Zeitschrift: Schweizer Hebamme : offizielle Zeitschrift des Schweizerischen Hebammenverbandes = Sage-femme suisse : journal officiel de l'Association suisse des sages-femmes = Levatrice svizzera : giornale ufficiale dell'Associazione svizzera delle levatrici

Herausgeber: Schweizerischer Hebammenverband

Band: 85 (1987)

Heft: 7-8

Rubrik: Mitteilungen = Communications

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 02.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

a) L'amour instinctif

Le Dr Chauchard, professeur de neurophysiologie, décrit que chez l'homme, en plus de l'hypothalamus où sont inscrits les instincts (qui déterminent chez l'animal la «cour» que fait le mâle à la femelle), les régions pré-frontales du cerveau sont très développées. Ceci le rend capable, par exemple, de résister à une pulsion sexuelle (ou de dominer sa peur pour sauver son enfant en péril). La sexualité de l'homme peut donc être libre, alors que celle des animaux est totalement conditionnée.

b) L'amour humanisé

La raison peut donc conduire l'homme à agir à contre-courant, éventuellement, de ses pulsions, bien normales cependant. C'est en cela que l'homme est un **animal raisonnable.** Lorsqu'il agit, au contraire, seulement selon ses pulsions, même si c'est déraisonnable, il ne se comporte pas d'une façon pleinement humaine. L'humanisation de l'être humain et de l'amour humain nécessite l'intégration des pulsions, sexuelles notamment.

L'écoute de milliers de couples au sein du C.L.E.R. nous a révélé que lorsqu'un couple règle sa fécondité par la connaissance des périodes fertiles (au moyen des méthodes d'auto-observation), fréquemment il témoigne de l'accroissement de son amour.

Cette nécessité des périodes d'abstinence est souvent ressentie même chez les couples stériles, chez ceux qui utilisent des moyens contraceptifs chez ceux dont l'épouse a atteint l'âge de la ménopause. Cependant, ces périodes, comme les unions doivent être vécues dans la tendresse, dans l'amour vrai, faute de quoi elles peuvent devenir insupportables, car il n'y a **pas d'abstinence pour l'amour.** La pulsion sexuelle doit servir à **donner** (le plaisir, l'enfant), à accueillir l'autre et non pas seulement à **prendre** son plaisir ou à engendrer au détriment du vrai bien du couple et de la famille.

L'amour vrai est créateur, fait vivre, humanise.

Comment j'ai découvert les méthodes naturelles

par Janine Voutaz-Moulin, Sembrancher VS

Je suis infirmière-sage-femme. Dès la fin de mes études en 1971, j'ai été frappée par ce fait: de nombreuses femmes qui avaient accueilli la contraception artificielle comme une panacée, la portaient en réalité comme un fardeau. Elles vivaient dans une profonde méconnaissance de leur propre corps et de ses rythmes naturels. Je rencontrai aussi des femmes pour lesquelles la méthode des températures avait été un échec. Je me rendis compte plus tard que ces personnes avaient confondu méthode des températures et calcul Ogino. Après avoir observé quelques courbes, elles quittaient le thermomètre et y allaient au petit bonheur ... Tout cela me fut une invitation pressante à me mettre en recherche.

Des femmes m'apprirent la manière de lire une courbe et d'y déceler quand l'ovulation avait eu lieu. Je pratiquai cette méthode dès mon mariage en 1972. Je l'appliquai avec succès – avec mon époux – pour appeler des enfants à la vie et pour espacer les grossesses. En 1973, j'entendis parler de la glaire cervicale et, parallèlement à la température, je notai le signe de la glaire. J'ai étudié alors sérieusement la méthode Billings avec Marie-Thérèse Voutaz, elle-même en recherche et qui témoigne que les méthodes naturelles ont transformé sa vie et celle de son mari. Progressivement, la glaire devint le signe le plus important pour moi et, aujourd'hui, en période de préménopause, il m'est du plus grand secours (plusieurs essais d'ovulation, cycles variant de 19 à 65 jours). Ce que tant de femmes cherchaient et que j'avais trouvé, je voulus le partager. Et ce fut le début de notre engagement, de Marie-Thérèse Voutaz et de moi-même, à diffuser les méthodes naturelles de planification des naissances.

