

Zeitschrift: Schweizer Hebamme : offizielle Zeitschrift des Schweizerischen Hebammenverbandes = Sage-femme suisse : journal officiel de l'Association suisse des sages-femmes = Levatrice svizzera : giornale ufficiale dell'Associazione svizzera delle levatrici

Herausgeber: Schweizerischer Hebammenverband

Band: 87 (1989)

Heft: 11

Artikel: Parole des femmes

Autor: Bertinotti, Catherine / Heuvel, Jennifer Van den

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-951114>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 13.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Paroles de femmes

Les quelques témoignages qui vont suivre ont été présentés lors de la table ronde du 10 novembre 1988, nous vous les livrons tels quels dans l'ordre d'intervention.

Allaitement sans problème

Catherine Bertinotti, 1815 Clarens

Avant de parler de phase vraiment active de l'allaitement, je voudrais parler un peu de mon état d'esprit sur le sujet avant la naissance de mon bébé.

A la suite de divers commentaires que j'avais entendus autour de moi, je me disais en tous cas que l'allaitement n'avait pas l'air d'être une chose facile; la plupart des mamans n'avaient pu allaiter que trois ou quatre semaines, voire moins, ou devaient compléter très rapidement avec du lait maternisé, etc. Ce qui fait qu'au départ, je m'étais dit que si je n'arrivais pas à allaiter mon enfant, cela n'avait dans le fond pas beaucoup d'importance; je pouvais lui donner le biberon avec autant d'amour que le sein.

Je voulais cependant mettre toutes les chances de mon côté pour réussir cet allaitement au mieux; je me suis donc penchée sur le sujet avant la naissance de Nicolas pour savoir comment cela allait se passer, les problèmes que je pourrais rencontrer et la façon de les résoudre, etc. Je trouvais important de m'informer avant le stress de la naissance et la rentrée à la maison avec ce nouveau-né représentant pour moi un monde inconnu. J'ai lu un livre sur l'allaitement maternel et j'ai eu plusieurs discussions avec une amie qui fait partie d'un groupe d'appui à l'allaitement maternel. Je pense que cette préparation m'a beaucoup aidée par la suite.

Lorsque Nicolas est né, je n'ai eu pour ainsi dire aucun problème d'allaitement. Tout s'est passé d'une façon très naturelle et facile. A l'hôpital, j'ai pu avoir le bébé dans ma chambre la nuit (dès la 3^{ème} nuit) et je l'avais également presque toute la journée car nous avons envoyé les faire-parts de naissance relativement tard pour éviter le trop plein de visites. Donc j'ai déjà commencé à allaiter Nicolas à la demande dès le début (7-8 fois par jour). Vers sept semaines il a passé ses nuits de 19 h à 7 heures, tout en continuant cependant à prendre 6 repas la journée. Petit à petit, il a passé à 5 puis 4 repas par jour. Il n'a jamais eu de coliques.

Lorsque Nicolas a eu cinq mois, nous avons songé à introduire des aliments à la cuillère car j'allais recommencer à travailler un jour et demie par semaine. J'ai également commencé à tirer du lait pour pouvoir le congeler afin que mon mari, ou la personne qui allait garder le bébé puisse lui donner ce lait pendant mon absence.

Nicolas a très bien accepté la cuillère ainsi que les biberons de mon lait. Je lui donnais toujours mon lait d'abord puis les autres aliments. Il prenait ainsi tout le lait dont il avait envie. Il m'arrivait même certains jours de ne donner à nouveau que du lait suivant où nous nous trouvions. Petit à petit, Nicolas montrant un manque d'intérêt, j'ai supprimé le lait à quatre heures, puis à midi, tout en conservant un allaitement complet matin et soir. Vers une année, Nicolas a commencé à refuser le sein le soir, puis vers treize mois, il a également refusé le sein le matin et s'est ainsi sevré par lui-même.

Pour moi, vu l'expérience que j'ai faite, l'allaitement représente la solution idéale pour nourrir un bébé; c'est tellement pratique. Nous n'avons jamais hésité à partir en visite ou en week-end. Nicolas avait toujours avec lui son port d'attache, si je puis dire et nous n'avions pas à trimbaler et à stériliser de biberons. Si nous avons d'autres bébés, nous espérons pouvoir revivre une même expérience.



