

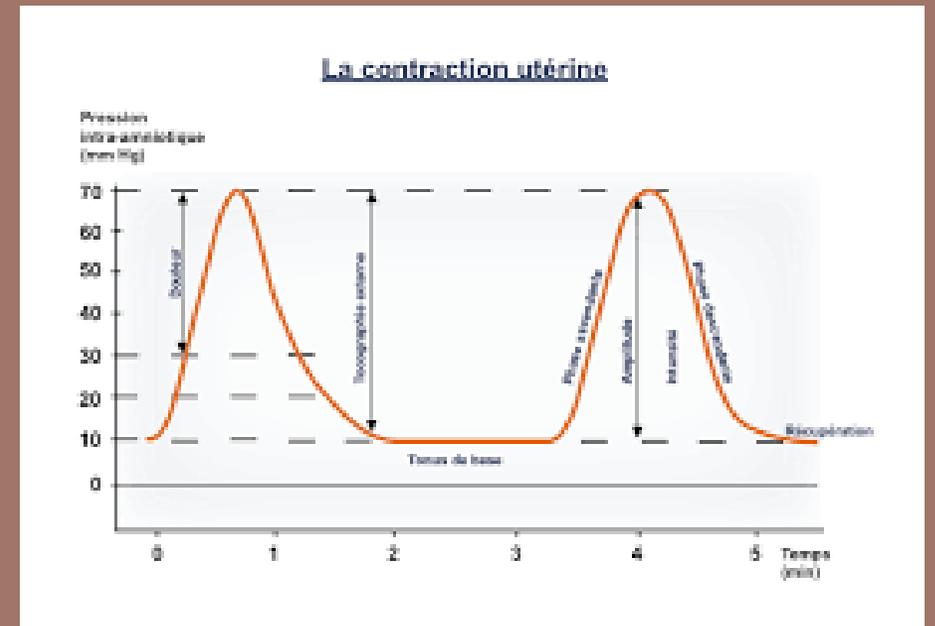
# BASES THÉORIQUES SUR L'ACCOUCHEMENT PHYSIOLOGIQUE

