Le tic tac infernal

L'horloge biologique pend sur les femmes comme une épée de Damoclès, pourtant, les grossesses tardives, après 40 ans, sont toujours plus fréquentes. Témoignages épanouis et avis médical.

Texte: Elodie Lavigne

Photo: Emma Fredriksson/Rainpicture Folio Images

Médicalement assistées ou non, les grossesses après 40 ans sont rarement vécues dans la sérénité. Les manuels médicaux ont leur part de responsabilité, les tests de routine également. «Je n'ai que 38 ans, mais quand je compare les résultats de mes tests à ceux de ma première grossesse, à 31 ans, j'ai l'impression d'être bientôt avariée», nous confie Isabelle d'un rire jaune. Pourtant, comme toutes les grossesses, celles-ci ont leur lot de surprises et peuvent très bien se dérouler. La preuve par deux.

Patricia
Un cinquième enfant à 48 ans

Entre 20 et 30 ans, une première union a donné trois filles à Patricia. A 44 ans, un nouvel amour lui a offert son premier garçon, âgé aujourd'hui de trois ans. Patricia a vécu la grossesse à tous les âges, ou presque. Elle était encore à l'université quand elle attendait son premier enfant. Aujourd'hui, à 48 ans, elle attend patiemment que le petit dernier fasse son apparition. C'est la rencontre avec son amoureux qui l'a fait renouer avec la maternité, à un âge où certaines sont déjà en ménopause. Didier, plus jeune de quelques printemps, n'avait pas encore eu le bonheur d'être père. Entre eux deux, le désir d'enfant s'est imposé, mais son compagnon, gynécologue de profession, savait plus que quiconque que le chemin serait compliqué, vu l'âge et la situation de sa compagne. Car après la naissance de Camille, Charlotte et Marie-Maëlle, Patricia a subi une stérilisation, persuadée qu'elle n'aurait pas d'autres enfants. «D'une certaine manière, il avait fait le deuil d'un bébé, alors que moi, j'étais certaine que notre désir allait aboutir.»

> «J'étais certaine que notre désir allait aboutir.»
>
> PATRICIA, 48 ANS, ENCEINTE DE SON CINQUIÈME ENFANT.

Malgré une ligature des trompes

Il a fallu agir rapidement. Agée de 42 ans quand ils se sont mis en couple, il ne restait à Patricia qu'un an pour pouvoir accéder à la fécondation in vitro, sa stérilité la contraignant d'en passer par là cette fois-ci. Confronté à plusieurs échecs, le couple n'a pas baissé les bras. Patricia a même tenté une opération délicate consistant à défaire la ligature des trompes, pour pouvoir tomber enceinte naturellement. Suivre son intime conviction lui a porté chance, puisqu'un an après, leur premier petit garçon est né.

Presque 50 ans et fière de sa grossesse

Trois ans plus tard, cette femme et mère comblée tombe à nouveau enceinte, tout aussi spontanément. Cette nouvelle sonne comme un cadeau qu'on espère, sans trop y croire: «On était très heureux, un bonheur partagé par les filles, qui se doutaient qu'elles auraient à nouveau un petit frère ou une petite sœur! Elles ont une attitude protectrice et bienveillante à mon égard, chacune à leur façon.» Si, de manière générale, la nouvelle a été bien accueillie, Patricia appréhendait toutefois la réaction de ses proches: «Quand j'étais enceinte de Thibaud, j'ai ressenti un rejet très fort de la part de certaines personnes. Alors forcément, à 48 ans, j'ai eu très peur de le leur annoncer.» Des amis ont exprimé leur inquiétude pour la santé de la «future maman», tandis qu'un léger sentiment de jalousie s'est fait sentir dans son entourage féminin: «C'est ce que j'ai ressenti quand on me demandait où je trouvais l'énergie d'avoir un cinquième enfant, aux abords de la cinquantaine...» Mais le temps qui passe a peu de prise sur Patricia, une femme sportive et attentive à son hygiène de vie. «Je me suis toujours sentie en décalage avec les gens de mon âge. Renouer avec la maternité maintenant n'a rien à voir avec une sorte de jeunisme. Alors comment envisage-t-elle le fait d'être une maman âgée pour ses deux derniers? Zen, elle répond: «Je me sens jeune et bien physiquement, alors je ne m'imagine pas vieillir. Et puis, je sais que je peux compter sur mes filles qui m'ont dit qu'elles seraient toujours là…»

Son lot d'angoisses

Si chaque grossesse est différente, celle-ci est vécue avec forcément un peu plus de fatigue et moins d'insouciance. «J'occupe un poste à responsabilité et mon contexte professionnel est beaucoup plus lourd qu'à l'époque de mes filles. A côté de ça, il y a tout le stress des premiers mois de grossesse, avec l'angoisse de la fausse-couche, des malformations, de la trisomie, etc. qui font qu'au début, j'avais peur de m'attacher. La crainte de l'accouchement s'est quant à elle amplifiée au cours des grossesses, peut-être parce que je sais tout ce qui peut se passer. Le fait que mon compagnon soit gynécologue renforce aussi ce sentiment, d'une certaine façon.»

Malgré tout, Patricia vit les événements le plus sereinement possible. «Cette fois, je me donne davantage de droits de faire des choses pour moi, comme du yoga prénatal, un style de préparation à la naissance qui n'existait pas lors de mes trois premières grossesses.» L'échographie aussi, à l'époque, n'en était qu'à ses balbutiements. Mais la médecine évolue et les enfants grandissent. Aujourd'hui, c'est sa fille, jeune médecin qui, en s'essayant à un ultrason, a par hasard révélé que sa mère attendait un petit garçon!

