

Souffrance invisible, accompagnement invisible ?

1 femme sur 4 a déjà vécu une fausse couche, et 9 sur 10 aimeraient qu'il existe un meilleur accompagnement médical et psychologique, révèle la dernière étude de Qare sur la santé des femmes.

Qare, leader de la téléconsultation en France et son partenaire Ipsos dévoilent aujourd'hui une étude inédite sur la fausse couche, menée pour la première fois en France auprès des femmes et des hommes dans une perspective comparée*. L'étude dresse un état des lieux du sujet dans la société et de son impact chez les personnes concernées. Engagé depuis ses débuts en faveur de la santé des femmes, Qare plaide pour une meilleure sensibilisation aux nombreux impacts de la fausse couche.

*Etude Ipsos pour Qare menée du 13 au 20 août 2024 sur un échantillon national représentatif de 2000 Français âgés de 25 ans à 75 ans.

La fausse couche, un sujet qui reste tabou malgré son ampleur

1 Français sur 5 au total et 1 femme sur 4 de plus de 25 ans déclarent avoir personnellement vécu une fausse couche

La fausse couche désigne une interruption spontanée de grossesse avant 22 semaines d'aménorrhées, soit au cours des 5 premiers mois de grossesse. La fausse couche est précoce si elle survient avant 14 semaines d'aménorrhée, tardive si elle survient entre 14 et 22 semaines. La majorité des fausses couches surviennent pendant le premier trimestre et particulièrement pendant les deux premiers mois. Si les conséquences physiques pour les femmes sont très différentes entre une fausse couche précoce et tardive, les conséquences psychologiques peuvent être tout aussi impactantes.

Elles concernent 200 000 femmes par an en France, sous réserve de toutes les fausses couches qui ne sont ni identifiées ni déclarées. *

Pourtant, **plus de la moitié des Français (55%) considèrent la fausse couche comme un tabou**. Le tabou semble encore plus fort chez les femmes ayant traversé cette épreuve (62% considèrent la fausse couche tabou) et chez les jeunes générations (64% parmi les moins de 44 ans, contre 48% des plus de 44 ans).

Parmi les femmes ayant vécu une fausse couche, 1/2 n'en ont pas parlé ouvertement à leur partenaire (51%)

Ce constat se retrouve dans le déclaratif du vécu de fausse couche : 24% des femmes déclarent avoir traversé une fausse couche, contre 15 % des hommes.

Par ordre de priorité, les femmes ayant vécu une fausse couche en ont ainsi parlé à leurs proches (51%), avant d'en parler à leur partenaire (45%). 5% n'en ont parlé à personne.

Un impact aux multiples facettes, largement sous-estimé

Près de 9 femmes sur 10 déclarent un impact sur leur santé mentale

L'étude Qare met en lumière l'importance des répercussions de la fausse couche dans une vie. Parmi les personnes déclarant avoir vécu une fausse couche :

- 89% des femmes indiquent un impact sur leur bien-être mental (vs 83% des hommes)
- 55% des femmes indiquent un impact sur leur vie de couple (vs 68% des hommes)
- 48% des femmes indiquent un impact sur leur sexualité (66% chez les hommes)
- 58% des femmes indiquent un impact sur leur désir d'enfant (même proportion chez les hommes)
- 40% des femmes indiquent un impact sur leur travail (vs 57% des hommes)
- 36% des femmes indiquent un impact sur les relations avec leur entourage (vs 50% des hommes)

*vie-publique.fr

74% des femmes ayant vécu une fausse couche estiment que ses répercussions sont sous-estimées par la société

Ce constat est également partagé par l'ensemble des Français : 7 sur 10 considèrent que l'impact de la fausse couche est minimisé.

« Lorsqu'on est parent, on a beau savoir que la fausse couche est un événement qui peut être fréquent et être prévenu par le corps médical, cela n'enlève rien à la douleur vécue » explique Julie Salomon, Directrice médicale de Qare. « On parle de « deuil périnatal » lorsque des parents perdent leur bébé entre 22 semaines de grossesse et 7 jours après la naissance, soit après la période dite de fausse couche. Le « deuil de maternité » désigne le deuil de ne pas ou ne plus avoir d'enfant. Mais le deuil traversé par ceux confrontés à une fausse couche est le plus souvent invisible, à l'image de l'étymologie de la « fausse » couche : une couche qui n'a jamais vraiment existé »

Un besoin d'accompagnement

Parmi les femmes ayant traversé une fausse couche, 91% n'ont bénéficié d'aucun accompagnement psychologique.

