

Mon diabète, mon bébé et moi

Bonne nouvelle, c'est le printemps. Les petits oiseaux chantent et il y a des envies de bébé dans l'air. Être diabétique et enceinte serait-il incompatible, dangereux pour le bébé ou la maman ? Et bien... non ! A condition de prendre certaines précautions...

« Une grossesse diabétique dure 12 mois », témoigne Isabelle Burdet, co-fondatrice de l'association Mamans diabétiques. « Il faut la prévoir 3 mois à l'avance, afin d'équilibrer son diabète ». 12 mois donc. Le temps de faire un beau bébé. Oui, un beau bébé. Car, il n'est jamais inutile de le répéter : « En dehors de quelques exceptions – comme une rétinopathie ou une hypertension très sévères -, il n'y a pas aujourd'hui de contre-indication à ce qu'une femme diabétique mène une grossesse », ainsi que le rappelle le Professeur Patrick Vexiau, chef du service de diabétologie de l'Hôpital Saint-Louis à Paris. Cette affirmation peut sembler banale. Elle ne l'est pas. Il y a peu encore, les femmes diabétiques qui voulaient avoir un enfant devaient affronter une épreuve périlleuse et la réticence du corps médical. « On leur disait qu'il était quasi impossible d'avoir des enfants. Ou alors un seul. En tout cas avant 25 ans. La maman suivait un protocole rudimentaire avec césarienne et complications à la clé », raconte Isabelle Burdet. « Par rapport aux femmes qui ont accouché ne serait-ce qu'il y a une vingtaine d'années, les choses ont vraiment évolué ». Ce qui a tout changé ? L'auto-surveillance glycémique. « Une révolution », s'exclame Patrick Vexiau. « Couplés aux découvertes de nouvelles insulines, ces progrès ont fondamentalement amélioré la situation des femmes diabétiques voulant avoir un enfant ».

12 MOIS À PLEIN TEMPS

Encore plus que n'importe quel autre diabétique, la mère doit surveiller sa glycémie. Déjà, avant même d'entreprendre la grossesse, il est absolument indispensable d'équilibrer son diabète. Conséquence, « On ne peut décider seule avec son conjoint de faire un enfant », témoigne Isabelle Burdet. « Il faut en parler avant avec son diabétologue pour faire baisser son hémoglobine glyquée¹ et modifier son traitement si nécessaire ». Après, une fois le feu vert obtenu, une fois la grossesse commencée, la surveillance redouble. « Une dizaine de glycémies capillaires par jour », explique Isabelle. « Il faut avoir la glycémie la plus lisse possible et éviter de faire le yoyo entre hyperglycémie et hypoglycémie. Si le pancréas de la maman ne fonctionne plus ou mal, celui du bébé fonctionne très bien et produira de l'insuline si le fœtus grandit dans un univers sucré. Et donc, le bébé aura tendance à grossir ». À cette auto surveillance permanente, s'ajoute le suivi du diabétologue et du gynécologue. « Je pense sincèrement qu'il est préférable que les femmes diabétiques enceintes soient suivies par des gynécologues obstétriciens habitués à prendre en charge ces patientes », intervient Patrick Vexiau. « Un gynécologue qui ne connaît pas le diabète a tendance à nous culpabiliser très vite. Quand, malgré tous les efforts qu'on a fait, il pointe la balance avec un air de reproche, c'est très difficile à vivre », confirme Isabelle Burdet qui ajoute : « le manque de connaissance du diabète dans les petites

¹ HbA1c : taux indicateur de l'équilibre glycémique sur une longue période.

structures fait que les mamans ont intérêt à aller dans des maternités de niveau 3. Le protocole d'accouchement est bien rodé et accessoirement, elles risquent moins de subir des réflexions ».

ET DONNER LA VIE

Alors que l'accouchement a lieu généralement avant terme – pour éviter que le bébé ne soit trop gros – et par voie naturelle, tandis que la glycémie de l'enfant est surveillée toutes les 3 heures, puis toutes les 6 heures, et éventuellement être resucré, en raison des risques d'hypoglycémies à la naissance, l'heureuse mère voit tout d'un coup ses besoins en insuline qui avaient pu être multipliés par 2 ou par 3, redevenir les mêmes que ceux d'avant sa grossesse. « Ajouté au baby-blues, aux infirmières qui connaissent mal le diabète et qui s'alarment à la moindre glycémie qui déraile, c'est très perturbant », commente Isabelle Burdet. Rassurons-nous tout de suite. Après, c'est bien vite le bonheur absolu, avec le lot de tétés ou de biberons à donner, de couches à changer et de doudous à acheter. Et c'est aussi l'occasion de constater que non, décidément non, contrairement à une idée trop souvent reçue, le fait d'être diabétique n'implique pas de donner naissance à un bébé diabétique. « Le risque, c'est l'hérédité », précise Patrick Vexiau. « Elle est faible pour le diabète de type 1, de l'ordre de 3 à 4%. Plus forte pour le diabète de type 2. De l'ordre de 30 à 40%. D'où la nécessité de surveiller l'enfant, particulièrement quand il aura atteint l'âge adulte ». De fait, le problème d'une éventuelle transmission de la maladie inquiète les femmes diabétiques. « C'est la première question que j'ai posée quand je suis devenue diabétique », témoigne Isabelle Burdet. « Puis, quand il a été vraiment question de faire un enfant, mon mari m'a dit : le diabète est une maladie certes contraignante au quotidien, mais pas tant que ça. Si on s'observe bien. Si on se soigne bien, finalement, c'est une maladie avec laquelle on peut bien vivre. »

MISES AU NET

34 ans, archéologue spécialisée dans la Grèce préhistorique, enceinte de 4 mois et donc mère « d'un bébé et demi », l'aîné ayant 18 mois, Isabelle Burdet est également co-fondatrice de l'association Mamans diabétiques. « Lors de ma première grossesse, j'étais très stressée, très isolée. Le monde médical est certes un lieu pour avoir des informations, mais pas pour échanger sur ce que l'on vit et ressent au quotidien. Sur Internet, j'ai découvert d'autres mamans qui parlaient entre elles. De fil en aiguille, nous avons créé un premier forum puis l'association, en 2007 ». Témoignages, informations, conseils... un petit tour sur www.mamansdiabetiques.com convainc bien vite qu'en ce début de printemps, être diabétique et « heureuse maman » est un sujet, tout à fait d'actualité.

Rédaction : Renaud Alberny
Coordination : Eva Pulcinelli
Maquette : Florence Wetzel

CONTACT

Eva PULCINELLI
Tél. : 01 40 09 68 57
Fax : 01 40 09 20 30
E.mail : e.pulcinelli@afd.asso.fr



www.afd.asso.fr