Notre travail auprès des couples

Notre travail s'exerce de couple à couple, exceptionnellement auprès d'un groupe de foyers. Nous enseignons aujourd'hui la méthode sympto-thermique du C.L.E.R.. Depuis 1981, nous avons rencontré chacune 200 couples environ. Certains se prennent très vite en charge, d'autres ont besoin d'un plus long accompagnement. Quelques-uns ne trouvent pas auprès des MAO ce qu'ils recherchaient: difficultés, problème de continence, solitude dans le couple ... et se tournent vers des solutions différentes. D'autres pratiquent la méthode pendant 3 ans, 4 ans, avec succès, puis retournent aux méthodes artificielles.

Mais la grand majorité de ceux qui se mettent en route persévèrent, y trouvent sérénité et joie. Plus nous avançons, plus nous sommes persuadées que nous ne proposons pas une méthode, mais un mode de vie.

La première entrevue est une prise de contact, souvent nous nous lions d'amitié. Nous prenons connaissance des motivations du couple, de son attente, de sa situation familiale, de son désir d'enfant, de son opinion sur les méthodes naturelles. Nous nous assurons de l'accord du mari et de sa collaboration. Nous faisons un rappel anatomique et physiologique, simple. Nous expliquons comment prendre la température, introduisons la notion de la glaire et les sensations qu'elle peut procurer. Le couple commence immédiatement le graphique du premier cycle, il l'emportera. Nous enseignons à noter à la fois les sensations et les signes: température, glaire. Dès ce premier cycle d'observation, le couple peut avoir des unions sexuelles.

Pendant ce premier mois, le téléphone fonctionne...

Dans une deuxième entrevue, nous interprétons la courbe de température. Nous encourageons, rectifions, complétons si nécessaire les connaissances du couple. Nous insistons alors sur le signe de la glaire. Nous nous assurons aussi que les temps de continence, au rythme des périodes fertiles et infertiles, sont vécus positivement.

Selon les besoins, les couples seront accompagnés plus ou moins longtemps, parfois durant plusieurs mois. Très souvent, nous gardons des contacts: on nous téléphone après un an, deux ans, pour un mot d'amitié, un conseil.

Notre grand espoir actuel est l'AVIFA (Amour, Vie, Famille). Après des années de cheminement de personnes individuelles ou de groupes de personnes, l'association suisse romande a été fondée en mars 1987; elle est représentée dans les cantons du Valais, de Fribourg et de Genève. L'AVIFA a pour but de promouvoir

- l'éducation conjugale et familiale en général,
- la régulation des naissances basée sur l'auto-observation et sur les méthodes de connaissance de la fertilité humaine,
- l'éducation affective et sexuelle auprès des jeunes.

Nous continuons à travailler avec confiance...

Association suisse des sages-femmes

Prise de position concernant les techniques modernes de la reproduction artificielle

Comme organisation professionnelle au service de la santé nous saluons la discussion publique qui s'est ouverte à ce sujet. Nous estimons que le problème de l'essence-même de la vie est trop important pour être remis aux seuls experts et souhaitons qu'une discussion large parmi les différents groupes de la population puisse amener, si possible, à un consensus.
Les motivations et justifications de ce nouveau domaine de recherche reposent sur le désir d'offrir une solution au désir non réalisé de maternité, dans le but d'éviter des complications psychologiques amenées par la situation de stérilité.
Nous nous posons cependant la question de savoir si ces nouvelles techniques qui peuvent mener à une modification des lois de la parenté, à l'expérimentation sur les embryons et à la manipulation génétique, sont justifiées.
Le danger d'abuser des connaissances acquises nous paraît trop grand.
De ce fait l'Association suisse des sages-femmes propose:

- **que la population soit dûment informée des conséquences et risques des nouvelles techniques de reproduction artificielle. La population doit pouvoir se forger une opinion, l'exprimer et la faire valoir.**
- **Puisque les seules directives («Directives et recommandations d'éthique médicale de l'Académie suisse des sciences médicales» 1981, et «Directives médico-éthiques pour le traitement de la stérilité par fécondation in vitro et transfert d'embryons» 1985), éditées par l'Académie Suisse des sciences médicales, n'ont pas de caractère obligatoire, la réflexion visant à légiférer sur le sujet doit être intensifiée.**
  Sans couper toute recherche dans le domaine de la reproduction artificielle et de la technologie génétique, la législation doit avant tout veiller à l'intérêt de l'enfant à naître ainsi qu'à la dignité humaine.

Comité central et Conférence des présidentes

Après vingt ans de pilule les M. A. O. font surface

Depuis une vingtaine d'années, la pilule s'est largement répandue comme le moyen contraceptif le plus efficace et pratique: 60 millions de femmes l'utilisent chaque jour dans le monde. D'autres moyens, tels le diaphragme, le stérilet, le préservatif et les crèmes spermicides, sont offerts aux personnes désireuses d'avoir un contrôle des naissances. Aux personnes ... ou plutôt aux seules femmes car la presque totalité des moyens contraceptifs leur est réservée. Même les recherches les plus modernes visent un contrôle accru de la fertilité féminine.
Malgré cette prédominance des moyens de contraception d'origine chimique ou de type mécanique, on voit pointer un renouveau d'intérêt pour une contraception «douce», pour les méthodes «naturelles» ou plutôt «Méthodes d'Auto-Observation» (M.A.O.). Signe des temps ou mode passagère? Nous avons voulu en savoir plus et nous avons rencontré, pour cela, Madame Stefania LEMIERE-DE VITA [1]:

Selon vous, quelles sont les motivations des femmes ou des couples qui s'intéressent aux méthodes d'auto-observation?

Pour le couple, je crois qu'il faut distinguer essentiellement trois types de motivations. D'abord un souci pour la santé en général: on constate, depuis un certain nombre d'années, un désir de vouloir respecter davantage son propre corps, ses rythmes. C'est ainsi qu'on s'interroge plus sur le fonctionnement et les effets secondaires des moyens contraceptifs actuels (pilule, stérilet, etc.).
En deuxième lieu, une plus grande souplesse des rôles au sein du couple a amené la nécessité d'un dialogue constant et d'un partage des tâches propre à chaque couple, selon la situation qu'il est en train de vivre. Or, la contraception classique s'adresse presqu'exclusivement à la femme: l'homme se trouve, souvent malgré lui et malgré sa partenaire, exclu d'une prise en charge concrète de la régulation de la fertilité du couple.
Troisièmement, une motivation éthique, religieuse, du respect de certaines valeurs peut aussi être la raison principale du choix des M.A.O.
Par ailleurs, il ne faut pas oublier que les M.A.O. sont un instrument fort efficace pour définir les jours les plus fertiles et faciliter ainsi une conception.
En ce qui concerne les femmes seules, surtout les jeunes, leur demande concerne les M.A.O. en tant qu'instrument de connaissance de soi, de l'alternance des rythmes du corps, pour être à même de faire des choix en connaissance de cause.
Il est intéressant de remarquer que l'OMS [2] a dernièrement reconnu les M.A.O. comme «une technique de santé appropriée ... étant susceptible de constituer la base d'une formation sur la fécondité», «tous les programmes sanitaires et d'éducation s'adressant à l'enseignement des méthodes de ‹sensibilisation› à la fécondité». Ceci est aussi notre souhait.
Parfois les couples utilisent depuis un certain temps des méthodes telles que l'analyse de la courbe de température ou les calculs basés sur la longueur des cycles féminins. Ils sont intéressés par les progrès considérables dans le domaine des M.A.O., surtout en ce qui concerne leur efficacité et la diminution de certaines contraintes.
Les couples plus jeunes sont surtout porteurs de différents types de motivations en même temps. La plupart d'entre eux se tournent vers les méthodes naturelles après une période, plus ou moins longue, de contraception hormonale, au moment où le couple est assez stable et a un projet de vie en commun.

