

Rôle de la spiritualité dans la modulation de la douleur pendant l'accouchement

Audrey Chevillat, Jeanne De Icco, Claire Gander, Alina Modoux, Eliot Rodrigues

Introduction

Au-delà de sa dimension biologique, l'accouchement représente pour de nombreuses femmes une expérience profondément significative, où la douleur peut être influencée par différents facteurs, notamment spirituels. En effet, la douleur n'est pas seulement perçue physiquement, elle peut être une épreuve spirituelle [1], une manière de devenir mère [2], une expérience porteuse de sens [3], une preuve de force et de résilience [2,3], un élément naturel de l'accouchement [1-3]. La spiritualité est souvent utilisée comme stratégie d'adaptation. Elle est régulièrement décrite comme une ressource permettant de faire face à la douleur grâce à des méthodes non pharmacologiques basées sur des convictions [1-6]. Certains effets rapportés lorsque les femmes se réfèrent à une spiritualité sont la diminution de l'anxiété [4,7], un sentiment d'être soutenue et d'être protégée [7], une confiance en un dieu ou croyance [2,4], un apaisement émotionnel [1,2]. La spiritualité agit donc moins comme un antidouleur mais comme une ressource émotionnelle et psychologique [1,2]. Les études démontrent que la peur, l'anxiété, la solitude émotionnelle et les traumatismes passés amplifient cette douleur [4,5]. Un meilleur vécu de l'accouchement est rapporté lorsque les femmes se sentent accompagnées, soutenues, mais également lorsqu'elles sont bien informées et préparées à la naissance [2,5-7].

Les articles étudiés ont une valeur limitée : réalisés dans des contextes précis avec des petits échantillons, et sont difficilement généralisables à l'ensemble de la population. La spiritualité étant un domaine peu étudié dans les soins, notamment en Suisse, nous nous sommes posé la question : *Comment la spiritualité influence la représentation et la gestion de la douleur lors de l'accouchement ?*

Méthode

L'objectif principal de ce travail était d'explorer, sous forme d'étude qualitative, l'influence de la spiritualité sur le vécu et l'expérience de la douleur lors de l'accouchement. Dans ce but, nous avons mené des entretiens semi-dirigés. Les participants incluent une sage-femme spécialisée en périnatalité, une sage-femme conseillère, deux obstétriciens.ne.s, une anesthésiste, deux accompagnantes spirituelles périnatale, une accompagnante spirituelle périnatale et doula, une doula ainsi qu'une psychiatre spécialisée en périnatalité.

Résultats

La spiritualité est amenée avant tout comme un questionnement du sens permettant aux femmes de vivre la naissance de leur enfant comme un événement significatif. Elle représenterait une source de soutien, favorisant l'introspection ainsi que la conscience corporelle. Selon le protocole utilisé par le CHUV « La dimension spirituelle de chacun est déterminé par le rapport au Sens, à la Transcendance, l'Identité et aux Valeurs propres (STIV) ». La spiritualité permettrait d'attribuer un sens à l'accouchement, au rôle de parent qui va en découler mais aussi à la douleur, aux émotions vécues.

Cela permet de comprendre qu'une personne peut être spirituelle sans être religieuse et que cette dimension est individuelle et personnelle. Les ressources spirituelles peuvent prendre des formes diverses telle que des prières, de la méditation, des chants, la présence d'objets symboliques, la bénédiction de l'enfant in utero, de la musique, ou encore une ambiance tamisée. Ces ressources peuvent aussi être une présence humaine, comme par exemple le co-parent, la famille, la communauté religieuse, un référent spirituel ou une doula.

La douleur lors de l'accouchement est un phénomène multidimensionnel. Elle est influencée par la sensibilité individuelle, la psyché de la femme enceinte, son histoire personnelle, ainsi qu'une multitude d'aspect sociaux-culturel. « La douleur peut agir comme un guide lors du travail » permettant aux femmes de mieux comprendre leurs sensations corporelles. Elle est parfois décrite comme significative voire initiatique et porterait un rôle de transition ou de passage vers la maternité. La douleur ne serait donc pas uniquement un symptôme à faire disparaître.