Elisabeth Lathuille sage-femme  
indépendante – Genève - 2025



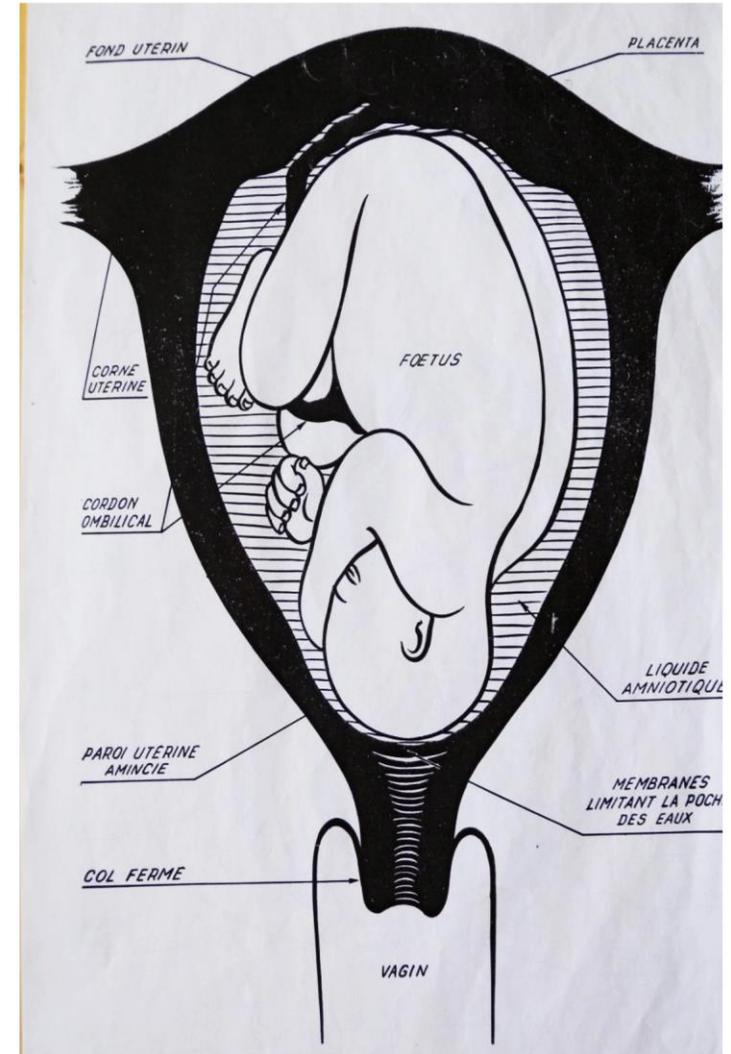
# LES CONTRACTIONS UTÉRINES

Etape nécessaire  
et indispensable

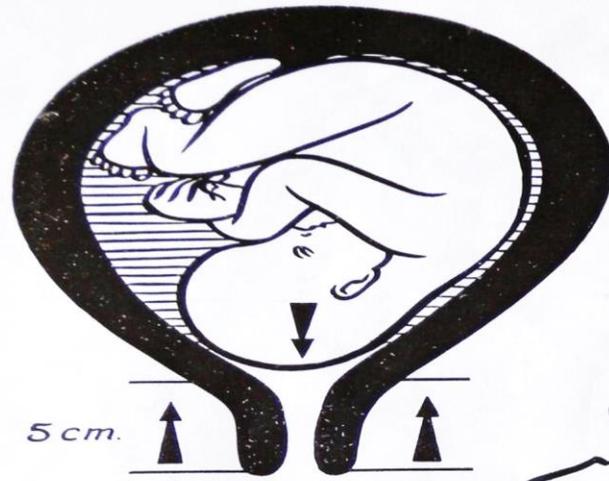


## Phénomène:

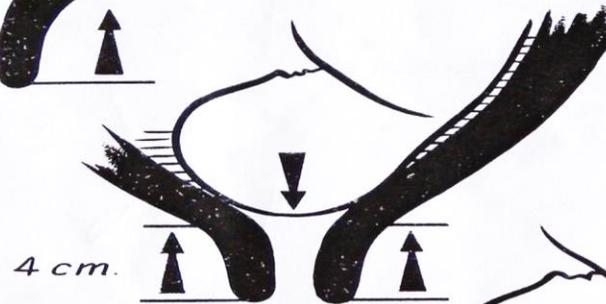
- *Le muscle utérin se met en rétraction appelée contraction utérine ( CU) sous l'effet d'hormones produites par la femme et va sous l'effet de la rétraction des fibres longitudinales et transversales avoir un effet sur le col utérin et fait appuyer le bébé.*