Allaiter des triplés!

Jennifer Van den Heuvel,
1225 Chêne-Bourg

J'ai allaité nos premiers enfants sans problème pendant 7 mois pour l'aînée et 13 mois pour la deuxième et je n'ai jamais utilisé de biberon. Quand j'ai appris au troisième mois que j'aurais des jumeaux et, peut-être des triplés, mon premier souci fut de me demander comment j'allais faire pour les nourrir. L'idée de tous ces bibe-

rons à préparer pour la première fois m'affolait et, n'ayant pas trois seins, je ne voyais pas comment je pourrais les allaiter! Heureusement on m'a très vite mise en contact avec une autre maman de triplés qui m'a appris qu'elle avait réussi à allaiter ses enfants pendant quelques semaines et je me suis dit que, si elle l'avait fait, je pourrais au moins essayer. Quelques semaines plus tard, une amie m'a envoyé des brochures de «La Leche» aux Etats-Unis qui racontait comment deux mères avaient allaité leurs triplés tout en menant une vie active. Ces expériences m'ont confirmé que si d'autres ont réussi, il n'y avait pas de raison pour que je ne le fasse pas aussi. Pendant toute ma grossesse j'étais aux petits soins du fait que j'avais déjà eu des difficultés pour garder les aînés jusqu'au terme. A partir de la 32^e semaine, j'étais à l'hôpital de Morges et j'ai pu bien me reposer. J'ai accouché à la 38^e semaine de superbes triplés de 2kg750, 2kg680 et 2kg180. Elles étaient considérées comme étant à terme et j'ai pu tout de suite les avoir près de moi. La montée du lait après l'accouchement est venue plus tard que pour les autres – ce qui m'inquiétait passablement mais j'ai eu de la chance d'avoir des nurses très compréhensives et patientes et qui m'ont amené mes bébés pendant la nuit pour les tétées afin de stimuler l'allaitement au maximum.

J'ai pu allaiter entièrement les petites pendant les six premiers mois et jusqu'à presque deux ans, j'ai pu les allaiter plusieurs fois par jour. Bien sûr je mangeais et buvais énormément, surtout des fromages et des crudités. Je les allaitais plus fréquemment que de coutume, mais je trouvais cela moins ennuyant que de faire des biberons. J'allaitais plus ou moins à la demande: quand la première se réveillait je prenais une de ses sœurs pour l'allaiter en même temps et dès que l'une s'arrêtait de téter pour la «pause rot» je prenais la troisième. Après elles faisaient un deuxième tour. J'avais une jeune fille extraordinaire qui changeait l'une pendant que j'allaitais les deux autres, ou qui jouait avec elle pour la faire patienter. Souvent, quand je sentais que mes seins étaient vides je laissais le bébé sucer quand même. C'était très important de me relaxer le plus possible à ce moment-là et après quelques minutes la stimulation faisait remonter le lait à nouveau.



Allaitement et vie professionnelle

M. Charpié, 1066 Epalinges

La naissance de mon deuxième fils est intervenue à peine un an après l'ouverture de mon cabinet. Il était donc impossible d'envisager un long arrêt de travail. D'autre part il était hors de question que le travail soit un obstacle à l'allaitement. J'avais allaité le premier sept mois avec beaucoup de bonheur, j'avais énormément envie de faire la même chose avec le deuxième. Il me semblait au fond de moi que plus souvent je devais m'éloigner de mon bébé plus le contact procuré par l'allaitement m'était nécessaire. Si j'admettais l'idée qu'il reçoive une partie de sa nourriture au biberon au moins fallait-il que ce soit du lait maternel.

Ainsi j'ai appris à tirer mon lait et à le conserver. J'avais lu quelques ouvrages venus tous des USA expliquant que le lait se garde parfaitement à basse température et pour une durée assez longue.

Après chaque tétée je finissais de vider les seins dans des récipients en verre stérilisés que je stockais dans un compartiment de mon congélateur que je réservais à cet effet. Durant les journées de week-end ou les journées sans travail à l'extérieur, le lait ainsi tiré contribuait à faire des réserves alors que les quantités de lait tirées pendant les journées de travail étaient gardées au réfrigérateur pour le repas suivant.

