

# Mort subite du nourrisson

## Encore des vies à sauver

### ▪ MORT SUBITE DU NOURRISSON, ENCORE UN CAS PAR JOUR

Si les campagnes de sensibilisation ont permis une baisse du nombre de décès, de nombreux nourrissons peuvent encore être sauvés par des gestes simples. Les conseils du docteur Elisabeth Briand Huchet, pédiatre au centre de référence mort subite du nourrisson à l'hôpital Antoine Bécclère de Clamart.

Reconnue comme problème de santé publique dans les années 80, ce n'est qu'en 1994 que la mort subite du nourrisson a connu sa première campagne nationale de prévention sur le thème "**je dors sur le dos**".

"Très rapidement, nous avons constaté l'efficacité de cette campagne. De 1.500 décès par an dans les années 90, nous sommes passés à 350 cas par an actuellement. L'évolution est certes spectaculaire mais les chiffres aujourd'hui stagnent. Nous considérons que la moitié des cas de décès pourraient encore être évités uniquement en couchant les enfants sur le dos dans une literie de sécurité", commente le Dr Élisabeth Briand-Huchet.

### ▪ LA MORT SUBITE DU NOURRISSON, UN ACCIDENT MULTIFACTORIEL

Un diagnostic étiologique, des examens cliniques et une autopsie sont nécessaires pour comprendre les raisons du décès d'un nourrisson. "Dans la plupart des cas, nous constatons l'association d'un certain nombre de facteurs : des facteurs de vulnérabilité liés à l'immaturité immunologique et neurologique due au jeune âge du nourrisson ; des facteurs déclenchant comme des pathologies et des facteurs d'environnement comme le mode de couchage, l'hyperthermie, le tabagisme, explique la pédiatre.

La prévention est donc nécessaire, et pas seulement dans les familles qui ont déjà connu un cas de mort subite du nourrisson. Certaines pathologies infectieuses et les malaises graves des bébés doivent aussi alerter parents et médecins."

Doria Maïz

#### Témoignage

### "NOUS NOUS BATTONS POUR QUE CELA N'ARRIVE PLUS"

Anne-Sophie a perdu son petit garçon en juin 2004: "Alex avait quatre mois et demi. Les médecins disaient que sa mort était inexpliquée mais on voulait savoir ce qui s'était passé. C'est en cherchant sur Internet le lendemain que mon mari a découvert "Naître et Vivre". Nous n'avons pas tout de suite téléphoné parce qu'on pensait que l'association était surtout là pour informer. A la première réunion, tous les parents ont raconté "notre" histoire à quelques détails près... C'était vraiment difficile. La seconde, sur la grossesse suivante, nous a par contre beaucoup aidés. En soutenant "Naître et Vivre", nous essayons d'être utiles. Nous nous battons pour aider les parents et faire que cela n'arrive plus." A.P.

### ▪ "NOUS NE SUPPORTONS PAS L'IDÉE QU'UN TEL DRAME PUISSE ARRIVER À D'AUTRES"

Myriam Morinay est présidente de "Naître et Vivre"\* au niveau national et responsable de la délégation Île de France : "J'ai moi-même perdu mon second fils, Grégoire, il y a dix ans.

Ce jour-là, j'étais en état de choc. Je me souviens, dans les jours qui ont suivi, de l'accueil extraordinaire d'un médecin et d'une psychologue qui ont pris du temps pour nous recevoir et nous parler. C'était extrêmement important. À l'époque, l'association existait déjà et j'en étais informée. J'ai

participé à ses réunions d'information puis j'ai moi aussi voulu aider et contribuer à l'accueil. Certains parents nous aident et décident de donner un peu de leur temps. C'est tellement intolérable de perdre son bébé. Nous supportons pas l'idée que cela puisse arriver à d'autres et surtout que, lorsque ça arrive, ils ne trouvent pas quelqu'un pour comprendre leur douleur. Aujourd'hui, j'ai cinq enfants et je continue à travailler pour l'association. Je ne veux plus que des parents arrivent en disant qu'ils n'ont trouvé personne pour les aider. »

Propos recueillis par Audrey Plessis

#### ▪ "UN SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE AUX PARENTS ENDEUILLÉS"

Dr Marie-Antoinette Bouguin, psychologue-psychanalyste au centre de référence de Mort subite du nourrisson de l'hôpital Antoine Béclère à Clamart : "Si la famille, les amis ou l'entourage proche peuvent être des aides pour faire face à cette terrible expérience, la rencontre avec un spécialiste peut parfois être nécessaire. La vie des parents a brutalement basculé dans un cauchemar entraînant des sentiments très violents et une grande fragilité.

Au sein de la famille, avec les aînés ou au sein du couple, peuvent s'installer décalages et incompréhensions. Le psychologue apporte une autre aide, son écoute et son acceptation du "non savoir". En effet, la souffrance du parent endeuillé est unique et ne peut être comprise d'une personne extérieure, malgré toute sa bonne volonté."

Textes et photos Doria MAIZ

#### ▪ "INFORMER ET SOUTENIR LES PARENTS"

Naître et Vivre\* a deux objectifs : accompagner et accueillir les parents endeuillés et faire de la prévention auprès du grand public sur les conseils de couchage qui font diminuer les risques de mort subite, explique Myriam Morinay.