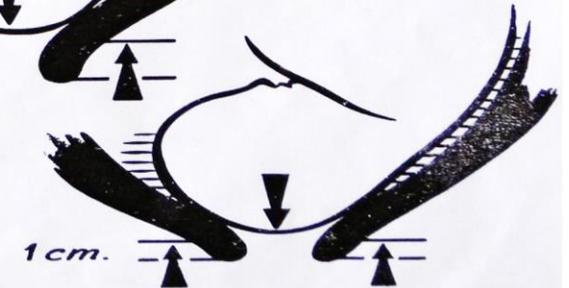
# MÉCANIQUE



Elles poussent le bébé  
dans le sens de la sortie  
et de la pesanteur



et étirent  
le col devenu mou,  
qui sous sa pression, s'efface



*effacement du col*

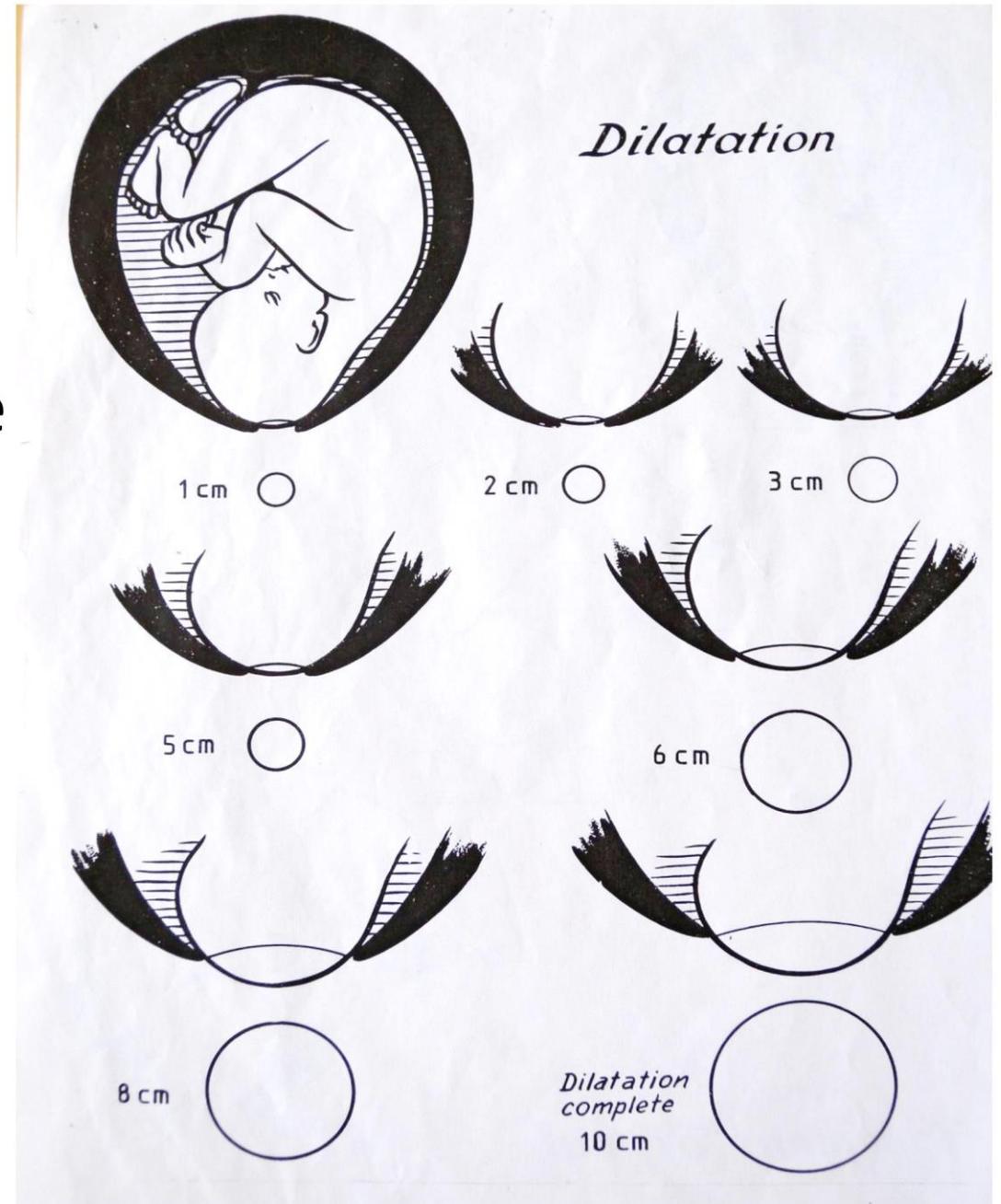
# MÉCANIQUE

Une fois ce travail fait...

Le col va « subir » la force des C.U et la descente de la tête du bébé pour

**une ouverture** de plus en plus grande

à la mesure de la tête de l'enfant..





## Rythme et intensité



le travail est actif ( action d'ouverture sur le col )  
quand les CU durent 1mn, toutes les 5mn et  
se ressemblent toutes ( copier coller ! ).

L'intensité et l'attitude de la femme qui en  
découle dépend de son histoire, son seuil de  
tolérance, de son état de confiance ou de  
stress, de sa préparation et son projet de

naissance



# EMOTIONS



## Interactions



Les émotions peuvent avoir une influence  
**La confiance aide** la progression et assure le  
maintien de la physiologie.