La spiritualité ne supprimerait pas directement la douleur mais elle aurait une influence sur sa perception, sa tolérance et les émotions vécues. De plus, le stress, l'anxiété et la peur pourraient être néfastes pendant l'accouchement. L'appréhension viendrait elle aussi interférer avec le bon déroulement de la naissance. En outre, le manque d'informations et de préparation à la naissance amplifierait cette peur et de facto, la douleur. La spiritualité pourrait renforcer la sensation de sécurité, de confiance et l'acceptation dans le but de lâcher prise. « Les ressources spirituelles augmentent la tolérance grâce à une forme de lâcher prise, ça ne dépend plus entièrement de la femme seule ».

En revanche, la spiritualité n'est pas systématiquement bénéfique. Les croyances et certitudes des femmes peuvent être affectées, notamment lorsque les événements ne se passent pas comme espérés, c'est ce que l'on appelle une « souffrance spirituelle ». Un exemple parlant serait celui d'une femme qui a eu une césarienne en urgence, représentant pour elle un échec et qui a été vécu comme telle : « Je pouvais lui donner toute la morphine du monde que je voulais, je ne traitais pas cette douleur-là. »

Discussion et conclusion

Les résultats de cette étude rejoignent les constats de la littérature, la spiritualité n'agit pas comme un antalgique direct mais comme une ressource permettant aux femmes de donner du sens à la douleur de l'accouchement. En effet, elle renforce le sentiment de sécurité ainsi que la connaissance de soi et elle améliore l'expérience de la naissance.

Il ne faut cependant pas omettre de parler de la souffrance spirituelle qui peut avoir un impact néfaste sur le vécu de l'accouchement. Cela démontre que le rôle de la spiritualité n'est pas systématiquement protecteur et dépend largement du sens que chaque femme lui attribue. Elle est une ressource potentielle, précieuse pour beaucoup, mais non une garantie. Son influence doit être considérée dans sa complexité. Ainsi, il est important de ne pas imposer sa propre vision aux femmes et de respecter autant que possible leur volonté.

Cette réflexion suggère qu'il serait pertinent de mettre en avant un accompagnement spirituel dans le contexte de la grossesse, dans le but que chaque femme ait connaissance de cette ressource et qu'elle puisse décider si elle souhaite en bénéficier.

Bibliographie

- 1 Aziato L, Omenyo CN, Omenyo P. Experiences and perceptions of Ghanaian midwives on labour pain and religious beliefs and practices influencing their care of women in labour. *Reprod Health*. 2016;13(1):136. doi:10.1186/s12978-016-0252-7
- 2 Okeke CI, Merah NA, Cole SU, Osibogun A. Knowledge and perception of obstetric analgesia among prospective parturients at the Lagos University Teaching Hospital. *Niger Postgrad Med J*. 2005;12(4):258-61.
- 3 Mathur VA, Morris T, McNamara K. Cultural conceptions of women's labor pain and labor pain management: A mixed-method analysis. *Soc Sci Med*. 2020;261:113240. doi:10.1016/j.socscimed.2020.113240.
- 4 Mayers C, Dhillon C, Prasad S, et al. Spirituality in pregnancy. *J Obstet Gynecol Neonatal Nurs*. 2021;50(4):428-438. doi:10.1016/j.jogn.2021.03.002
- 5 Fernández-Carrasco FJ, Silva-Muñoz GA, Vázquez-Lara JM, Gómez-Salgado J, García-Iglesias JJ, Rodríguez-Díaz L. Satisfaction with the care received and the childbirth and puerperium experience in Christian and Muslim pregnant women. *Healthcare (Basel)*. 2022;10(4):725. doi:10.3390/healthcare10040725.
- 6 Lally JE, Thomson RG, MacPhail S, Exley C. Pain relief in labour: a qualitative study to determine how to support women to make decisions about pain relief in labour. *BMC Pregnancy Childbirth*. 2014;14:6. doi:10.1186/1471-2393-14-6.
- 7 Linhares CH. The lived experiences of midwives with spirituality in childbirth: Mana from heaven. *J Midwifery Womens Health*. 2012;57(2):165-71. doi:10.1111/j.1542-2011.2011.0013

Mots-clés : Spiritualité, douleur de l'accouchement, perception de la douleur, gestion de la douleur

ACCOUCHER AVEC SENS: SPIRITUALITÉ ET GESTION DE LA DOULEUR

Audrey Chevillat, Jeanne De Icco, Claire Gander, Alina Modoux, Eliot Rodrigues

DE QUOI ALLONS-NOUS PARLER ?