Ne croyez-vous pas que les méthodes naturelles ravivent de mauvais souvenirs de grossesses non désirées?

Sûrement! En effet, ce n'est qu'avec l'évolution de ces dernières années dans le domaine de la stérilité qu'un grand nombre d'observations concernant la fertilité humaine ont pu être récoltées d'une façon scientifique afin de pouvoir cerner la phase fertile dans un cycle menstruel. D'autre part, des chercheurs ont pu mettre en évidence des techniques très précises de lecture des signes de fertilité chez la femme: par conséquent, l'application des M.A.O. est devenue plus claire, plus sûre.
La formation des moniteurs est devenue beaucoup plus rigoureuse: à une formation de base, technique et psychologique, s'ajoute l'obligation d'une solide expérience d'application personnelle des M.A.O. Malgré ces conditions assez strictes, un nombre croissant de couples, en Suisse, demandent à se former afin de pouvoir garantir un accompagnement de qualité dans la période d'apprentissage et aussi après, en cas de besoin.

Que pensez-vous de l'efficacité de ces méthodes?

D'après les études effectuées, l'efficacité théorique est très élevée et elle est comparable à celle des moyens contraceptifs classiques (pilule, stérilet). Par contre, l'efficacité pratique peut être plus faible: on n'enlève pas la fertilité au couple, on apprend à «vivre avec». On constate donc des conceptions non décidées consciemment.
Par l'observation simultanée des signes de fertilité (méthodes sympto-thermique), on arrive à des méthodes naturelles de régulation des naissances «aussi sûres que le stérilet dans la mesure où elles sont correctement enseignées et utilisées». [3]
La méthode sympto-thermique a été mise au point par différentes équipes: le C.L.E.R. en France (Centre de Liaison des Equipes de Recherche – Drs Guy et Ecochard) en Autriche par l'INER (Institut für Natürliche Empfängnisregelung – Dr Rötzer), en Italie par le CAMEN (Centro Ambrosiano Metodi Naturali, Milan – Dr Barbato). Mis à part quelques détails, les fondements sont identiques et un échange scientifique entre les différents Centres existe depuis longtemps, grâce à la coordination européenne de la FIDAF (Fédération International d'Aide Familiale).
La méthode du calendrier, appelée habituellement Ogino-Knaus, doit être écartée car elle se fonde sur les cycles antérieurs et ne tient pas compte des irrégularités possibles du cycle actuel (d'où le peu de fiabilité si elle est utilisée seule).
Par ailleurs, un certain nombre de grossesses est dû à une mauvaise interprétation des signes de fertilité, surtout lorsque la méthode n'est apprise qu'avec des livres ou des brochures. Or, l'apprentissage des M.A.O. ne s'improvise pas. Chaque femme, chaque couple a ses particularités; aucun livre ne peut se substituer à un cheminement en couple avec un moniteur.

Indépendamment de la période d'apprentissage, pensez-vous que la question de l'abstinence soit un obstacle important à leur application?

Je ne le crois pas. Chaque couple décide la façon de vivre la période fertile: avec des échanges d'amour autres que la relation sexuelle complète, des gestes de tendresse. Certains couples décident d'utiliser des moyens contraceptifs locaux plus ou moins régulièrement. Dans ce dernier cas, on parle de «méthode mixte» et il faut signaler que l'observation de la glaire peut devenir difficile.
Les motivations à l'application de M.A.O. jouent un rôle important dans ce choix. Il est vrai que, dans la situation d'abstinence, la relation sexuelle complète est fortement valorisée et la réintroduction de temps différents [4] dans la sexualité du couple peut avoir des conséquences psychologiques qui influencent positivement la qualité des échanges.
Pour conclure, j'aimerais mettre l'accent sur la grande liberté des couples d'aujourd'hui face à l'apprentissage des M.A.O.: le «permis-défendu» est heureusement dépassé à l'avantage d'un choix qui est basé sur la communication et le partage au sein d'un couple.

