

DÉSIR D'ENFANT

Un couple sur six rencontre des difficultés à concevoir. Un parcours souvent difficile à gérer émotionnellement.

Quand bébé se fait attendre, c'est souvent une grande souffrance pour le couple. Aujourd'hui, on constate qu'ils sont toujours plus nombreux à être confrontés à des soucis d'infertilité. Un couple sur six rencontre des difficultés à concevoir et un couple sur dix doit bénéficier d'une prise en charge avec un traitement. Un enfant sur 50 naît à la suite d'une fécondation in vitro, ce qui représente 2% des naissances. Dans les méandres de l'infertilité, le parcours n'est pas simple. Il faut préserver le couple tout en confiant le désir d'enfant à la médecine. Il faut garder espoir tout en restant mesuré quant aux chances de réussite. Le couple doit réussir à exister en intégrant dans sa vie les traitements et, dans de nombreux cas, les rapports dirigés.

Evolution de la société

Les soucis d'infertilité s'expliquent en partie par l'évolution de la société. La contraception permet de choisir le moment où l'on souhaite devenir pa-



«Des études montrent que le sperme est de moins bonne qualité qu'auparavant.»

DR NICOLAS SCHNEIDER
MÉDECIN-CHEF
DU PÔLE GYNÉCOLOGIE-OBSTÉTRIQUE
ET CHEF DU SERVICE DE LA GYNÉCOLOGIE
À L'HÔPITAL DU VALAIS

rent. Et de manière générale, les couples essaient de concevoir plus tardivement. «Les femmes sont toujours plus nombreuses à vouloir s'accomplir professionnellement avant de se lancer dans des projets de

**QUELQUES CONSEILS POUR LES COUPLES**

- réaliser ses projets d'enfants aussi tôt que possible
- avoir des rapports sexuels réguliers avant et pendant la période d'ovulation
- s'inquiéter après plus ou moins 12 mois de tentatives infructueuses
- trouver du soutien pour surmonter la situation

L'infertilité touche toujours plus de couples

PAR LYSIANE.FELLAY@LENOUVELLISTE.CH / PHOTOS SHUTTERSTOCK

maternité. Aussi, l'âge moyen de la mère lors de la naissance du premier bébé est de 32 ans. C'est déjà un peu tard en regard du côté biologique. Au-delà de 35 ans, les chances d'avoir une fécondation sont moins bonnes. L'âge biologique idéal pour concevoir est de 20 ans», explique le Dr Nicolas Schneider, médecin chef du pôle gynécologie obstétrique et chef du Service de la gynécologie à l'Hôpital du Valais. Le médecin constate également de plus en plus de problèmes d'infertilité masculine, un phénomène récent. «Des études montrent que le sperme est de moins bonne qualité qu'auparavant», continue-t-il. La faute notamment à certains pesticides, aux perturbateurs endocriniens, à l'exposition professionnelle à des toxiques, à l'exposition à des tempéra-

res trop élevées et répétitives au niveau des testicules, ou encore à certaines addictions ou au surpoids.

Un an sans succès

Quand est-ce que le couple doit s'inquiéter? «Si après plus ou moins une année de rapports sexuels réguliers et non protégés, il n'y a toujours pas de grossesse. A ce moment-là, il faut se poser des questions sur la fertilité», conseille la Dre Smaranda Gazdaru, responsable par intérim de l'Unité de fertilité de l'Hôpital du Valais. Le couple peut alors s'adresser à cette unité qui se trouve à Sion. Il peut aussi passer par son gynécologue pour mener des investigations. «Lors du premier rendez-vous, nous allons discuter avec eux, voir quel est leur parcours et quelles sont leurs difficultés», expli-

que le Dr Schneider. C'est l'occasion pour le couple de recevoir des informations et des conseils personnalisés. C'est notamment important de bien connaître et comprendre le cycle de la femme pour cibler la période la plus propice à la conception. Dans un deuxième temps, le cycle menstruel est examiné, le couple va faire différents examens pour déterminer s'il y a un souci. Il s'agit notamment d'un suivi du cycle, d'une échographie pour la femme et d'un spermogramme pour l'homme. Sachez que l'on compte 30% d'infertilité féminine, 30% d'infertilité masculine, 20% d'infertilité des deux partenaires et 20% sans cause trouvée.

