INFO SANTÉ

Mort subite du nourrisson

paru le 29/04/2020 • adapté au contexte belge francophone • dernière adaptation de contenu le 01/02/2023 • dernière vérification de mise à jour le 04/04/2022

Un guide-patient est un outil réalisé pour vous aider à faire des choix pour votre santé. Il vous propose des informations basées sur la recherche scientifique. Il vous explique ce que vous pouvez faire pour améliorer votre santé ou ce que les professionnels peuvent vous proposer lors d'une consultation. Bonne lecture !

La mort subite du nourrisson, qu'est-ce que c'est ?

La mort subite du nourrisson est le décès soudain et imprévu d'un bébé de moins d'1 an, en bonne santé, et chez qui on ne trouve aucune raison pour expliquer le décès. Elle survient le plus souvent avant l'âge de 6 mois.

La mort subite survient pendant le sommeil ; elle ne cause aucune douleur ni aucune agitation. On retrouve souvent des vomissures autour de l'enfant, mais en général, ce n'est pas la cause du décès.

La mort subite n'est pas héréditaire. Il est très rare que 2 morts subites se produisent dans une même famille.

Quelle est la fréquence de la mort subite du nourrisson ?

Nous n'avons pas de chiffres pour la Belgique. Aux USA, il y aurait un peu plus de 3 morts subites du nourrisson pour 10 000 naissances.

Que se passe-t-il après une mort subite ?

Si votre médecin pense à une mort subite, il doit contacter la police. Habituellement, un médecin légiste se rend également sur place. C'est la procédure normale en cas de décès soudain inexpliqué. Cela ne signifie pas que quelqu'un est présumé coupable de la mort du bébé. Le but est de comprendre la cause du décès du bébé.

Des recherches sont alors menées.

Tout d'abord, le médecin examine le bébé et son environnement. Il observe et essaie de connaître :

- l'état général du bébé ;
- les événements avant la mort subite ;
- les maladies récentes du bébé ;
- les autres symptômes du bébé avant son décès ;
- l'heure à laquelle le bébé a été vu vivant pour la dernière fois ;
- l'endroit où le bébé a été découvert sans vie ;
- la présence de vomissures dans le lit ou sur les vêtements.

Un médecin effectue ensuite un examen physique complet du bébé. En général, une autopsie complète recherche les causes du décès.

Le médecin demande des analyses de laboratoire :

- analyse de sang ;
- analyse d'urines ;

- recherche de microbe dans le nez, la bouche et les selles.

Les analyses de laboratoire doivent être réalisées le plus rapidement possible après le décès.

Si les examens laissent penser qu'il y a des blessures (traumatismes) ou une maltraitance, on réalise une radiographie. Le but est de savoir si les os sont abîmés (s'il y a eu une fracture par exemple).
Tous ces examens ont pour but de rechercher la cause du décès.

Un soutien psychologique pour la famille

Ce n'est la faute de personne. C'est important de le dire et de l'entendre, pour les parents et pour les autres enfants.

Les parents et la famille reçoivent un soutien psychologique le plus vite possible. Votre médecin peut prescrire des médicaments, comme des calmants ou des somnifères légers. Ces médicaments peuvent apporter temporairement un peu de repos, mais ils ne remplacent pas le soutien psychologique.

Les personnes de la famille peuvent rester un moment avec le bébé décédé. Cela peut les aider à accepter la mort et favoriser le processus de deuil.

Les jours et les semaines qui suivent le décès, il est recommandé aux parents de rester régulièrement en contact avec un professionnel de la santé, comme leur médecin généraliste.

Il est préférable d'impliquer aussi les autres enfants. La mort subite a également un effet sur les frères et sœurs du bébé décédé. Les enfants perdent de manière brutale ce rôle de grand frère ou de grande sœur qu'ils viennent tout juste de prendre. Le deuil chez l'enfant se passe autrement que chez l'adulte. Les enfants peuvent penser que quelqu'un est responsable de la mort ou qu'ils sont responsables de la mort. Les jeunes enfants ont du mal à comprendre la mort. Vers l'âge de 9 ans, un enfant peut comprendre que tout le monde meurt un jour, que la mort est irréversible et permanente.

Votre médecin peut vous expliquer les résultats de l'enquête judiciaire.

Il est normal que certaines dates, comme celle de la naissance ou du décès de l'enfant, provoquent des souvenirs douloureux.

Comment pouvez-vous diminuer le risque de mort subite ?

- Couchez le bébé sur le dos pour dormir ;
- faites dormir votre bébé sur un matelas suffisamment ferme ;
- retirez les objets superflus comme des peluches ou des couvertures ;
- évitez de faire dormir votre bébé dans votre lit. Il peut dormir dans la même chambre que ses parents mais il doit avoir son propre lit ;
- veillez à ce que votre enfant n'ait pas trop chaud : tentez de conserver une température de 18 à 20 °C dans sa chambre ;
- l'utilisation d'une tétine au coucher pourrait permettre de réduire le risque de mort subite ;
- ne fumez pas dans l'environnement de l'enfant ;
- ne donnez pas à votre bébé des médicaments sans l'avis du médecin ;
- l'allaitement maternel est recommandé ;
- vaccinez les enfants selon les recommandations nationales.

En savoir plus ?

- Prévention de la mort subite du nourrisson, ici, ou à trouver sur cette page de l'ONE – Office de la Naissance et de l'Enfance
- Mort subite, la prévenir (vidéo) – ONE – Office de la Naissance et de l'Enfance

- Le deuil périnatal : comment soutenir les parents ? – Naître et grandir
- Perdre son bébé - Le deuil périnatal, ici, ou à trouver sur cette page des Centre Hospitalier Universitaire de Montréal (CHUM)

- Aider les enfants (de 3 à 5 ans) à comprendre la mort – Naître et grandir
- Le deuil chez l'enfant (de 5 à 8 ans) – Naître et grandir

Vous cherchez une aide plus spécialisée ?

- ONE – Office de la Naissance et de l'Enfance
- Services de Santé Mentale – Le guide social
- Trouver un psychologue – Commission des psychologues
- 103-Ecoute-Enfants
- 103-Ecoute-Enfants-Ado

Sources

Sources principales

- Guide de pratique clinique étranger 'Conduite à tenir en cas de mort subite du nourrisson' (2000), mis à jour le 16.01.2017 et adapté au contexte belge le 08.01.2020 – ebpracticenet
- Sudden Infant Death Syndrome (SIDS), mis à jour le 29.09.2021, consulté le 04.04.2022 – Dynamed

Autre source

- Sudden Unexpected Infant Death and Sudden Infant Death Syndrome – CDC – Centers for Disease Control and Prevention