Texte d'un article paru dans les quotidiens «le Courrier» (GE) et «La Liberté» (FR): propos recueillis par P. Piccini, Service d'Information Catholique (GE)

[1] psychologue, éducatrice à la santé et conseillère M.A.O. Collaboratrice du Centre Couple et Familie (GE)
[2] OMS – Bureau régionale de l'Europe, rapport sur «L'atelier interpays de formation des enseignants aux méthodes naturelles de planification familiale dans un contexte non religieux», Jablonne, Pologne, 23 sept. 1986.
[3] cf bibliographie 8 p. 11;
[4] F.E. Morin, «La rouge différence», Seuil, Paris, 1982.

Communiqué

Dix feuilles avec photos et commentaires sur la fécondation, le tout tiré du journal «Parents» du mois de mars 1987 ont disparu lors du congrès à Altdorf.
La (ou les) sage(s)-femme(s) ayant emporté ces documents par erreur est (sont) priée(s) de les renvoyer au plus vite à Madame Stefania Lemière à qui le tout appartient. Merci d'avance!
Adresse:
Mme Stefania Lemière
Quai Capot d'Istria 13
1205 Genève

Le coin des livres

«La régulation naturelle des naissances»
Docteur Josef Rötzer

Aujourd'hui beaucoup de gens pensent différémment qu'au cours des dernières années. En partie la nature nous oblige à réfléchir d'autre manière. Nous sommes à la recherche d'un mode de vie plus naturel, au milieu d'un monde où la technique semble nous dépasser. Les réflexions différentes, la recherche de nouvelles solutions nous forcent, dans certains domaines, à adopter un autre mode de vie. Comment se comporter envers notre corps est l'un des points auquel on touche beaucoup et qui inclut entre autres la façon de pratiquer la régulation des naissances. Dans le cadre mentionné ci-dessus, les méthodes naturelles de planing familial ont repris de l'importance. Parmis celles-ci, la méthode sympto-thermique du docteur Josef Rötzer attire une attention particulière car un nombre élevé d'études nous prouvent qu'elle est aussi fiable que la pilule.
La méthode sympto-thermique associe la température matinale et l'observation de la glaire cervicale, ce qui donne la possibilité de déterminer avec assurance les jours fertiles et non-fertiles au cours du cycle menstruel. Ceci tout en tenant compte de cas spéciaux comme après une naissance, arrêt de la pilule, préménopause, etc...
Ce livre offre au lecteur un langage compréhensible et une présentation claire au cours d'un chemin qui se parcourt à deux, où l'homme prend part à l'observation du cycle menstruel de la femme.
Ce manuel est rédigé de telle façon qu'il n'est pas nécessaire de le lire en entier avant de commencer avec les observations. Il suffit de connaître les premières pages bordées de rouge et le premier pas est déjà accomplit.
Ce livre recommandable est conçu pour l'apprentissage individuel. Mais je tiens à souligner qu'il existe en Suisse plusieurs centres d'information concernant les méthodes d'auto-observation et que les couples intéressés ont la possibilité de s'informer et d'approfondir leurs connaissances à ce sujet.

M.-J. Meister-Bapst

Auteur
Josef Rötzer, médecin et père de famille, né à Vienne (Autriche), est reconnu comme l'une des autorités mondiales dans le domaine de la régulation naturelle des naissances. Il est invité régulièrement à donner des cours de formation en Allemagne, en Autriche, en Suisse, au Japon et dans le monde anglo-saxon. Ses ouvrages ont été traduits dans de nombreuses langues.

Docteur Josef Rötzer
La régulation naturelle des naissances
Un chemin qui se parcourt à deux
114 pages, traduit de l'allemand par Marylise et Andres M. Kristol-Labant, assistés de Michel Grandjean et de Solange Kühne-Aubert, d'après la 13e édition amplifiée de 1985 (dernière mise à jour 6 février 1987)
Ce livre est sorti quelques jours avant notre congrès aux éditions Médiaspaul, 8, rue Madame, 75006 Paris
Une traduction en italien est aussi en cours!