

Prangins

Elle a perdu trois enfants au cours de ses grossesses

Stéphanie Humm est tombée enceinte trois fois, dont une fois de jumeaux. Seule une fille a vu le jour. Témoignage

Nadia Bonjour

Si on demande aujourd'hui à Stéphanie Humm combien d'enfants elle a, elle répond «quatre». Elle est maman d'un «petit rayon de soleil» de 3 ans, prénommée Camille, mais aussi de trois autres enfants qui sont décédés durant la grossesse. La mention des disparus est une manière pour cette Pranginoise d'une quarantaine d'années de reconnaître son deuil périnatal vécu à la suite d'une fausse couche en 2005 et de la mort de ses jumeaux, Alexandre et Sébastien, durant son huitième mois de grossesse en 2010.

Marquée profondément par la perte de ses enfants, Stéphanie Humm a aujourd'hui besoin d'en parler. «Il faut que le deuil périnatal devienne moins tabou», insiste-elle. Ce qui est en train de changer avec l'organisation ces derniers mois de plusieurs manifestations abordant ce thème sensible. Ce sera le cas jeudi notamment au CHUV, où une journée de conférences y est consacrée. La jeune maman s'en félicite, sachant de par son expérience combien il est important de sensibiliser le large public à ce sujet.

Ses enfants perdus

Stéphanie Humm a toujours voulu des enfants. Deux pour être précis. Elle tombe enceinte pour la première fois en 2005, mais, après dix semaines, elle perd ce premier bébé. «Une fausse couche relativement banale», explique Stéphanie Humm. Comme on le lui explique, les trois premiers mois d'une grossesse sont délicats et le risque de fausse couche est élevé. A croire qu'il faut s'y attendre. Mais, pour elle, «même après dix semaines, ce sont des rêves qui s'écroulent».

Ce ne sera qu'en janvier 2009 qu'une petite fille, Camille, pointe le bout de son nez pour le plus grand bonheur de ses parents. Cette fois, le rêve se concrétise. Un peu plus d'une année plus tard, Stéphanie Humm tombe enceinte pour la troisième fois et, surprise, ce sont des jumeaux. Très vite, les médecins remar-



Après la perte de trois enfants, Stéphanie Humm savoure aujourd'hui tous les instants qu'elle passe avec Camille, sa petite fille âgée de 3 ans. GÉRALD BOSSHARD

quent qu'un d'entre eux a une malformation. Au final, ce n'est pas un, mais les deux qui décèdent à 32 semaines de grossesse. «La grosse baffe», explique Stéphanie Humm. On s'attendait à voir peut-être un des bébés mourir, mais pas les deux.»

Comment avancer?

«En parler, ça nous libère! lâche Stéphanie Humm. La mort en général est taboue, mais d'en parler rend les choses plus simples.» Surtout qu'elle constate que certaines personnes, empruntées, sont souvent maladroitement face à la mort d'un enfant, même «parfois blessantes». Mais quoi dire? «Il n'y a pas de mots justes. Il faut se montrer à l'écoute et admettre la souff-

rance des parents touchés par le deuil.»

Une démarche qu'elle-même ne parviendra à franchir que tardivement. Elle ne reconnaîtra en effet le deuil de son premier enfant que cinq ans après l'avoir perdu, à la suite de la lecture d'un recueil de témoignages. Stéphanie Humm contacte alors l'AGAPA (Association romande des groupes d'accompagnement, perte de grossesse, abus, maltraitance et négligence), qui lui apporte un soutien à travers des entretiens individuels. Cette association l'incite à parler, à échanger avec d'autres femmes et l'encourage à organiser, avec son mari, une petite cérémonie pour marquer la perte de ses jumeaux. Ils disper-

ront ainsi les cendres dans un bois près de chez eux à Prangins, en présence de leurs parents et d'amis proches. Un rituel pour eux émouvant mais nécessaire.

Aujourd'hui, Stéphanie Humm se sent prête à aller de l'avant. Elle aimerait apporter à son tour l'écoute et le soutien que l'AGAPA lui a donné pour surpasser l'épreuve du deuil de ses enfants. «J'aimerais un jour pouvoir accompagner moi-même des parents qui vivent un deuil périnatal, afin de les aider comme on m'a aidée.»

Conférences «Deuil périnatal et histoire de vie» par l'AGAPA, jeudi 27 septembre 2012 au CHUV. Ouvert au public. Infos: www.agapa-suisse.com

Se séparer d'un enfant qui n'est pas né

● Si aujourd'hui le deuil périnatal sort de l'ombre, la thématique reste encore un tabou. Il faut reconnaître qu'il est particulier. «Les parents et leur entourage se demandent souvent comment on fait le deuil de rien, ou plutôt de quelque chose qui ne laisse finalement pas de trace visible», explique Sandrine Limat Nobile, psychologue et conseillère chez AGAPA (Association romande des groupes d'accompagnement,

perte de grossesse, abus, maltraitance et négligence). «A tel point que, parfois, les parents doivent se justifier de l'envie d'organiser une cérémonie.»

La mort de l'enfant affecte aussi de manière différente les femmes. «Certaines sont moins affectées par une fausse couche, parce qu'elles ne s'attendaient pas à être enceintes», explique Sandrine Limat Nobile. Pour la psychologue, plus une femme se projettera comme mère, plus son

chagrin sera grand si elle perd cet enfant. La durée de la grossesse n'est ainsi pas un élément déterminant du degré de souffrance. Pour gérer un tel deuil, Sandrine Limat Nobile conseille de «s'entourer un maximum, de parler, sans crainte de se répéter et de faire un geste symbolique pour marquer la disparition de son enfant. Il ne faut surtout pas rester seule dans la souffrance. Il faut vivre ce qu'il y a à vivre dans cet événement.»