lui donner votre consentement en toute connaissance de cause.
- ▶ Aurez un prélèvement sanguin. Cela sert à vérifier votre groupe sanguin, votre taux d'hémoglobine et votre taux de plaquettes. D'autres tests sanguins peuvent être effectués, en fonction de votre état de santé. Si votre césarienne est planifiée, le prélèvement sanguin peut se faire la veille de l'accouchement.
- ▶ Ne devez ni boire ni manger dans les six à huit heures avant la césarienne planifiée.

Juste avant l'opération, vous devrez probablement :

- ▶ Enlever bijoux et vernis à ongles, et porter une chemise d'hôpital et un bonnet.
- ▶ Avoir une ligne intraveineuse (IV) insérée. Des antibiotiques ou des médicaments contre la nausée pourraient vous être administrés par cette intraveineuse.
- ▶ Boire un antiacide liquide. Cela réduit les risques de l'anesthésie générale, au cas où celle-ci serait nécessaire durant l'opération.
- ▶ Être placée dans une salle d'opération et vous asseoir ou vous allonger sur la table d'opération.
- ▶ Recevoir une anesthésie rachidienne ou péridurale pour engourdir la partie inférieure de votre corps, en insérant une aiguille au bas de votre dos. Quand ces méthodes sont employées, vous êtes éveillée et vous pouvez voir votre bébé dès qu'il naît. Si vous avez déjà eu une péridurale, elle servira à administrer l'anesthésie.
- ▶ Avoir un instrument de métal inséré dans votre urètre pour pouvoir vider votre vessie.

L'anesthésie rachidienne ou péridurale est l'anesthésie la plus populaire, car elle permet à la mère de rester éveillée durant l'accouchement et de faciliter l'allaitement. Si votre césarienne est effectuée d'urgence, ou si vous ne pouvez pas avoir d'anesthésie rachidienne ni péridurale, il vous faudra une anesthésie générale pour vous endormir. Cette anesthésie peut aussi endormir le bébé. Elle est utilisée, car elle agit rapidement, et dans ce cas vous serez endormie durant la naissance du bébé.

Une équipe sera présente durant votre césarienne. Chaque membre de cette équipe a un rôle précis.

Votre partenaire ou un accompagnant peuvent vous accompagner pour la naissance du bébé si vous êtes sous anesthésie rachidienne ou péridurale. Cette personne sera assise à côté de vous, à la tête de la table d'opération. Une équipe de médecins et d'infirmières travailleront ensemble pour assurer votre sécurité et celle de votre bébé durant l'opération. Un médecin sera chargé de l'anesthésie. Si vous avez une sage-femme, elle pourrait également faire partie de cette équipe.

La durée de la césarienne peut varier d'une naissance à l'autre.

L'incision pour une césarienne est généralement effectuée de manière transversale au niveau de la partie inférieure de votre abdomen puis sur votre utérus. Vous ne devriez ressentir aucune douleur au moment de l'incision. Vous pouvez sentir des tiraillements et de la pression au moment où votre bébé est extrait de l'utérus. Utilisez des techniques respiratoires ou des visualisations, tenez la main de votre accompagnant, parlez doucement et concentrez-vous sur la naissance de votre bébé si vous ou votre partenaire êtes anxieux. Habituellement, le bébé est sorti dès les premières minutes d'une césarienne. Le reste du temps sert à retirer le placenta, à vérifier qu'il n'y a aucun problème, et à suturer les incisions de l'utérus et des tissus abdominaux. Votre utérus sera suturé avec des sutures solubles, tandis que des agrafes ou des sutures solubles serviront pour refermer l'incision abdominale au niveau de la peau. Vous pouvez être endormie ou avoir des frissons durant la réparation des plaies. Ce sont des réactions normales à l'opération. L'infirmière qui s'occupe de vous vous couvrira avec une couverture pour vous réchauffer.

Il est préférable que votre bébé soit placé peau à peau avec vous juste après la césarienne.

Votre bébé sera évalué par un prestataire de soins de santé juste après sa naissance. Après cette évaluation, le meilleur endroit pour votre bébé est d'être contre vous, peau à peau. Si vous ne pouvez pas le faire, votre partenaire ou l'accompagnant peut le faire. Si votre bébé a besoin de soins médicaux, vous pourriez ne pas être en mesure de le tenir dans vos bras immédiatement. Le contact peau à peau reste bénéfique même s'il est effectué plus tard.

Se rétablir après une césarienne prend du temps. Vous pouvez prévoir de rester plusieurs jours à l'hôpital après la césarienne.

Après un accouchement par césarienne, vous et votre bébé serez transférés en brancard de la salle d'opération vers une salle de réveil, ou dans votre chambre de soins postpartum. Les infirmières vous aideront à vous lever du brancard pour aller sur votre lit, car vous pourriez ne pas encore pouvoir bouger vos jambes si tôt après l'accouchement.