**La peur bloque** le processus  
( action direct sur le col qui se rétracte et se rigidifie).

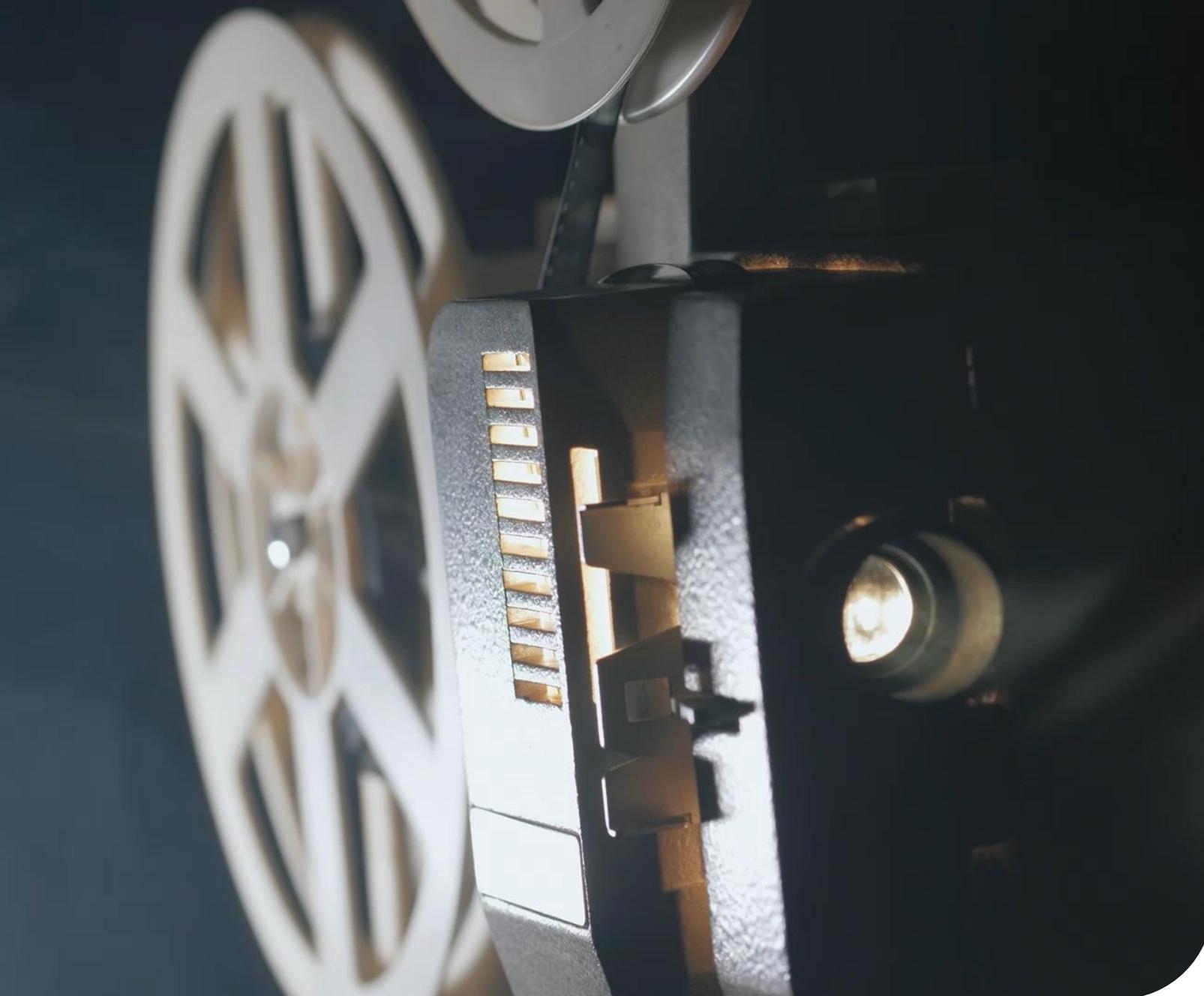
Le stress va

Soit **estomper** les contractions

soit les **accélérer**

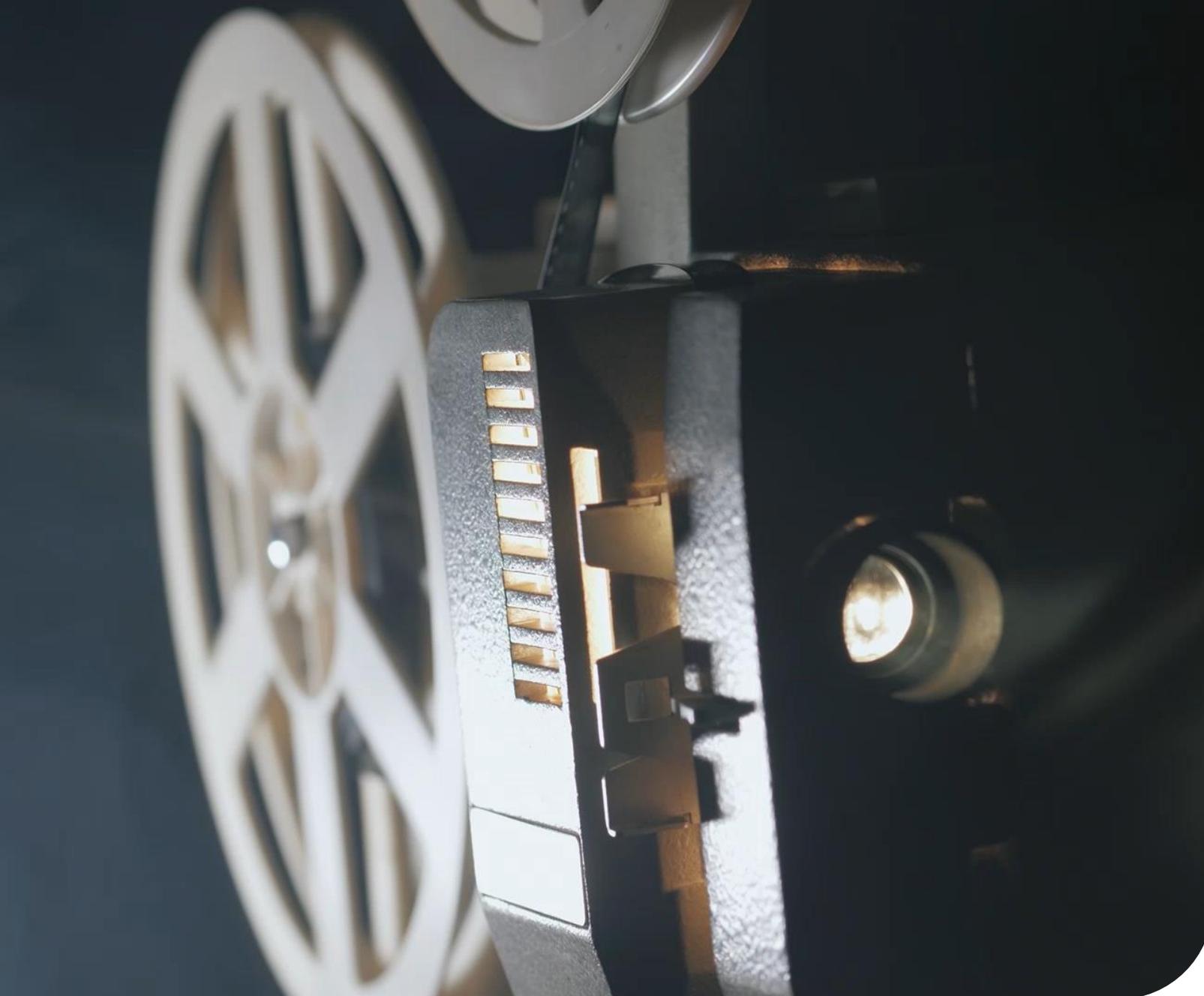


# RÉSUMÉ CONTRACTIONS ET DILATATION EN IMAGES



# LES CONTRACTIONS





## PROCESSUS EFFACEMENT ET DILATION DU COL



# LA POICHE DES EAUX



Où ? Comment ? Quand ?

# À SAVOIR ...



- Elles sont “deux” collées l’une contre l’autre.
- Ce n’est pas un signe d’urgence
- La naissance doit avoir lieu sous 48H
- Une fois rompues, l’écoulement du liquide amniotique (L.A) transparent se fait de manière régulière et intermittente
  - ½ verre d’eau si la tête du bébé est sur le bassin
  - légèrement ( cuillère à soupe ou café) en cas de fissuration (suintement) ou de tête engagée

# QUAND ?

Elle peut se rompre n'importe quand !

- Avant, pendant, après ...