Nous essayons de faire connaître l'association et ses actions en nous rendant dans les centres de formation ou les salons, partout où se trouvent des jeunes parents et les professionnels de la petite enfance.

Nous distribuons des dépliants d'information sur les conseils de couchage dans lesquels nous montrons qu'il faut coucher le bébé sur le dos, avec une turbulette ou une gigoteuse, sans oreiller ni couverture ou couette, dans une température ambiante de 18 à 20 degrés et dans son lit à barreaux. Pour aider les parents en deuil, notre ligne d'écoute, assurée par des parents qui ont eux-mêmes perdu un enfant est ouverte 24h/24h. Quand ils appellent, nous essayons de favoriser un contact au moyen d'un entretien individuel. Ici, nous leur offrons tout ce dont nous disposons, notre connaissance, notre expérience, et nous leur faisons connaître les réunions d'information mensuelles. Ils peuvent s'informer, emprunter des livres et participer aux groupes de soutien. Les rencontres ont lieu une fois par mois, pendant un an, encadrées par des animateurs formés au deuil. Ce qui s'y passe est extraordinaire. On y fait le pari que les parents grâce à leur témoignage, à leur écoute et à leur solidarité vont avancer ensemble, en sachant qu'ils ne seront pas jugés. Ils viennent pendant un an, ce qui leur permet de traverser toutes les périodes difficiles des fêtes et des anniversaires, c'est-à-dire toutes les premières fois sans enfant. Il n'y a pas mieux pour les aider. Quelquefois, nous recevons des faire-part, je les affiche parce qu'ils représentent l'espoir pour les gens qui arrivent. Ils sont le signe que le bonheur est encore possible, un peu plus tard, et qu'à nouveau on peut faire confiance à la vie."

Texte et photos Audrey Plessis

▪ Les bonnes habitudes de sommeil du nourrisson  
Ne sont pas encore suffisamment intégrées

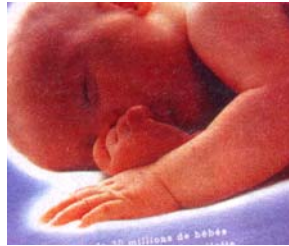
▪ A lire ou à regarder



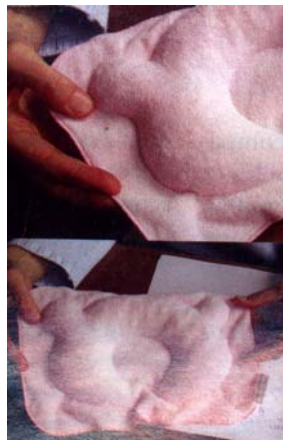
Les bonnes habitudes de sommeil du nourrisson ne sont pas encore suffisamment intégrées par le personnel médical de la petite enfance et les professionnels de la puériculture. Ils ne sont pas réellement motivés et encore réticents à reconnaître les erreurs du passé où l'on assurait que coucher bébé sur le ventre ne présentait aucun risque.



Voici un exemple flagrant des idées encore véhiculées par les images. Que ce soit sur les timbres ou dans les publicités,



les nourrissons sont encore représentés couchés sur le ventre.



Les fabricants de puériculture continuent malgré les risques reconnus à commercialiser toutes sortes de gadgets comme ce coussin repose tête ou autres oreillers et couvertures. Une législation devrait être mise en place pour réglementer ce type de matériel.



Pour apprendre aux mamans à modifier leurs mauvaises habitudes, l'association "Naître et Vivre" édite une vidéo : "Comment coucher bébé".

**Renseignements**  
**01 47 23 98 22**



Pour les familles ayant perdu un enfant de mort subite du nourrisson, deux livres complémentaires. "Un petit frère pour toujours" (Editions Bayard Poche) aide les enfants de 3 à 7 ans ayant perdu un frère ou une sœur à comprendre. "La mort subite du nourrisson, comment vivre sans lui" (Mitions Ellipses,

collection vivre et comprendre) aide les parents à surmonter la disparition brutale d'un bébé.

▪ Les gestes de prévention



Catherine, maman de Romain, 3 mois : "Après avoir perdu un petit garçon, Catherine, la maman de Romain, nous montre les gestes de prévention simples et efficaces à réaliser."



"Le nourrisson doit être uniquement couché sur le dos. Il ne doit pas être installé sur le côté car il pourrait basculer durant son sommeil sur le ventre et enfouir son nez dans la literie. Par contre, dans la journée il faut placer le bébé sur le ventre pour jouer, par exemple ; il apprendra ainsi à relever la tête et à se retourner à partir de 4-5 mois."



Ni, oreiller ni couette ne doivent être ajoutés. Il risque de se glisser sous la couette ou de se retourner et de s'étouffer. On peut habiller son enfant d'une turbulette."



De même, pour les jouets et les peluches, elles ne doivent pas encombrer le lit du bébé. Petite astuce, les accrocher au mur, une fois que votre enfant a fini de jouer avec."



"Il ne doit pas y avoir d'espace entre le matelas et la literie, le nourrisson pourrait s'y coincer. De plus, la literie doit être de bonne qualité, ferme et le lit à barreaux."



"Une température de 18 à 20°C est suffisante. Évitez les Pièces surchauffées. Souvenez-vous aussi qu'il est très mauvais de fumer dans la maison."