

Zeitschrift: Hebamme.ch = Sage-femme.ch = Levatrice.ch = Spendrera.ch
Herausgeber: Schweizerischer Hebammenverband
Band: 114 (2016)
Heft: 7-8

Artikel: Une maison de naissance traditionnelle au cœur du Japon
Autor: Aouadj-Chennouf, Fatema
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-949230>

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: 01.05.2026

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

Une maison de naissance traditionnelle au cœur du Japon

Profitant d'une visite personnelle à sa fille qui vit au Japon, une sage-femme indépendante exerçant en Suisse romande a pris rendez-vous avec la clinique du Dr Tadashi Yoshimura. Depuis près de 50 ans, celui-ci y propose aux Japonaises des naissances naturelles et leur fait vivre l'accouchement comme une «expérience spirituelle». Fatema Aouadj raconte avec émotion ce qu'elle y a vu et ressenti.

.....
Fatema Aouadj-Chennouf

Quand nous arrivons enfin à la clinique, à Okazaki, à quelques kilomètres de Nagoya, c'est un bâtiment classique sur deux étages, blanc, sans caractère distinctif particulier, que nous découvrons. A l'entrée, nous nous déchaussons et nous arrivons dans une salle d'attente qui fait aussi office de lieu pour les cours de préparation à la naissance. Ces cours sont plus précisément une présentation de l'accompagnement que propose la clinique. Ils ont lieu deux fois par mois. Je n'ai pas pu y assister mais j'ai appris qu'en plus de quelques éléments théoriques, ils insistent grandement sur la réalité d'un accouchement. A la base, il y a la conviction que toute femme, instinctivement, est capable d'enfanter.

Après de brèves présentations en anglais et en japonais (ma fille faisant office d'interprète), nous patientons un instant. Depuis ce hall d'accueil, une grande baie vitrée donne sur un coin de verdure que l'on devine. Ce premier étage est aussi le lieu des salles de consultation et des autres bureaux. Enfin, notre guide Madame Nobuko Shimabukuro – la secrétaire du Dr Yoshimura depuis près de 30 ans – nous accueille et nous commençons la visite par la partie extérieure du bâtiment. A l'arrière de celui-ci, nous découvrons un jardin discret et charmant où se dressent plusieurs arbres, un jardin potager et un coin de verdure accueillant. Mon esprit est rapidement plongé dans une ambiance calme et apaisante, qui a été celle de près de 20 000 naissances naturelles depuis que le Dr Yoshimura propose ce mode d'accouchement, soit depuis presque 50 années maintenant.

A droite, un petit chemin de 30 mètres nous conduit vers une maison traditionnelle japonaise. Et là, nous nous sommes plongées dans un univers hors du temps. Vieille de 300 ans, avec un toit de chaume épais et un intérieur typiquement ancien en bois de bambou, cette demeure

a été spécialement restaurée pour montrer aux futures mamans de quelles façons leurs grands-mères accomplissaient les nombreuses tâches ménagères de l'ancien temps. Des postes de travail sont également organisés devant la maison. J'observe alors avec étonnement une parturiente qui, à l'aide d'un chiffon, astique le mur de la maisonnette de haut en bas, et inversement. Le mouvement, dos droit bras tendus, démarre au-dessus de la tête, puis finit au bas du mur, en position accroupie. Elle reproduit ce mouvement jusqu'à ce que la fatigue ou la douleur se fassent sentir.

Une préparation digne d'un marathon

Les femmes sont libres de leurs mouvements. Elles s'encouragent et se soutiennent mutuellement. Cet esprit communautaire donne une énergie positive à toutes les mamans. Je peux vous dire, pour avoir expérimenté le mouvement, que le travail est intense et l'on comprend aisément qu'avec une telle préparation, le nouveau-né trouve son chemin spontanément. D'autres mamans fendent le bois à la hache: une hache qui pèse 3 kg. A côté, une parturiente s'installe pour scier du bois. L'eau du puits est aussi tirée manuellement et utilisée pour la confection du repas traditionnel.

Et toujours pareil: le dos est bien droit, le mouvement est lent et précis. Il nécessite endurance et concentration. Et il inclut toujours la position accroupie favorisant l'assouplissement du bassin ainsi que la tonification du périnée. Tous les muscles du corps sont sollicités ainsi que le système cardio-vasculaire et respiratoire. Bref une préparation digne d'un marathon!

Il faut préciser que la préparation physique et mentale est la pierre angulaire pour favoriser une naissance harmonieuse. Tous ces gestes s'inspirent des activités quotidiennes des femmes japonaises traditionnelles avant l'arrivée de l'industrialisation au Japon. Pour le Dr Yoshimura, toutes les femmes savent enfanter puisqu'elles sont constituées ainsi. Et ce sont les influences du mode de vie actuel – telles que le manque de pratique physique, l'alimentation trop riche et déséquilibrée – qui induisent une plus grande difficulté à enfanter.