> «Quand j'ai été enceinte à 45 ans, j'ai ressenti un rejet très fort de la part de certaines personnes. Alors forcément, à 48 ans, j'ai eu peur d'annoncer ma grossesse.»

(suite du texte en page 68)

Cécilia
Maman âgée et bien dans sa peau

Le désir d'être maman, Cécilia l'a connu à 25 ans déjà. Mais dix ans ont été nécessaires pour trouver celui avec qui elle s'imaginait fonder une famille. Aujourd'hui, à 41 ans, cette biologiste attend son premier enfant et s'apprête à vivre la deuxième partie de sa vie. «Quand j'ai rencontré mon mari, j'ai d'abord voulu qu'on vive en couple. De mon côté, j'avais besoin de trouver une stabilité professionnelle. C'est comme ça qu'à 38 ans, nous nous sommes sentis prêts à devenir parents. Mais après un an, ça ne venait pas. Vu mon âge, nous ne voulions pas attendre plus longtemps. Nous avons alors pris rendez-vous chez le médecin.» Les tests effectués n'ont montré aucun problème de stérilité, l'âge par contre s'est avéré un frein à la fertilité de Cécilia. Très vite, ils se sont donc tournés vers la fécondation in vitro, vécue comme un soulagement pour le couple. Alors que Cécilia se demandait comment elle pouvait donner un autre sens à sa vie, elle est finalement tombée enceinte, au bout de la sixième implantation.

«Etre une maman âgée? Les parents parfaits n'existent pas!»

CÉCILIA, 41 ANS, ENCEINTE DE SON PREMIER ENFANT.

Crainte d'une grande fatigue

Les premiers mois ont été marqués par un bonheur mêlé d'angoisse quant aux risques qu'implique une grossesse tardive. D'autres inquiétudes se sont aussi greffées: «Physiquement, je sens les limites de mon corps et je me demande parfois comment je résisterai aux nuits blanches» avoue-t-elle. Le futur père, apparemment serein, se concentre lui sur les aspects pratiques liés à l'arrivée de l'enfant. Consciente qu'ils seront des parents plus âgés que la moyenne, Cécilia appréhende la période difficile de l'adolescence et regrette déjà la perspective d'être de vieux grands-parents.

Sereine pour l'accueillir

Mais quand on évoque le regard que pourrait avoir son enfant sur l'âge de ses parents, elle tempère très vite: «Peut-être qu'il aura honte, mais les parents parfaits n'existent pas!» Et puis, devenir mère à plus de 40 ans a aussi ses avantages: «Aujourd'hui, je sais qui je suis, ce que je veux, je suis bien dans ma peau, bien plus que quand j'avais 30 ans. J'ai bien profité de ma période de célibat, avec son lot de sorties et de fêtes, j'ai beaucoup voyagé aussi. Maintenant, je vais pouvoir me consacrer pleinement à mon enfant, sans avoir le sentiment de me sacrifier.»

Regard d'expert

Interview de la Doctoresse Dorothea Wunder, Médecin-chef de l'Unité de médecine de la reproduction au CHUV à Lausanne.

BABYMAG.CH: **Céline Dion, Monica Bellucci, Estelle Lefébure… On ne compte plus les stars de plus de 40 ans qui affichent leur grossesse à la une des magazines. Le temps n'est-il plus un obstacle à la maternité?**

DR. DOROTHEA WUNDER: Pas vraiment, puisqu'à partir de 35 ans, le nombre et la qualité d'ovocytes chez la femme diminuent progressivement, ce qui signifie que les chances de grossesse sont de plus en plus faibles. Les traitements de fertilité peuvent aider, mais ils répondent aussi moins bien avec l'âge. Après 43 ans, les chances de succès d'une fécondation in vitro sont quasi nulles. Mais l'âge n'est pas à lui seul déterminant en matière de procréation: une bonne hygiène de vie, c'est-à-dire une alimentation équilibrée, la pratique d'une activité physique et l'absence de tabac sont favorables à la fertilité, pour autant que le capital génétique soit bon également. On a aussi observé que les grossesses elles-mêmes ont un effet protecteur. Ainsi, une femme qui a eu beaucoup d'enfants a une fertilité plus longue et plus grande.

Ce phénomène est-il plus fréquent qu'autrefois dans notre pays?
Les chiffres de l'Office fédéral de la statistique montrent que les grossesses tardives sont en constante augmentation depuis une vingtaine d'années (1145 naissances en 2009 contre 321 en 1990 chez des femmes de 41 ans). A cela s'ajoute le fait que l'âge moyen de la première grossesse est aussi de plus en plus tardif (en moyenne à 28 ans dans les années 90 et à 30 ans à la fin des années 2000). Par ailleurs, la progression de centres spécialisés dans le don d'ovocytes, une pratique interdite en Suisse, mais autorisée dans plusieurs pays européens, repousse largement les limites du temps. Les Suissesses y ont également recours.

Quels sont les risques des grossesses tardives?
Les risques divers de problèmes chromosomiques, de malformations, de fausse-couche (à 43 ans, le taux est de 50%!),[…] et de césarienne augmentent de façon exponentielle avec l'âge, ainsi que la survenue des grossesses multiples, surtout après traitement de procréation médicalement assistée. Des problèmes de santé (glycémie, diabète, hypertension, obésité, etc.) plus fréquents avec l'âge, peuvent entraîner des complications importantes (par ex. diabète gestationnel, pré-éclampsie, etc.) en cas de grossesse. C'est pour cela que le suivi est plus étroit en cas de grossesse à risque. Après 35 ans, une amniocentèse est prise en charge par la caisse maladie. Malgré tout, on ne peut pas généraliser, les chances de mener une grossesse à terme sans problèmes dépendent aussi d'autres facteurs individuels, propres à chaque femme, quel que soit son âge.

Photo: DR