- ça entraîne une accélération du travail
- Augmente l'intensité des CU.
- En fin de travail  
( bébé engagé = 2 phalanges )  
la naissance peut être imminente
- Bébé peut naitre dans sa poche

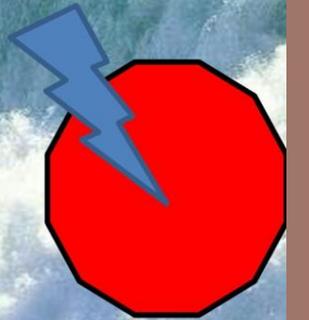


# COMMENT

## En quantité abondante Chute du Niagara ...

### **Lorsque le bébé est trop haut**

- La tête de Bébé n'appuie pas dans le bassin
- Par mesure de sécurité allez à la maternité
- Transport en position couchée sur le côté gauche
- Une fois le contrôle fait, marcher et opter pour les positions accroupies



# COULEUR

## Si la couleur du liquide est foncée

Ce n'est pas dangereux en soit ...

Bébé bouge régulièrement .... Tout va bien

Il est possible que bébé ai été ou est en stress

Ecouter si possible le rythme cardiaque du bébé

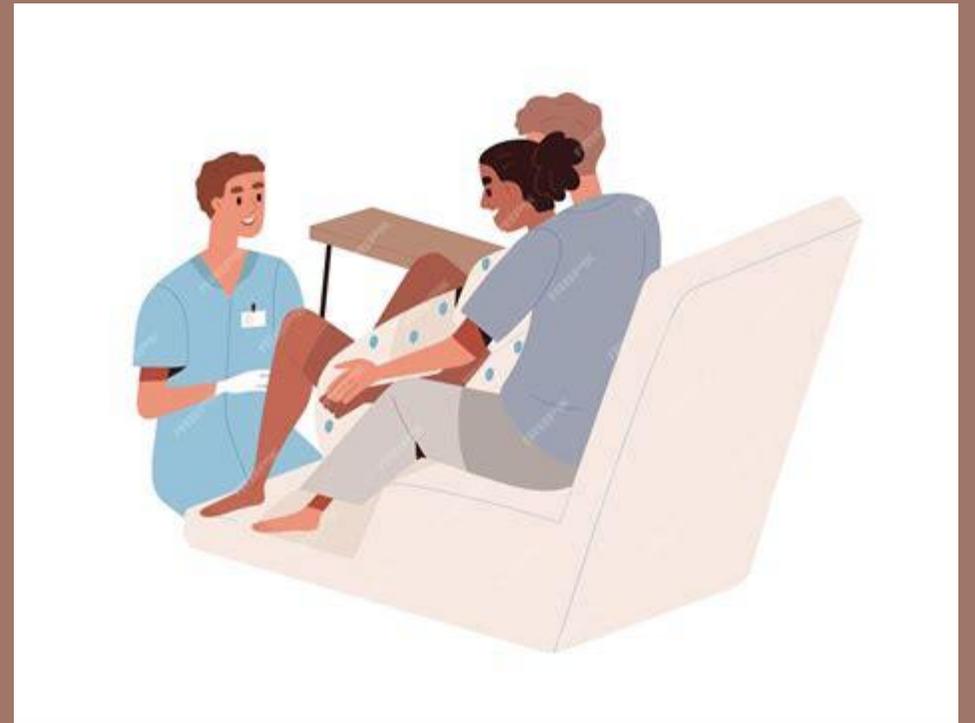
Favoriser le mouvement pendant le travail pour  
augmenter l'oxygénation de bébé