A l'intérieur de la maisonnette, dans la seule et grande pièce, se tient un coin cuisine qui se présente toujours dans la pure tradition japonaise. La nourriture est préparée sur un feu de bois crépitant, confectionnée par la

.....
Auteure

Fatema Aouadj-Chennouf, sage-femme hospitalière (Hôpital Riviera-Chablais, Vevey) et indépendante (Lausanne), accompagnatrice des cours à la FSSF, réflexologue dans son propre cabinet.

cuisinière qui est accompagnée des différentes participantes. J'ai été d'ailleurs gentiment invitée à partager ce repas. L'alimentation recommandée durant la grossesse est pauvre en produits d'origine animale, mais riche en légumes, en poissons crus et tofu. Le produit de base est le riz ainsi que le *macha* (ou thé vert) comme boisson, toujours servie chaude.

Pour les familles plus indépendantes, le Dr Yoshimura a créé une maison de naissance accolée à la maternité et gérée par une sage-femme. Dans cette maison toute en bois où une douce senteur se dégage, les familles se retrouvent comme chez elles.

Ensuite, nous regagnons le bâtiment principal. Au deuxième étage, une dizaine de chambres composées d'un tatami agrémenté de futons pliés et d'un petit point d'eau sur un sol en bois accueillent les familles. Un coin jeu est à disposition des enfants aînés du futur nourrisson à naître. En effet, il n'y a aucune restriction quant aux nombres de personnes par familles, si ce n'est la place. Toute la famille fait partie de cette aventure qu'est la naissance: enfants, parents, ou même grands-parents. Et leur présence est aussi autorisée en salle de naissance.

L'unique salle de naissance est au bout du couloir

La pièce est modestement aménagée avec un meuble en bois traditionnel. Une salle d'eau où le bain est proposé aux mamans, une bonbonne d'oxygène sur roulette et, au centre, sur le tatami, un futon accueille la future maman.

La parturiente choisit sa position d'accouchement accompagnée par l'une des huit sages-femmes constituant l'équipe de soignants (selon l'activité, deux ou trois sages-femmes peuvent encore venir en renfort). Le médecin, le Dr Yoshimura, et maintenant sa remplaçante se montrent disponibles, en cas de besoin. La sage-femme accompagne et pratique l'accouchement sans épisiotomie. Généralement, les périnées ayant été bien préparés sont intacts. Eventuellement, quelques éraillures cicatrissent spontanément. Les douleurs du travail sont soutenues par la famille et par la sage-femme.

Le médecin – s'il doit être présent – se montre discret et n'intervient pas. Les accouchées sont généralement couvertes, afin de conserver la pudeur et la chaleur de leur corps. Dès la naissance, le nouveau-né se blottit dans les bras de sa mère qui le met rapidement au sein.

Dans ses débuts, le Dr Yoshimura avait une salle pour les urgences où l'on pouvait pratiquer une césarienne ou d'autres gestes d'urgence pour le nourrisson. Après avoir réaménagé cette pièce, il s'est avéré qu'elle n'était plus du tout utilisée dans ce sens. Les urgences et les césariennes sont transférées vers l'hôpital le plus proche, soit à 40 minutes de la clinique. Le Dr Yoshimura pratiquait aussi des accouchements par le siège et des accouchements de jumeaux. Sa remplaçante ne fait plus que les premiers.



Celia Sara Aouadi

La naissance est une expérience spirituelle, qui se prépare aussi lors des repas en commun.

Le bureau des sages-femmes se trouve au centre de ce deuxième étage. Les repas confectionnés par les parturientes dans la maison traditionnelle située à l'extérieur sont proposés aux familles qui le désirent. Quelquefois, les familles aussi sont accueillies chez une maman ayant eu l'expérience d'une naissance à la clinique. Le départ de cette clinique n'est jamais définitif. Outre les rendez-vous réguliers avec le médecin et les cours de massages parents-bébé, une association de parents a été créée. Elle permet à tous ceux qui le souhaitent de se retrouver plusieurs fois par an à Okazaki.

La durée du séjour peut aller, pour les personnes venant de loin, d'environ un mois avant le terme jusqu'à 4 ou 5 jours après la naissance. Quant aux mamans vivant à proximité de la clinique, elles peuvent venir et pratiquer dès le début de la grossesse.

Le passage du Dr Yoshimura au «naturel»

A fin de notre visite, j'ai eu le grand privilège de rencontrer ce vieux monsieur âgé maintenant de 84 ans. Etant assez fatigué, et suite à quelques problèmes de santé, il ne pratique plus. Il réside dans une autre petite maison entretenue par les personnes qui ont pris le relais et située dans le jardin de la clinique.