Très malhabile avec un tire-lait manuel j'ai vite pris l'habitude d'extraire manuellement mon lait.

Je pourrais décrire de la manière suivante une journée avec 50% de travail à l'extérieur. De bonne heure le matin j'allaitais mon bébé puis terminais manuellement de vider les seins. Les quantités variant naturellement beaucoup selon l'appétit du bébé, le nombre de tétées de la nuit et ma propre quantité de lait, cela pouvait constituer un repas entier ou un complément.

Durant la matinée je vidais encore une fois les seins, au moins partiellement. En fin de matinée, mon bébé recevait le sein puis j'extrayais encore le reste.

Tout l'après-midi je travaillais au cabinet, heures durant lesquelles j'avais rarement le temps et l'envie de tirer du lait. Le soir et la nuit j'allaitais évidemment mon fils. L'horaire des tétées dépendait uniquement de lui, il pouvait selon les jours recevoir seulement un biberon et 4 à 6 tétées ou 2 voire 3 biberons et 2 ou 3 tétées en moins.

Cette méthode peut paraître contraignante mais au-delà des tous premiers jours, il m'était devenu parfaitement habituel et naturel de procéder ainsi. J'avais songé prendre mon fils avec moi et de l'allaiter au travail. Après un bref essai cette méthode s'était avérée catastrophique. Souhaitant avant tout allaiter à la demande, la demande du bébé ne correspondait évidemment pas à celle de mes patients. Allaiter entre deux contrôles d'enfants, entre deux téléphones était pour mon fils et moi un stress au lieu d'un plaisir. Le bébé ressentait cette tension et tétait mal. J'étais énervée d'entendre pleurer dans une salle d'attente pleine et pleurer mon bébé qui ne sentait pas sa mère disponible. J'ai donc préféré qu'il reste tranquillement à la maison et reçoive un biberon de lait que j'avais tiré plutôt que de subir les téléphones et mon travail. Avec cette solution, j'étais contente dans mon travail et tranquille. Je savais que mon bébé vivait à son rythme, recevait du lait maternel. Les panes éventuelles étaient comblées par les réserves effectuées durant le week-end. Il ne m'était jamais arrivé de songer à interrompre l'allaitement à cause de mon travail. Je pense rétrospectivement que cela a peut-être engendré un surcroît de fatigue mais certainement pas de travail. Extraire le lait des seins autrement qu'en donnant ces derniers à la bouche d'un bébé peut sembler à certaines mères peu romantique, mal pratiquée, plein de manipulation. Cet aspect des choses m'a rarement effleuré tant l'apport du lait maternel me semblait essentiel pour mon bébé.

Ainsi j'ai allaité mon deuxième enfant six mois complètement en ayant repris le travail six semaines après sa naissance. Cette expérience a été totalement positive et j'espère la renouveler avec autant de succès pour le troisième enfant.



Pourquoi je fais partie d'un GAAM

Fr. Burkhalter, 1891 Massongex

Lorsque j'ai eu mon premier enfant en 1977, dans une clinique à Lausanne, j'habitais un petit village sur la Riviera vaudoise. Allaiter mon enfant était mon plus grand désir. J'avais lu un peu à ce sujet, mais je n'étais pas assez consciente qu'il pouvait y avoir des obstacles à surmonter.

J'avais l'impression que cela se passerait sans trop de difficulté.

Or, pendant mon séjour à la clinique, ma montée du lait ne s'est pas faite après le troisième jour, ni après le cinquième. Mes seins étaient engorgés. Mon enfant n'obtenait que vingt gramme en moyenne par tétée. Mes mamelons étaient devenus sensibles et des crevasses sont apparues. Le tire-lait m'était imposé. Ma confiance allait en diminuant. Je ne m'étais pas attendue à de telles embûches! On ne suggérait de «couper» mon lait.