Eviter au maximum la position sur le dos

Et c'est plus fréquent chez les femmes qui  
consomment beaucoup d'épices !

# EVALUATION LORS D'ACCOUCHEMENT

Des sensations  
car je suis vivante



## Phase de latence

Les contractions sont irrégulières , anarchiques

Elles sont trop longues ou très courtes

Se mettre en joie et patienter tranquillement



Le bouchon muqueux peut également s'évacuer

# POSITIONS

Debout



Assise



Accroupie



À genoux



# MARCHE D'APPROCHE

## Phase 3-5cm :

- Les contractions sont régulières “copier coller”  
5mn pour un premier ; 10mn si multipare
- Entre les CU la femme parle “normalement”  
et pendant elle se concentre pour “respirer”  
et favoriser l’ouverture du col utérin



C'est le temps de demander  
la péridurale ou prendre  
un bain pour voir si les  
contractions restent  
toujours régulières.



Grâce au bain, la douleur diminue de 50%

# PÉRIDURALE



En générale elle est demandée et installée entre 3 et 5 cm

On évite avant 3 cm et après 8 cm à causes des effets négatifs que sont ralentissement du travail et difficulté pour expulser le bébé

Recommandations importantes :

- continuer à bouger les jambes en ouverture et pédalages
- être en position verticale comme assise, le plus possible
- Bien respirer amplement pour accroitre l'apport d'oxygène pour bébé

# L'ASCENSION



## Phase 5-8cm:



- CU régulières “copier coller” 5mn (1° ou multipare).  
Femme sur une autre planète ( dans sa bulle et répond à peine aux questions )
- concentrations permanentes / mouvement type bercement / besoin d'exprimer par les sons
- Si c'est un 1°bébé et que vous êtes encore à la maison, envisager de partir sans précipitation.
- Le bain va accélérer la dilatation, surtout si bébé descend bien dans le bassin



Si la poche des eaux est encore intacte,  
ce n'est sera que plus confortable  
pour vous et bébé !



# POSTURES



## Les postures de travail



# LE BAIN ET LES SONS





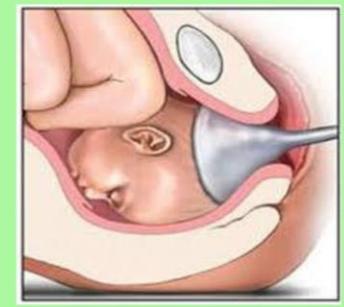
## Phase finale:

