

## Quels sont les moyens de contrôler la douleur pendant accouchement ?

L'accouchement, surtout chez une primipare, commence par une première phase dite de « pré travail », plus ou moins longue, où il est important de garder une grande mobilité pour « solliciter » le col de l'utérus. Certains exercices, comme le ballon, le lit à eau, la marche et les massages, parfois le recours à certains médicaments, auront des vertus antidouleur et aideront à passer à la phase suivante. Le travail est véritablement défini quand une dilatation du col a été observée entre deux examens. Il est alors possible d'avoir recours à une péridurale, qui est la méthode la plus efficace.

### **Qu'est-ce que l'analgésie péridurale ?**

Son principe est de bloquer la transmission de sensations douloureuses transmises par les nerfs provenant de l'utérus, en insérant un cathéter (tuyau très fin) à distance de la moelle épinière dans l'espace péridural de la région lombaire, à l'aide d'une aiguille spéciale.

### **Comment se déroule la pose d'une péridurale ?**

Sa réalisation se fait sous anesthésie locale et n'est pas douloureuse. Une perfusion et des éléments de surveillance seront posés au préalable. Le cathéter reste en place pendant la durée de l'accouchement. Les gestes sont calés sur le rythme des contractions, la concentration sur la respiration et parfois le recours à une légère hypnose aideront à se relaxer et à « faire le dos rond ».

### **Comment est entretenu l'effet de la péridurale ?**

Votre anesthésiste restera présent auprès de vous pendant toute la durée du travail. Néanmoins, vous aurez à disposition une pompe dite « autocontrôlée » de façon à réinjecter vous-même, de manière totalement sécurisée, un certain nombre de « bolus » en fonction des besoins propres à chacune. Ce système permet de répartir harmonieusement les doses reçues, de façon à conserver un certain degré de sensation, permettant notamment de ressentir l'envie de pousser en fin de travail.

## Quels sont les moyens de contrôler la douleur pendant accouchement ?

### **Quels sont les inconvénients et les risques d'une analgésie péridurale ?**

Au début, une baisse transitoire et sans gravité de la pression artérielle peut survenir. Une sensation de malaise et des nausées sont alors possibles. Une douleur très localisée au niveau du point de ponction peut persister quelques jours, sans gravité. Exceptionnellement, des maux de tête, majorés par les mouvements, peuvent apparaître après l'accouchement. Ils sont liés à une « brèche » qui pourra bénéficier d'un traitement efficace. Des complications plus graves, pouvant laisser des séquelles (convulsions, paralysies, pertes de sensations) ont une incidence proche de zéro, le rapport bénéfice sur risque étant largement en faveur de la pose d'une péridurale.

### **Existe-t-il des contre-indications à la péridurale ?**

Une consultation réalisée par le médecin anesthésiste-réanimateur, avec prescription d'un bilan biologique spécifique, aura eu lieu dans les semaines précédant l'accouchement, afin d'identifier certaines situations à risque : troubles de la coagulation sanguine, infection au niveau de la peau, certaines maladies cardiaques. Ces éléments seront réactualisés le jour de l'accouchement.