De retour à la maison!, j'ai persisté encore pendant deux semaines, mais je ne mettais pas mon enfant assez souvent au sein, pour stimuler mon lait. Soucieuse de ne pas laisser mon enfant dépérir de faim, je lui donnais des biberons. Un jour une connaissance est venue me voir. Elle n'avait pas pu allaiter son propre enfant, né quelques mois auparavant. En voyant un fond de mon lait maternel dans le verre du tire-lait, elle s'est exclamée: «C'est ton lait? Eh bien, il a l'air bien maigre!» Ce fut le coup de grâce. Ma confiance, déjà sérieusement ébranlée, s'effondra totalement.

Si, à cette époque critique, où j'étais tellement sensible et influençable, j'avais pu être soutenue par un groupe d'appui, mon expérience aurait été transformée. Si j'avais reçu des conseils pratiques d'une maman ayant déjà surmonté les mêmes problèmes, j'aurais persisté encore plus longtemps. Et ma confiance aurait pu renaître. Ce n'était que plus tard (lorsque c'était trop tard) que j'ai appris que certaines femmes doivent persister cinq ou six semaines, avant que leur quantité de lait soit suffisante. Et s'avais lu plus avant l'accouchement, j'aurais été mieux avertie des obstacles éventuels et des remèdes à y apporter.

Avec notre deuxième enfant, né trois ans plus tard, le scénario du début était pareil au premier. Insuffisance de lait pendant les trois ou quatre premières semaines. Mais cette fois-ci, j'étais soutenue par deux amies ayant déjà allaité pendant plusieurs mois. De plus, une amie au Canada m'a envoyé un livre qui m'a grandement aidée: *The Breastfeeding Experience*, de Sheila Kitzinger. Pourtant, ma confiance chancelait par moments. Mais je m'accrochais à chaque brin d'encouragement. Après cinq semaines mon lait était suffisant et j'ai continué à allaiter pendant sept mois.

Il est évident que notre premier enfant aussi, aurait pu profiter du lait maternel. Mais il aurait fallu que sa maman s'y prenne autrement! Un GAAM lui aurait été utile...

C'est pourquoi je fais partie d'un GAAM. Informer les futurs parents et encourager les mamans qui le demandent, comme je l'aurais souhaité. Mais savoir, aussi, sécuriser d'autres et les soutenir si elles décident d'arrêter leur allaitement.

Les sages-femmes que j'ai connues n'ont pas joué de rôle dans mon allaitement. J'ai plutôt eu des contacts à cet égard avec les nurses. Celles-ci étant jeunes et sans enfant, ne pouvaient pas apporter un soutien fort de leur propre expérience. Je ressentais une sorte d'inertie et leur part, face à l'allaitement.



Allaitement et intervention chirurgicale

Christiane Weiss,
2300 La Chaux-de-Fonds.

Ma grossesse s'est bien passée sauf qu'à deux reprises, je souffrais de terribles maux de foie. Deux semaines avant terme, mon gynécologue a fait un ultra-son pour connaître la position de mon bébé et a constaté qu'il était placé transversalement. Alors il a opté pour une césarienne. Après mon réveil dans la chambre de la clinique, j'ai aperçu un petit bébé dans un berceau à côté de mon lit et j'étais stupéfaite: j'ai tâté mon ventre pour savoir s'il était vraiment plat, alors ce bébé devait bien être le mien. C'était un garçon qui allait bien, qui pesait 3510 grammes et mesurait 50 centimètres à sa naissance.

Selon les infirmières qui m'entouraient, je me suis vite remise de la césarienne et le lendemain j'ai eu mon fils au sein. Au début, cela me semblait tout drôle d'allaiter, il a pris 5 grammes de lait maternel et je compensais le reste avec un biberon. Mon lait a augmenté. Le 4^e jour après sa naissance, j'ai pu commencer à manger et boire, jusque là j'avais une perfusion. N'ayant pas du tout supporté une tranche de porc grillée, j'ai subi une nouvelle crise de foie qui était fort douloureuse. Malgré cela, je continuais mon allaitement et mes seins devenaient de plus en plus gros.

Après dix jours de clinique, je suis rentrée avec mon bébé et me réjouissais d'être à nouveau chez nous. Le lendemain, encore une crise de foie et je me sentais fatiguée. L'allaitement fonctionnait à merveille, parfois en fin d'après-midi jusqu'à 8-9 heures du soir, j'ai eu mon bébé continuellement

au sein pour le calmer. J'ai nourri mon bébé selon ses besoins et non pas selon mon horaire ce qui s'avérait parfois pénible. Pendant un mois, tout se passait plus ou moins bien. On a passé chez le pédiatre pour faire un contrôle et il a confirmé que tout allait pour le mieux, que l'enfant avait pris du poids.

