

Pour diffusion immédiate

**Une nouvelle maman sur cinq
souffre de troubles de l'humeur post-partum**

Lancement d'une campagne provinciale pour accroître la sensibilisation

Toronto, Ontario – le XX février 2007 – Les troubles de l'humeur post-partum affectent une nouvelle maman sur cinq. Pourtant, la plupart des gens ne parlent pas de dépression lorsqu'ils parlent de la naissance d'un nouveau bébé. Une nouvelle campagne, lancée à l'échelle de la province, invitera les gens à parler des troubles de l'humeur post-partum et s'efforcera d'accroître la sensibilisation à ce problème.

« L'arrivée d'un nouveau-né peut s'avérer très accablante, et il n'est pas rare que les nouvelles mamans se sentent tristes, constamment au bord des larmes, exténuées ou angoissées après l'accouchement, déclare la D^{re} Ariel Dalfen, psychiatre au Perinatal Mental Health Program de l'hôpital Mount Sinai. Toutefois, si ces symptômes persistent plus de deux semaines, il est alors probable que la nouvelle mère souffre de troubles de l'humeur post-partum et elle devrait chercher de l'aide immédiatement. »

Environ 13 p. 100 des nouvelles mamans vivent un épisode de dépression post-partum après l'accouchement. S'ils ne sont pas détectés et traités rapidement, la dépression et les troubles de l'humeur post-partum peuvent porter atteinte à la mère et à l'enfant. On a notamment démontré qu'en raison d'un comportement moins attentif de la mère à l'égard de son bébé, celui-ci est plus à risque d'éprouver certains troubles de l'attachement et est plus vulnérable aux retards de développement.

Meilleur départ, le Centre de ressources sur la maternité, les nouveau-nés et le développement des jeunes enfants de l'Ontario, lance une campagne à l'échelle de la province afin d'accroître la sensibilisation aux troubles de l'humeur post-partum. Meilleur départ travaille de concert avec les services de santé publique et les organismes de santé communautaire partout dans la province afin de fournir des ressources visant à renseigner la population sur les troubles de l'humeur post-partum. La campagne de sensibilisation comprendra aussi des affiches, des annonces et un nouveau site Web, à l'adresse www.lavieavecunnouveabebe.ca.

« Les femmes ont besoin de savoir que la vie avec un nouveau-né n'est pas toujours telle qu'on se l'était imaginée, qu'il s'agisse d'un premier enfant ou non, déclare Barb Willet, directrice du programme au Centre de ressources Meilleur départ. Si les femmes sont renseignées sur les symptômes des troubles de l'humeur post-partum avant de se retrouver dans ce brouillard post-partum, nous espérons qu'elles reconnaîtront les signes et chercheront de l'aide plus rapidement. »

« Les femmes qui souffrent de troubles de l'humeur post-partum doivent savoir qu'elles ne sont pas seules, ajoute la D^{re} Dalfen. Tant de femmes souffrent en silence et lorsqu'elles commencent à en parler, elles prennent conscience que de nombreuses femmes autour d'elles ont aussi souffert de tels troubles, à divers degrés. Les nouvelles mamans qui éprouvent ces symptômes devraient prendre soin d'elles-mêmes, se réserver du temps, consulter des professionnels de la santé et envisager de prendre des médicaments. Elles doivent placer leur bien-être personnel et celui de leur bébé au premier plan. »

Quatre nouvelles mamans sur cinq éprouvent le « baby blues ». Toutefois, si elles se sentent désespérées, agitées, tristes, irritables ou angoissées pendant plus de deux semaines, il se peut qu'elles souffrent de troubles de l'humeur post-partum et elles devraient communiquer avec leur fournisseur de soins de santé, ou appeler Télésanté Ontario au 1-866-797-0000 ou le Service Info Santé mentale Ontario au 1-866-531-2600.

Pour en savoir plus sur les troubles de l'humeur post-partum, visitez le site Web www.lavieavecunnouveau bebe.ca ou parlez à votre fournisseur de soins de santé.

-30-

Pour plus de renseignements sur la campagne de sensibilisation aux troubles de l'humeur post-partum, veuillez communiquer avec Hiltrud Dawson, consultante en promotion de la santé, Centre de ressources Meilleur départ, au 416-408-2249, poste 2250.