Fiche réflexe officinale

Arbre décisionnel de repérage d'une possible dépression post-partum

Objectif : repérer, écouter, orienter - sans poser de diagnostic

Femme enceinte ou en post-partum (jusqu'à 1 an après l'accouchement) ainsi que le **co-parent durant ces deux périodes**

Présence d'un ou plusieurs signes d'alerte ?

Principaux signes d'alerte

- Fatigue **anormale** / **épuisement**
- **Troubles du sommeil** majeurs
- **Plaintes douloureuses**
- Tristesse persistante / Pleurs ++
- Anxiété importante / Irritabilité
- Sentiment d'être une "mauvaise mère" / "mauvais père"
- Difficultés à créer du lien avec le bébé
- Isolement / Propos inquiétants
- **Pleurs du bébé qui ne corrèleraient pas avec une pathologie organique**

Non

Prévention / Information / Vigilance

- Rappeler que les troubles psychiques du post-partum existent
- Encourager à consulter si besoin
- Remettre une ressource ou une fiche d'information

Oui

Engager un échange bref et bienveillant

Exemples de questions

- "Comment vous sentez-vous depuis l'accouchement ?"
- "Est-ce que vous vous sentez soutenue ?"
- "Est-ce que ça vous semble difficile en ce moment ?"

Y a-t-il des signes de gravité ?

Signes de gravité / Urgences

- **Idées suicidaires**
- **Peur de passer à l'acte sur le bébé**
- Hallucinations / délire
- Confusions / propos incohérents
- Impossibilité de repartir seul.e en sécurité

Oui

URGENCE

- Ne pas laisser repartir seul le patient
- Installer dans un espace calme si possible
- Prévenir un proche si pertinent
- Appeler le 15 / 112
- Contacter maternité / urgences / psychiatrie selon l'organisation locale

Non

Symptômes légers et transitoires (- de 2 semaines) évoquant un baby blues ?

Oui

Soutien et surveillance

- Écouter et rassurer
- Encourager à en parler à un professionnel
- Orienter si persistance ou aggravation
- Remettre une fiche d'information

Point de vigilance : si les symptômes persistent au-delà de 2 semaines, réévaluer rapidement

Non : Symptômes persistants et/ou marqués de - de 2 semaines

Orientation rapide vers un professionnel de santé

- Médecin généraliste
- Sage-femme
- PMI = Protection Maternelle Infantile
- Maternité
- Consultation spécialisée de psychiatrie périnatale

Proposer les coordonnées ou aider à initier la démarche

À savoir

Le suicide est la première cause de mortalité maternelle jusqu'à 1 an après l'accouchement

La DPP retentit sur la mère, le co-parent, le bébé et l'entourage

La DPP concerne 1 femme sur 5

Cette fiche ne remplace pas l'évaluation par un professionnel spécialisé. En cas de doute, réorienter.