

# DÉPRESSION DU POST-PARTUM



## AMÉLIORONS LE REPÉRAGE ET L'ORIENTATION PRÉCOCE

### 1ère cause de décès maternel : le suicide

- Santé mentale : Grande cause nationale 2025
- Prévalence de la dépression du post-partum en Grand Est : 13,7%
- Manque important de repérage

7ème rapport de l'Enquête Nationale Confidentielle sur Les Morts Maternelles (ENCMM), 2016-2018



## Tous les professionnels de santé sont concernés

Avez-vous du soutien ?

Avez-vous remarqué des changements de votre humeur ?

La santé mentale de tous les parents dans les mois suivants une naissance doit être évaluée à toutes occasions. Un outil de dépistage : le questionnaire d'Edimbourg

### Sensibilisation des familles

Comment vous sentez-vous ?

Vous arrive t-il de ressentir de l'anxiété ou de la tristesse ?



La sensibilisation des parents est essentielle !

**Un courrier sera adressé à tous les parents en post-partum à compter du 2ème semestre 2025 sur le Grand Est.**

Bonjour à vous, parents,

Comment allez-vous depuis la naissance de votre enfant ?

Si la naissance d'un enfant est un heureux évènement, la grossesse et les mois qui suivent l'accouchement sont aussi des périodes de grands bouleversements pour tous les parents et il peut être difficile d'exprimer un sentiment de tristesse ou d'anxiété sans culpabiliser ou considérer que la fatigue en est la cause.

Pourtant, ressentir ces sentiments ou de l'épuisement mental est plus fréquent qu'on ne le pense durant cette période et peut toucher les 2 parents.

Sachez que des aides sont possibles. **Pour cela, parlez-en à votre médecin traitant, votre sage-femme, la PMI proche de chez vous ou encore contactez votre maternité.**

Ces professionnels de santé peuvent vous proposer un accompagnement adapté à votre situation.



Des centres de santé mentale périnatale existent dans la région Grand Est

## Orientation vers des structures adaptées



[Annuaire à consulter](#)

[Association Maman Blues](#)



[Contribuer à la réflexion : par ici](#)