82% de ces dernières souhaiteraient ainsi qu'il existe un meilleur accompagnement, médical et psychologique. Chez les hommes, 77% n'ont pas bénéficié d'accompagnement et 84% souhaiteraient qu'il y en ait davantage.

Là aussi, l'opinion de l'ensemble des Français rejoint celle des personnes ayant vécu une fausse couche : 86% des Français pensent qu'il faudrait un meilleur accompagnement médical et psychologique pour celles et ceux traversant cette épreuve.

« La fausse couche représente pour beaucoup de femmes et d'hommes y étant confrontés une souffrance invisible » témoigne le Dr Julie Salomon, Directrice médicale de Qare. « Le problème de l'invisibilisation, c'est qu'elle rend également l'accompagnement possible invisible, en tout cas plus difficile à trouver, laissant de nombreux parents sans soutien psychologique ».

Les professionnels de santé : un soutien prioritaire qui doit être renforcé

Près de 2/3 des femmes ayant vécu une fausse couche (60%) se tourneraient en priorité vers des professionnels de santé pour trouver du soutien, devant leur partenaire (53%) et leur famille (37%). Chez les hommes, le partenaire (60%) se place juste devant la famille (58%) et les professionnels (50%).

Julie Salomon, directrice médicale de Qare, insiste : « Des progrès récents ont été réalisés et vont dans le bon sens. Depuis 2023, chaque Agence Régionale de Santé (ARS) a mis en place un parcours fausse couche, et depuis 2024, les femmes peuvent également bénéficier d'un arrêt de travail sans délai de carence. Néanmoins, il faut aller plus loin, notamment en matière d'accompagnement en santé mentale. »

Accompagner les personnes qui vivent une fausse couche

Qare, acteur clé de l'accès aux soins en France, œuvre pour que chaque Français ait accès au bon accompagnement au bon moment pour sa santé mentale et physique. En complément des initiatives existantes, la société agréée plaide **pour l'intégration systématique de l'antécédent de fausse couche dans l'historique médical lors des consultations généralistes, gynécologiques et des sages-femmes, ainsi que pour l'inclusion du sujet dans les consultations pré-conceptionnelles dès le début d'un projet de grossesse.**

« Toutes les situations sont des cas particuliers. Pour les professionnels de santé, il faut s'adapter et savoir orienter vers un soutien psychologique professionnel. L'intégration systématique d'un suivi psychologique post-fausse couche, parallèlement au suivi physique, est cruciale. Cette approche prévient des complications physiques mais aussi psychologiques, comme la dépression post-partum ou l'anxiété chronique y compris lors de grossesses futures » ajoute le Dr Julie Salomon.

Par ailleurs, Qare va sensibiliser davantage les patients et les professionnels de santé qui lui font confiance à travers de l'information pour les premiers et des formations pour les seconds, sur l'impact d'une fausse couche sur la santé mentale. L'objectif étant de valoriser l'accompagnement disponible pour les patients.

Dr Julie Salomon conclut : « La Société doit reconnaître que le deuil péri-natal peut aussi concerner les parents confrontés à l'épreuve d'une fausse couche, afin de permettre à chacun de trouver l'accompagnement dont il ou elle a besoin »

A PROPOS DE QARE

Qare, leader de la téléconsultation en France, comptabilise près de 7 millions de téléconsultations, soit 200 000 par mois, et 2000 médecins. Le service de Qare est accessible 7j/7 et de 6h à minuit, via une application mobile ou internet pour tous les Français sur tout le territoire. Depuis ses débuts, Qare défend un modèle de téléconsultation de qualité, professionnelle et encadrée. Qare suit ainsi quotidiennement 15 indicateurs de qualité médicale sur la prise en charge et le suivi des patients. Selon un sondage post-téléconsultation, 96% des patients se déclarent satisfaits du service. Qare est également spécifiquement disponible dans 23 groupes d'établissements de l'enseignement supérieur, écoles et universités. Qare est l'initiateur et membre fondateur du collectif MentalTech. En 2021, Qare a rejoint le groupe de e-santé européen HealthHero.