Un moment difficile

Ensuite, le couple revoit le médecin pour l'annonce du diagnostic. «Dans la plupart des cas, tout est normal. Nous proposons une prise en charge basique et souvent, une grossesse spontanée démarre. Parfois, le seul fait de confier son souci au docteur suffit», explique le Dr Schneider. Lorsqu'il y a une infertilité, c'est différent. «C'est souvent un moment difficile pour les deux partenaires. Il y a beaucoup d'émotions et le couple vit souvent cela comme un choc», explique Véronique Eckert, conseillère en santé sexuelle et sexologue au centre

SIPE de Sion. Elle reçoit les couples concernés par un problème d'infertilité (voir encadré). Selon le diagnostic, différentes solutions sont proposées: stimulation ovarienne, rapports dirigés, insémination artificielle ou dans certains cas fécondation in vitro. «Pour la FIV, nous suivons la patiente à Sion, puis elle se rend au CHUV pour effectuer la ponction des ovocytes et le transfert d'embryons. Il existe un accord de collaboration entre les deux établissements. Toutes ces étapes sont assez contraignantes, surtout pour la femme qui doit se rendre régulièrement chez le médecin. Le suivi médical effectué à Sion permet toutefois de diminuer un peu le stress de la patiente», note la Dr Smaranda Gazdaru. Il faut savoir que le traitement n'est pas totalement pris en charge par la caisse maladie. La FIV, par exemple, n'est pas remboursée et coûte entre 8000 et 10 000 francs.

Au bout du chemin, certains couples ont la joie de voir arriver bébé. Il y a parfois un risque que cela ne fonctionne pas et certains couples devront trouver la force de faire le deuil de l'enfant tant désiré.

Plus d'infos: www.hopitalduvalais.ch/fr/disciplines-medicales/disciplines-de-a-a-z/unite-de-fertilitite.html
www.sipe-vs.ch

EN BREF**CHABLAIS****Les enfants face aux écrans**

Que faire si un enfant est victime de harcèlement via son téléphone portable? Que faut-il dénoncer, comment, à qui? Quelles limites faut-il poser quant à l'utilisation des écrans? Ces questions, de nombreux parents se les posent. Ils pourront trouver des réponses lors d'une conférence intitulée «Nos enfants face aux écrans, attention aux dangers» organisée le mercredi 21 mars à 19 heures à la cafétéria de l'Hôpital Riviera-Chablais sur le site d'Aigle. La conférence est donnée par un policier et délégué du BPA. Ce rendez-vous est proposé par l'association le Sparadrap. Tout au long de l'année,



l'association apporte un peu de bien-être aux enfants hospitalisés via une salle de jeux qui leur est dédié sur les sites d'Aigle et de Vevey. Plus d'infos: www.sparadrap.ch

APNÉE DU SOMMEIL**6000 personnes concernées en Valais**

Leur respiration s'interrompt brièvement plusieurs centaines de fois par nuit. Souvent, le dormeur ne s'en aperçoit pas. En Valais, plus de 6000 personnes souffrent du syndrome de l'apnée du sommeil. Fatigue, somnolence la journée, difficultés de concentration sont des conséquences directes. A long terme, les conséquences peuvent induire des troubles métaboliques et des maladies cardiovasculaires. L'apnée du sommeil se traite avec une thérapie adaptée. La Ligue pulmonaire valaisanne encourage les personnes potentiellement concernées à faire un test sur l'internet: www.liguepulmonaire.ch/apnees-du-sommeil. Le résultat permet de déterminer si une visite chez un médecin est souhaitable.

Soutien psychosocial**Trouver les ressources pour faire face**

«Les couples concernés par l'infertilité ont souvent un sentiment d'injustice et de révolte. Ils se demandent pourquoi ça leur arrive à eux. Bien souvent, les ventres ronds et les poussettes se multiplient autour d'eux. Ils ont le sentiment que chez les autres, c'est facile, du moins en apparence... Puisque ce sujet reste encore tabou dans notre société», explique Véronique Eckert, conseillère en santé sexuelle au centre SIPE de Sion. Elle reçoit les couples qui le souhaitent et les accompagne. «Je les aide à comprendre les spéci-

ficités de leur situation. Ensemble, nous identifions leurs ressources pour pouvoir faire face à la situation. Ils trouvent plus facilement le courage de persévérer dans le suivi du traitement», explique-t-elle. Le parcours médical n'est pas anodin. «Cela génère beaucoup de stress puisque la femme doit s'organiser pour suivre le traitement, aller régulièrement voir le médecin, gérer l'attente et annoncer l'échec à son partenaire.» Des étapes qui peuvent être plus faciles à accepter lorsque l'on est accompagné.