Formé à l'université de Nagoya, il a débuté sa carrière de gynécologue-obstétricien dans l'espoir de faire de la recherche. Suite à une maladie de son père, lui-même médecin gynécologue, il va reprendre la direction de la clinique Yoshimura. Il exerce ainsi pendant environ 12 ans une obstétrique médicalisée et classique.

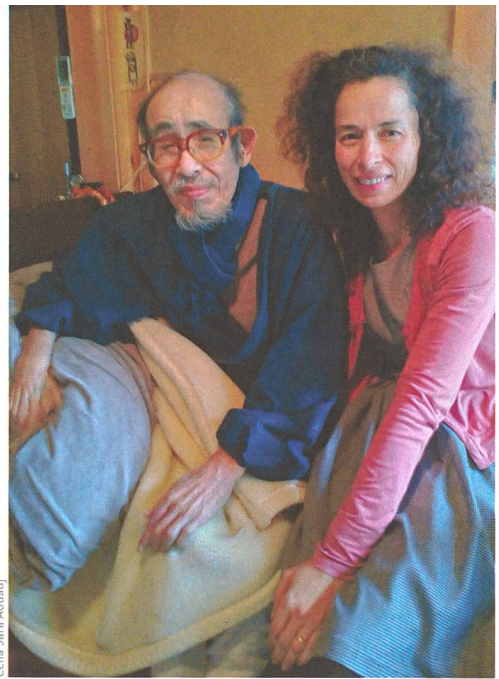
Alors qu'il venait d'équiper sa clinique des derniers appareils de surveillance fœtale, une expérience – ou plutôt une prise de conscience – allait changer sa vision des accompagnements à la naissance. En entrant dans une salle d'accouchement où une maman est en début de travail, il regarde le CTG (cardiotocogramme) et en ressort. En observant la patiente depuis l'écran à l'extérieur, il voit soudain la femme paralysée par la peur, seule, attachée par de nombreux câbles. Il se précipite alors vers cette maman, car il sait que trop de pression peut freiner le processus de la naissance. A partir de ce jour-là, il s'est toujours efforcé d'utiliser le moins possible les CTG.

Pour le Dr Yoshimura, il suffit d'offrir un environnement rassurant, calme, d'aider la mère à se relaxer, et surtout à mettre en évidence sa capacité innée de donner naissance. Il faut savoir que, dans la société japonaise, la discipline et le conformisme sont de rigueur. Cette clinique est unique au Japon et les femmes se déplacent parfois de très loin pour venir profiter de l'écoute et de l'attention de cette équipe. Son changement de pratique n'a d'ailleurs pas été sans oppositions de la part de ses pairs et son mode de vie est devenu plus modeste.

«Faire des césariennes est plus lucratif que des accouchements par voie basse», reconnaît-il. Dans son livre*, il dit avoir trouvé une belle sérénité en accord avec ses valeurs profondes. Il a un tel respect pour la femme dans cette fantastique aventure qu'est la naissance et une telle confiance en la nature, qu'on peut le lire dans ses yeux brillants de joie. Les quelques moments que j'ai pu partager avec ce grand homme, ont été réellement intenses et il se dégageait de ce monsieur une richesse et une humilité débordantes.

Lorsque le Dr Yoshimura était lui-même actif, il y avait 30 naissances par mois. Le taux de césariennes était de 5% et celui des extractions de 0,2%. Aujourd'hui, de 15 à 20 naissances ont encore lieu chaque mois à la clinique.

* Dr Tadashi Yoshimura: *Joyous childbirth changes the word*. Traduit du japonais en anglais. Préfacé par Ina May Gaskin. New York, Seven Stories Press, 2014, 160 p.



Célia Sara Aouadi

En compagnie du Dr Yoshimura qui m'affirme: «La naissance est le dernier processus naturel qu'il nous reste à vivre.»

Ce qu'il faut en retenir

La philosophie des lieux s'attache à créer la confiance en soi, rassurer la patiente en sa capacité à enfanter, créer un climat de sérénité et d'écoute de la maman par l'échange entre sages-femmes et parturientes.

Il s'agit de:

- Ne rien imposer, proposer, encourager et responsabiliser la maman.
- Fortifier le corps pour assurer une naissance physiologique apportant une énergie toujours présente après la naissance.
- Préparer le mental pour assurer une naissance physiologique en apportant une énergie toujours présente à la naissance.
- Permettre aux futures mamans une prise de conscience en leur capacité à donner la vie de façon naturelle.
- Respecter le processus naturel de mise en route de la naissance: donc pas de médication, pas de provocation, pas de contrainte de temps dans l'évolution du travail, mais une surveillance fœtale allégée. Il y a cependant tout le matériel nécessaire en cas de complications (pose de voie veineuse, produits médicamenteux, échographie) afin de préparer un transfert dans les meilleures conditions.
- Faire en sorte que toutes les femmes ayant accouché à la clinique Yoshimura ressortent avec une estime de soi, d'accomplissement, de force et une confiance en la vie.