Le lendemain soir, après avoir mangé une fondue, j'ai eu une telle crise de foie qu'elle a duré encore tout le lendemain et le surlendemain. J'étais toute jaune. Le médecin d'office est venu me voir et m'a donné des médicaments pour calmer la douleur et m'a conseillé d'arrêter l'allaitement. Quoi? Jusqu'à présent j'ai allaité mon bébé complètement et d'arrêter tout de suite comme ça me semblait impossible. C'est pourtant ce qu'il fallait faire. Je souffrais de mes seins énormes qui demandaient à être vidés.

Le lendemain j'avais rendez-vous chez le spécialiste du foie qui a constaté des calculs dans la vésicule qui eux aussi étaient confirmés par l'ultrason. Mes ennuis de foie n'avaient pas été décelés auparavant. Une intervention chirurgicale urgente devait me libérer de tous mes maux. J'étais tellement triste de devoir me séparer de mon bébé, mais il fallait passer par là. Le jour suivant je suis entrée à la clinique laissant mon bébé chez les parents à mon mari qui lui-même n'était pas disponible. Diagnostic après l'opération: cholélithiase, cholécystite, anomalie de la vésicule, du canal cystique, du canal hépatique droit. Les premiers jours après l'opération, j'étais de toute manière incapable de nourrir mon fils. Mes seins étaient plats, j'avais beaucoup maigri, il y avait des appareils autour et des tuyaux dans moi et je me sentais affaiblie.

Mes beaux-parents me disaient que le bébé allait bien et qu'il supportait bien le biberon, mais qu'eux-même étaient surchargés. J'avais tellement l'ennui de mon bébé que je voulais auprès de moi pour peut-être recommencer l'allaitement. Ma belle-sœur ayant contacté un groupe pour l'allaitement m'a dit qu'il était possible de reprendre l'allaitement et m'a conseillé de le faire dès que possible. J'ai demandé aux infirmières de m'aider à restimuler mes seins et à la clinique s'il était possible d'accueillir un bébé pour reprendre l'allaitement. Le pédiatre m'encourageait dans ce sens. Le personnel et le chef de clinique n'y voyant aucun inconvénient m'ont tout de même prévenue que des problèmes se poseraient avec la caisse maladie.

Le 4^e jour après l'opération, j'ai pu avoir

mon bébé auprès de moi et j'étais très contente. D'abord je lui donnais des biberons et les infirmières venaient avec le tire-lait pour la stimulation. Elles m'ont aussi mis mon bébé au sein. A ce moment, je ne pensais pas du tout qu'un jour j'aurais à nouveau du lait. Et pourtant, le 8^e jour après l'opération, mon bébé a pris trois fois environ quarante grammes au sein! Quel succès! Le personnel de la clinique était fort sympathique envers moi et m'a beaucoup encouragée. Le dixième jour, il a bu trois fois au sein et a pris 95, 65 et 80 grammes: mon lait augmentait. Je me sentais toujours très faible mais contente du succès obtenu. Je continuais et après ma sortie de clinique, je restais pendant deux semaines chez mes beaux parents pour bénéficier de leur aide et pour retrouver des forces.

A ce moment là, j'ai allaité mon bébé le matin tôt, dans la matinée et le soir vers cinq-six heures, aux autres moments, je complétais aux biberons. Me sentant toujours mieux, je supprimais les biberons pour allaiter complètement, ceci pendant environ six mois. Après, j'ai commencé à donner à petites doses des repas de fruits et légumes tout en continuant d'allaiter. Quand mon bébé avait dix mois, j'ai arrêté l'allaitement. J'estime que tous ces efforts ont valu la peine pour établir de bonnes relations entre mon bébé et moi.

PS: Ma caisse maladie participait avec Fr 5.- par jour pour le bébé, disant que c'était un cas social et non pas un malade. Après de longues discussions, la caisse maladie a payé la moitié des frais occasionnés par le bébé.