Après l'accouchement, un prestataire de soins de santé :

- ▶ Vérifiera régulièrement vos signes vitaux (votre tension artérielle, votre fréquence cardiaque, votre rythme respiratoire, votre température et votre taux d'oxygène dans le sang).
- ▶ Appuiera sur votre abdomen pour vérifier la fermeté de votre utérus, observera le volume de vos saignements vaginaux et vérifiera régulièrement le pansement recouvrant votre cicatrice. Si vous observez une quelconque augmentation de vos saignements vaginaux ou au niveau de votre cicatrice, avertissez votre prestataire de soins de santé.
- ▶ Vous administrera un médicament à base d'ocytocine par voie intraveineuse pour s'assurer que votre utérus reste ferme et que vous ne saignez pas trop. Le cas échéant, on vous donnera des médicaments contre la nausée ou la douleur par voie intraveineuse également.
- ▶ Vous aidera à allaiter votre bébé immédiatement après la naissance. Vous pourriez trouver que certaines positions d'allaitement sont plus confortables que d'autres après une césarienne.
- ▶ Retirera votre cathéter environ 12 à 24 heures après l'accouchement.

Si vous avez eu une anesthésie péridurale ou rachidienne, vous pourrez boire et manger en petites quantités après l'accouchement. En mangeant et buvant d'abord en petites quantités puis en augmentant la quantité peu à peu, vous préviendrez les risques de nausée. Essayez d'éviter de boire avec une paille, car cela entraîne des douleurs liées aux ballonnements. On vous conseillera de sortir du lit dès que vous le pourrez. Votre infirmière vous aidera la première fois à vous lever. En marchant un peu, vous éviterez les risques de former des caillots sanguins, vous irez plus facilement aux toilettes et vous vous sentirez mieux. Vous pouvez mâcher de la gomme pour aider vos intestins à se remettre à marcher plus vite.

Apprendre à prendre soin de sa cicatrice à la maison

Quand vous êtes à l'hôpital, un prestataire de soins de santé enlèvera le pansement recouvrant l'incision. Si celle-ci est bien cicatrisée, il la laissera généralement découverte. Vous pouvez mouiller l'incision lors de votre douche, mais assurez-vous toujours de bien la sécher après la douche, car les bactéries pourraient s'y accumuler et provoquer une infection. Si vous avez des agrafes, votre prestataire de soins de santé les enlèvera quelques jours après.

Pour éviter que votre incision ne se rouvre une fois que vous êtes rentrée à la maison, il vaut mieux éviter les activités suivantes durant les six premières semaines après l'accouchement ou jusqu'à ce que votre prestataire de soins de santé vous donne le feu vert.

- ▶ Soulever quoi que ce soit de plus lourd que votre bébé.
- ▶ Porter votre bébé dans un siège auto.
- ▶ Prendre souvent les escaliers.
- ▶ Courir, sauter ou toute autre activité très intense.
- ▶ Redressements assis ou toute autre activité qui exige des efforts de vos muscles abdominaux.
- ▶ Avoir des rapports sexuels.
- ▶ Conduire. Si vous devez freiner soudainement, vous risquez de rouvrir l'incision.

À la maison, vous serez une nouvelle mère qui se rétablit d'une opération. Vous aurez peut-être besoin d'avoir de l'aide et du soutien supplémentaires les premières semaines de votre retour. Se reporter au fichier Rétablissement après l'accouchement pour plus d'informations.

Consultez votre prestataire de soins de santé si vous observez un signe d'infection

Si vous observez des signes d'infection, consultez votre prestataire de soins de santé dès que possible. Les signes d'infection comprennent :

- ▶ Rougeur, douleur, sécrétion malodorante ou chaleur sur le site de la cicatrice.
- ▶ Fièvre.
- ▶ Pertes vaginales ou une augmentation des saignements vaginaux.
- ▶ Nausée ou vomissements.
- ▶ Malaise général.

Après une césarienne, vous devrez peut-être prendre des médicaments antidouleur en vente libre ou prescrits par votre prestataire de soins de santé.

Prenez les médicaments antidouleur conformément aux recommandations de votre prestataire de soins de santé. Cela vous aidera à prendre soin de vous et de votre bébé. Si le médicament vous rend somnolente, ou rend votre bébé somnolent, assurez-vous de la sécurité de votre bébé puis contactez votre prestataire de soins de santé.

Prenez le temps d'accepter la césarienne non prévue que vous avez subie

Il est normal d'avoir des sentiments mitigés envers une césarienne, surtout si l'intervention chirurgicale ne faisait pas partie de votre plan de naissance. Quand vous êtes prête, parlez de vos sentiments à votre partenaire, à votre prestataire de soins de santé ou à un ami. Demandez de l'aide si des sentiments négatifs persistent et affectent la manière dont vous vous sentez en tant que mère.

En savoir davantage sur l'accouchement par césarienne

Vous pouvez trouver d'autres informations sur l'accouchement par césarienne auprès des ressources suivantes. Vous en trouverez d'autres à la section Ressources et liens.

- ▶ Votre prestataire de soins de santé.
- ▶ Votre bureau local de santé publique: 1-866-532-3161
- ▶ La Société des obstétriciens et gynécologues du Canada (SOGC) : InfoGrossesse - Accouchement
<https://www.pregnancyinfo.ca/fr/birth/>
- ▶ Association of Ontario Midwives
<https://www.ontariomidwives.ca/client-handouts>
- ▶ Power to Push Campaign
www.powertopush.ca/birth-options/types-of-birth/cesarean-birth/ (en anglais seulement)