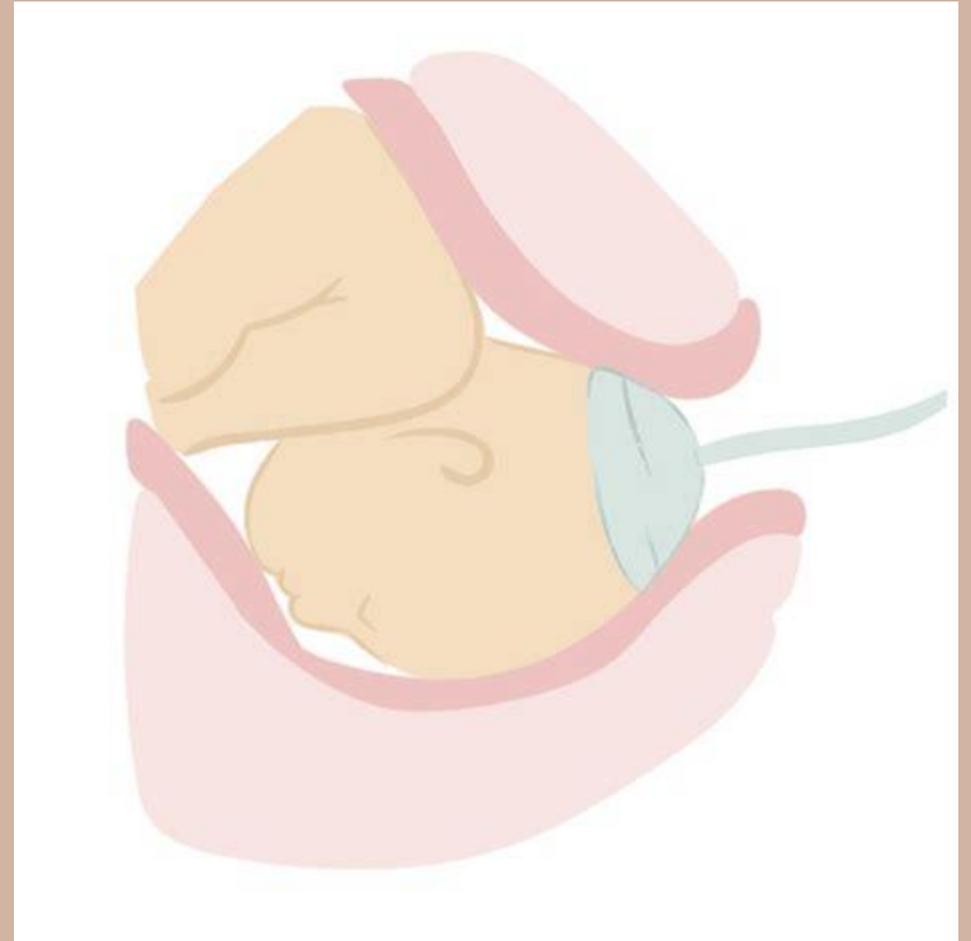


- La femme dit sentir le **bébé pousser** ou avoir envie de « faire caca » à *chaque CU*. Ne rien retenir !
- Si possible, opter pour une posture qui vous est confortable et garder le mouvement libre du bassin. Laisser pousser et accompagner bébé hors du périnée
- Favoriser une position verticale surtout si bébé met du temps pour négocier le passage dans le bassin, ce qui peut éviter entre autre une césarienne
- Eviter la position gynécologique qui devrait être réservée aux instrumentations ( ventouse – forceps)
- Le placenta peut mettre 10 à 40 mn avant de sortir. Tout geste ressenti comme brusque ou invasif peut augmenter le risque de saignement important.