ACCOUCHEMENT, DOULEUR ET SPIRITUALITÉ

L'accouchement représente pour de nombreuses femmes une expérience profondément significative, où la douleur peut être influencée par différents facteurs, notamment spirituels.

Le rapport à la douleur lors de l'accouchement varie selon les femmes : parfois décrit comme un symptôme à traiter mais aussi comme une expérience porteuse de sens.

La spiritualité ≠ religion : c'est une ressource mobilisable lors de cet événement, elle peut apporter un soutien émotionnel et psychologique mais reste cependant personnelle.

MÉTHODOLOGIE

Revue
de la
littérature

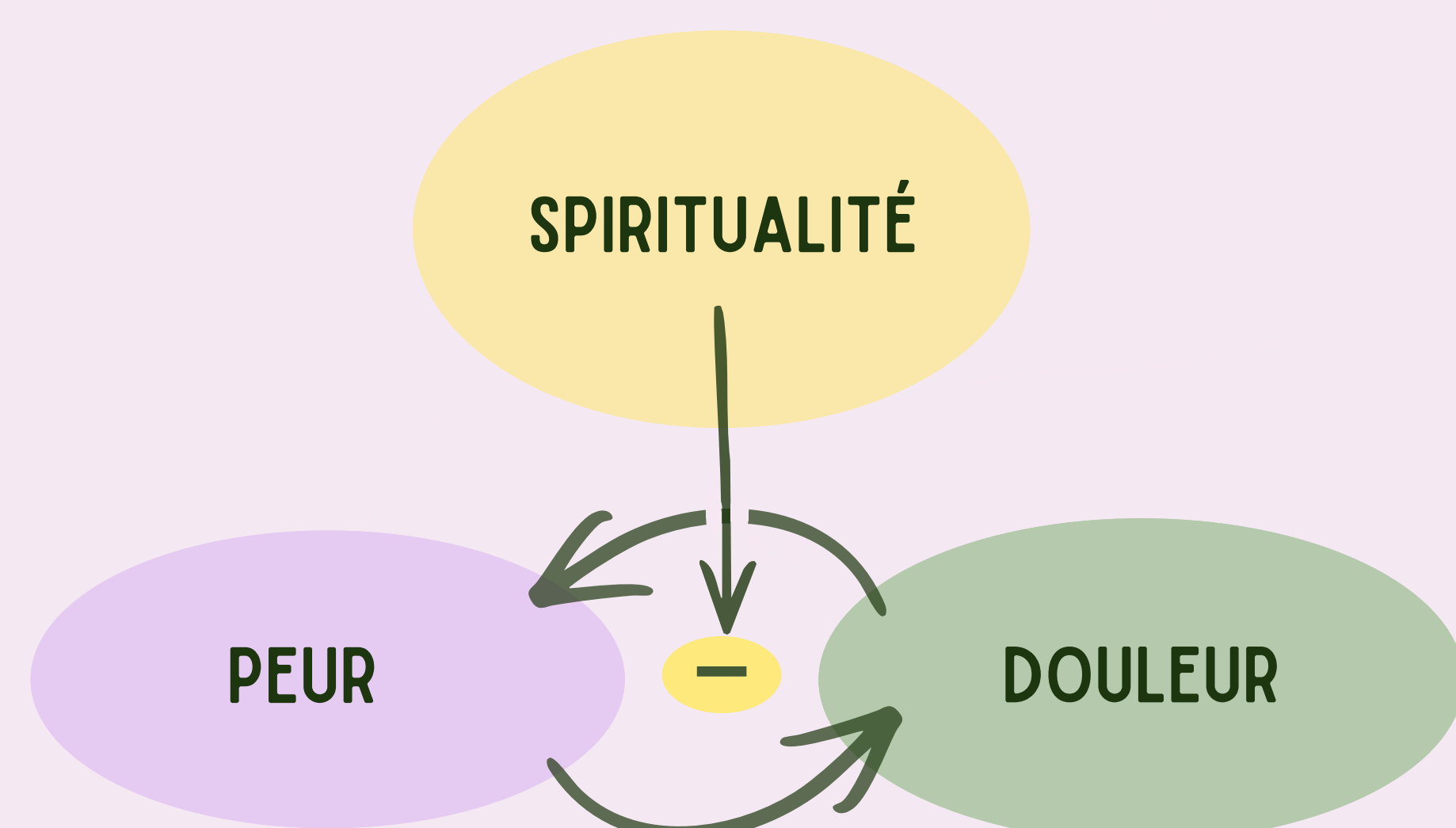
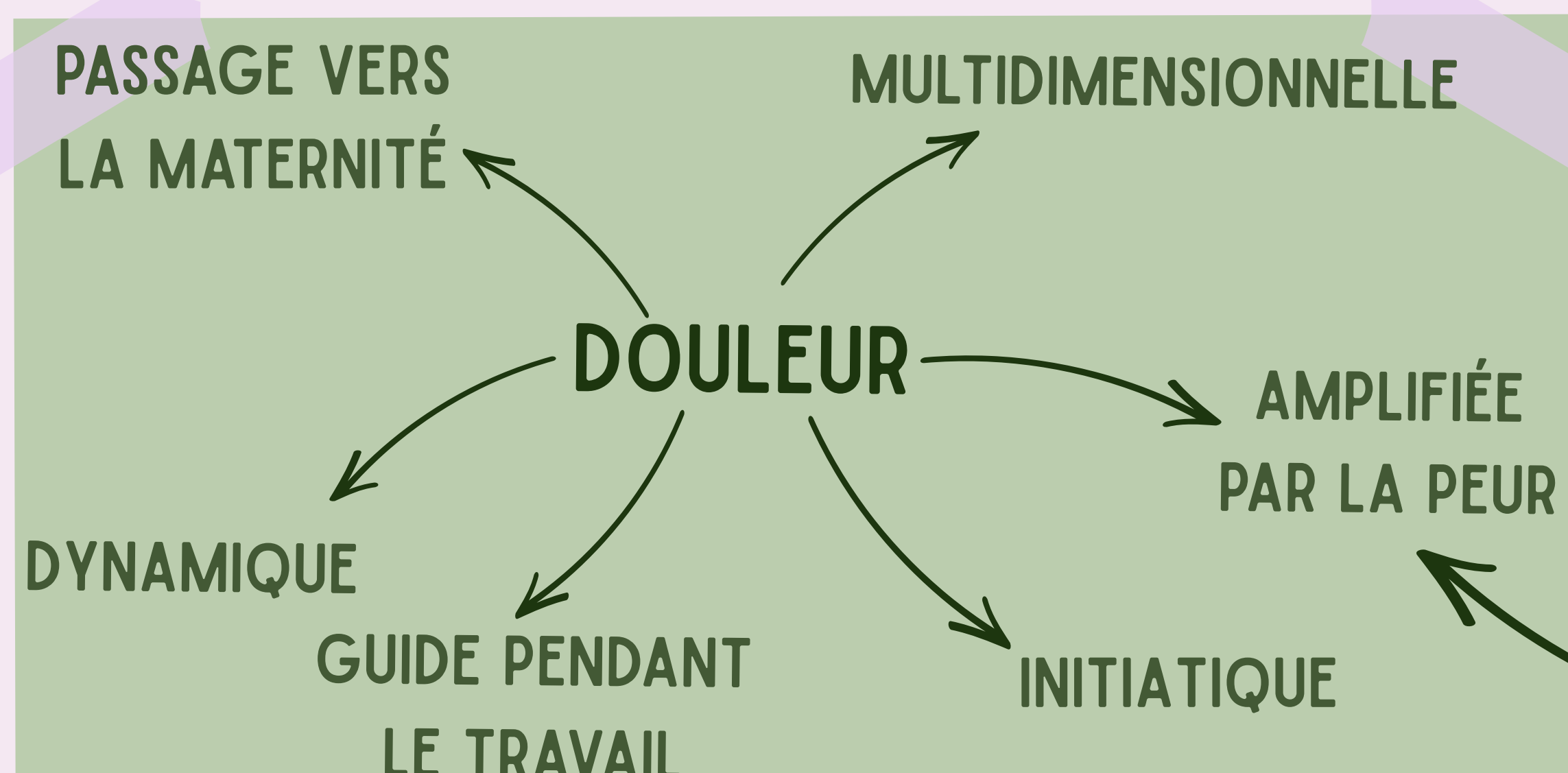
Interviews
semi-
dirigées

Analyse
des
résultats

Quelles sont ces ressources spirituelles ?

- prières
- méditation
- chants, musique
- objets symboliques
- bénédiction de l'enfant in utero
- soutien émotionnel (co-parent, famille, communauté, doula, référent spirituel)
- ambiance tamisée ...

COMMENT LA SPIRITUALITÉ INFLUENCE LA GESTION ET LA PERCEPTION DE LA DOULEUR LORS DE L'ACCOUCHEMENT ?



NOS RÉSULTATS

QUE RETENIR ?

La spiritualité :

- Donne du sens à l'accouchement, au rôle de parent et aux émotions vécues
- Favorise l'introspection et la conscience corporelle
- Agit indirectement sur la douleur : peut influencer sa perception et sa tolérance, ne la supprime pas
- Permet une réassurance, un soutien émotionnel et le lâcher-prise

La spiritualité n'est pas systématiquement bénéfique :

par exemple, la souffrance spirituelle causée par des attentes irrationnelles ou par des informations erronées

DISCUSSION ET OUVERTURE ET MAINTENANT ?

Ressources
spirituelles

Modulation
des émotions

Impact du vécu
de l'accouchement

La spiritualité doit être considérée dans sa complexité

Il est important que les femmes enceintes soient informées afin qu'elles puissent être maîtresse de leurs décisions et que leur volonté soit respectée

Cela souligne l'importance de proposer un accompagnement spirituel, sans l'imposer, afin que chaque femme ait connaissance de cette ressource et puisse choisir librement d'y recourir.

"Je pouvais lui donner toute la morphine que je voulais, je ne soignais pas cette douleur-là"

Nous remercions chaleureusement l'ensemble des intervenant-e-s, ainsi que notre tutrice Nathalie Tebib, pour leur précieuse contribution

audrey chevillat@unil.ch, jeanne.deicco@unil.ch, claire.gander.1@unil.ch, alina.modoux@unil.ch, eliot.rodrigues@unil.ch

1 Aziato L, Omenyo CN, Omenyo P. Experiences and perceptions of Ghanaian midwives on labour pain and religious beliefs and practices influencing their care of women in labour. Reprod Health. 2016;13(1):136. doi:10.1186/s12978-016-0252-7
2 Okeke CI, Merah NA, Cole SU, Osibagun A. Knowledge and perception of obstetric analgesia among prospective parturients at the Lagos University Teaching Hospital. Niger Postgrad Med J. 2005;12(4):258-61.
3 Mathur VA, Morris T, McNamara K. Cultural conceptions of women's labor pain and labor pain management: A mixed-method analysis. Soc Sci Med. 2020;261:113240. doi:10.1016/j.socscimed.2020.113240.
4 Mayers C, Dhillon C, Prasad S, et al. Spirituality in pregnancy. J Obstet Gynecol Neonatal Nurs. 2021;50(4):428-438. doi:10.1016/j.jogn.2021.03.002
5 Fernández-Corrasco FJ, Silva-Muñoz GA, Vázquez-Lara JM, Gómez-Salgado J, García-Iglesias JJ, Rodríguez-Díaz L. Satisfaction with the care received and the childbirth and puerperium experience in Christian and Muslim pregnant women. Healthcare (Basel). 2022;10(4):725. doi:10.3390/healthcare10040725.
6 Lally JE, Thomson RG, MacPhail S, Exley C. Pain relief in labour: a qualitative study to determine how to support women to make decisions about pain relief in labour. BMC Pregnancy Childbirth. 2014;14:6. doi:10.1186/1471-2393-14-6.
7 Linhares CH. The lived experiences of midwives with spirituality in childbirth: Mana from heaven. J Midwifery Womens Health. 2012;57(2):165-71. doi:10.1111/j.1542-2011.2011.00133.x.
Mots-clés : Spiritualité, douleur de l'accouchement, perception de la douleur, gestion de la douleur