# POSTURES

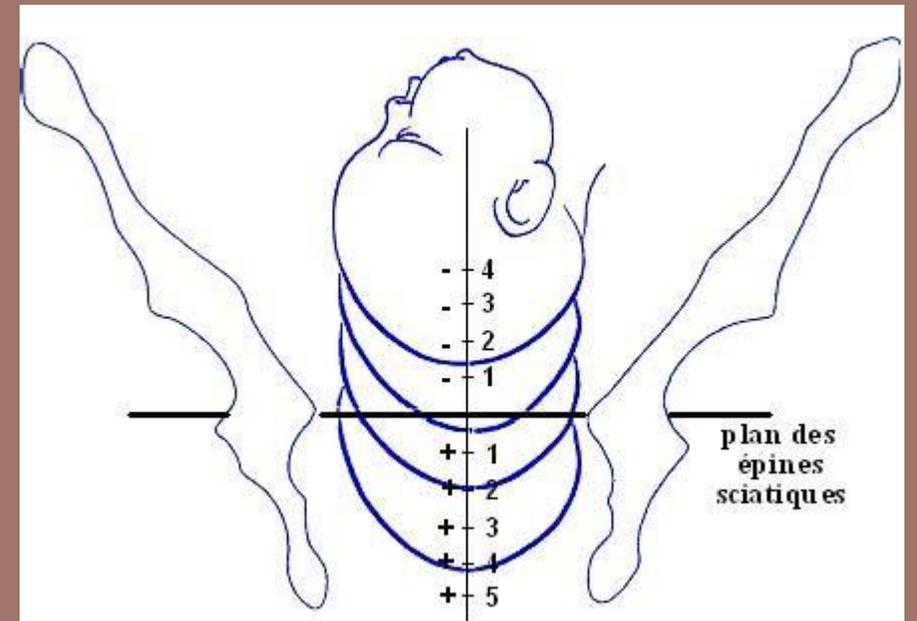
## Les positions d'accouchement

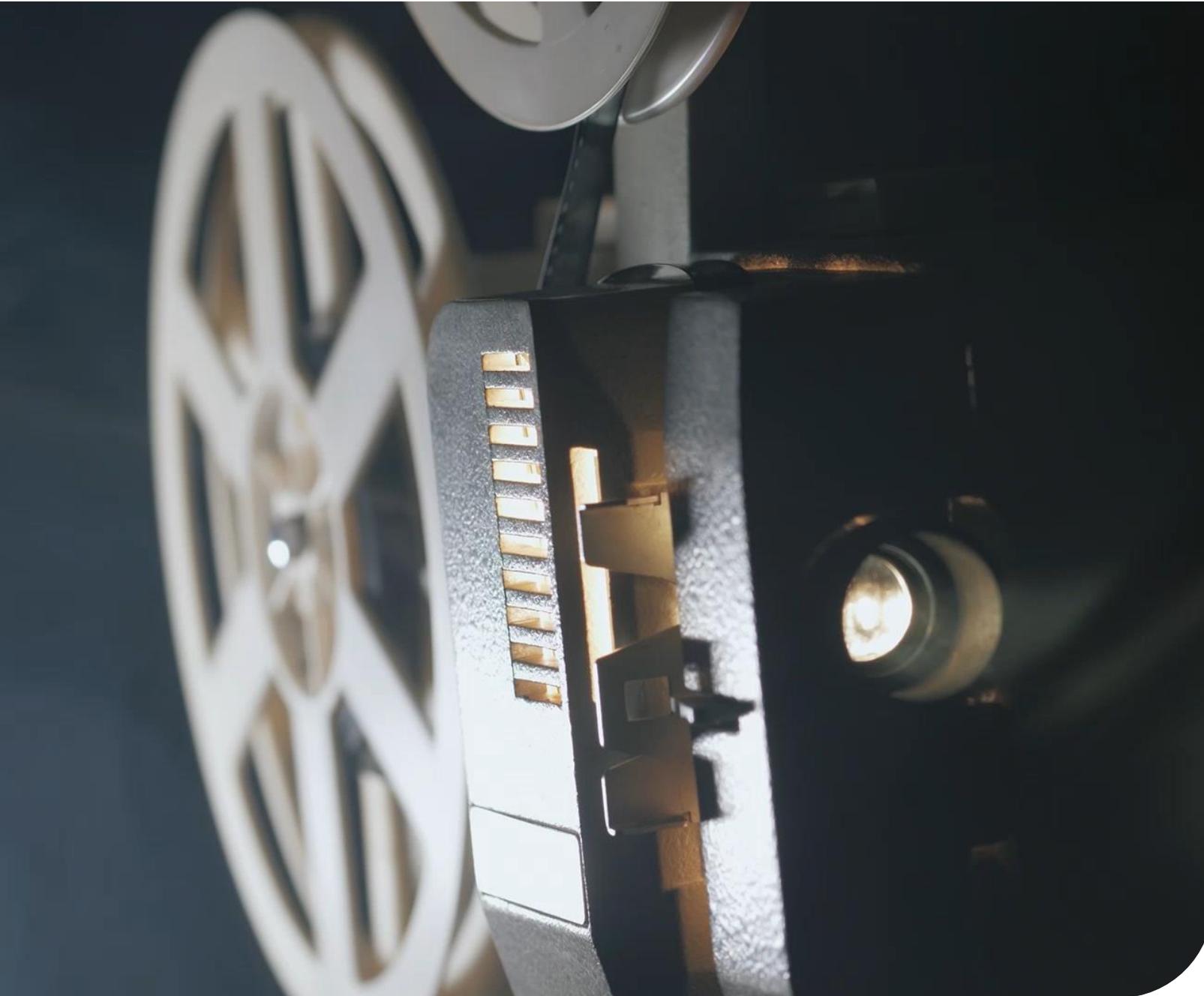




LA VENTOUSE  
NE DEVRAIT PLUS  
EXISTER...POURQUOI ?

# RÉSUMÉ DE L'ENFANTEMENT EN IMAGES





# IMAGES DE SYNTHÈSE DE L'ENFANTEMENT



# NAISSANCE D'UN BÉBÉ OU ACCUEIL DE L'ENFANT



# BÉBÉ EST LÀ



## La naissance d'un bébé :

Seul et unique naissance de sa vie...

- Il passe d'un monde "tranquille" à un monde "tourbillonnant" trop lumineux, rapide...
- Vivant la pesanteur de son corps pour la première fois et recherchant la sécurité affective
- Il inscrit ses premières expériences de vie directe



Respectons le .

Soyons donc attentif  
à le cocooner!



# LE PÈRE



## Réflexion concernant la place du mari:



- Il est le seul à pouvoir assurer la sécurité affective de sa femme ...
- Il est le guide extérieur de Bébé



- Alors gardons le bien précieusement près d'eux... même en cas de césarienne ...

A vibrant tropical scene featuring a multi-tiered waterfall cascading over dark, wet rocks. The water is clear and creates white foam as it falls. The surrounding environment is a dense thicket of lush green plants, including various ferns and large, spiky bromeliads. On the left side, there are clusters of bright red flowers, possibly Heliconia, adding a splash of color to the verdant landscape. The overall atmosphere is serene and natural.

**Intervenir le moins possible,  
avoir de la présence,  
rassurer, observer  
et agir uniquement si besoin.**