

Guide de sermon musulman visant à sauver la vie des mères et des nouveau-nés

Boîte à outils pour les chefs religieux



USAID
DU PEUPLE AMERICAIN

a^occess

Access to clinical and community
maternal, neonatal and women's health services

Remerciements

Auteurs:

Sarla Chand, IMA World Health

Ahmed Al-Kabir, RTM International

Les auteurs remercient gracieusement Erika Pearl, Sherry Chastain et Kathy Erb pour leur aide précieuse et pour les contributions qu'ils ont apportées à la présente publication. Ils adressent tout particulièrement leurs remerciements à Franklin Baer pour avoir utilisé les sketches du Programme SANRU, République Démocratique du Congo.

Réviseurs du Programme Access:

Koki Agarwal, Jhpiego

Angie Brasington, Save the Children

Patricia Daly, Save the Children

Patricia Gomez, Jhpiego

Juliet MacDowell, Jhpiego

Réviseurs externes:

Sofiya Ghorri, University of Chicago

Imam Hussein, New Mosque, Ouganda

Sheikh Khalid, Al Fatah Mosque, Rwanda

Assistance en matière de rédaction:

Alisha Horowitz, Jhpiego

Conception:

Jamie Wolfe, Jhpiego

Trudy Conley, Jhpiego

Sources des photos figurant sur la page de couverture:

Dans le sens des aiguilles d'une montre, en commençant par la photo se trouvant en haut à gauche:

Mosquée, Pakistan, Ricky Lu, Jhpiego

Femmes à Timket, Ethiopie, Marion McNabb, Jhpiego

Mère avec un bébé, Ethiopie, Martha Wood, Jhpiego

La présente publication a été rendue possible grâce au soutien de la Maternal and Child Health Division, Office of Health, Infectious Diseases and Nutrition, Bureau for Global Health, l'Agence Américaine pour le Développement international, aux termes de l'Accord de Coopération Leader with Associates GHS-A-00-04-00002-00. Les opinions exprimées dans le présent document sont celles de leurs auteurs et ne reflètent pas nécessairement les points de vue de l'Agence Américaine pour le développement International.

Table des Matières

Guide de sermons destiné aux chefs religieux musulmans.....	1
Dons précieux d'Allah: Comment vous pouvez contribuer à promouvoir la santé des mères et des bébés	1
Sermon 1: Accueillir en toute sérénité le don d'Allah.....	5
Sermon 2: Entretenir le don	9
Sermon 3: Protéger le don.....	14
Sermon 4: Se préparer pour recevoir le don.....	16
Sermon 5: Faire preuve de sagesse et de vigilance	19
Sermon 6: Accepter le don avec délicatesse.....	22
Sermon 7: L'attente vaut la peine	25
Sermon 8: L'ange gardien.....	29
Sermon 9: Selon le dessein d'Allah	31
Sermon 10: La première nourriture—tout droit des mains d'Allah	37
Annexe I: Principales causes de décès et de lésions chez les mères et leurs bébés	41
Annexe II: Nutrition pendant la grossesse pour des mamans et des bébés bien portants	43
Annexe III: Etes-vous prêts pour accueillir le bébé? Plan de préparation à l'accouchement.....	45
Annexe IV: Soins à la nouvelle mère et au bébé après l'accouchement	46
Références.....	50

Guide de sermon destiné aux chefs religieux musulmans

Dons précieux d'Allah: Comment vous pouvez contribuer à promouvoir la santé des mères et des bébés

« Au Nom d'Allah, le Tout Miséricordieux, le Très Miséricordieux »

Louange à Allah, Seigneur de l'Univers!

Le Tout Miséricordieux, le Très Miséricordieux!

Maître du jour de la rétribution!

C'est Toi Seul que nous adorons, et c'est Toi Seul dont nous implorons secours.

Guide-nous dans le droit chemin,

Le chemin de ceux que Tu as comblés de faveurs, non pas de ceux qui ont encouru Ta colère, ni des égarés. (SOURATE 1 MECQUE)

Une nouvelle vie est un des dons les plus précieux d'Allah. Avoir un bébé devrait être un des moments les plus heureux pour une femme et sa famille. Malheureusement, pour beaucoup de femmes, il arrive que ce moment soit le plus dangereux de leur vie. Plus d'un demi-million de femmes meurent chaque année au cours de l'accouchement. En Afrique, l'accouchement est si dangereux que lorsque les femmes tombent enceintes, beaucoup d'entre elles disent à leurs familles qu'elles entreprennent un long voyage et qu'elles ne savent pas si elles en reviendront.

Heureusement, la plupart de ces décès peuvent être évités, et nous pouvons faire beaucoup pour sauver la vie de ces femmes et de leurs bébés. En tant qu'un chef religieux, vous pouvez jouer un rôle important pour contribuer à sauver la vie des femmes et des bébés en sensibilisant les familles sur ce qu'elles peuvent faire pour se protéger.

Dr. Mahmoud Fathalla, ancienne Rectrice de l'École de Médecine de l'Université d'Assuit au Caire, en Egypte, a décrit la situation en ces termes: « Les femmes ne meurent pas de maladies que nous ne pouvons pas traiterées...Elles meurent parce que les sociétés n'ont pas encore pris la décision que leurs vies valent la peine d'être sauvées ».

Vous trouverez peut-être choquante l'affirmation de Dr. Fathalla. Quelqu'un pourrait répliquer en disant que personne ne permettrait délibérément que sa femme, sa sœur, sa mère ou sa fille meure. Cependant, si, en tant que chefs instruits nous disposons d'informations vitales, et que nous ne les partageons pas et ne contribuons pas à convaincre les gens de changer les habitudes et traditions nuisibles, alors, d'une certaine manière, nous permettons que des mères et des bébés meurent. Cette indifférence va à l'encontre de la parole d'Allah. Le Prophète Mohammed a dit, « **Le meilleur d'entre vous aux yeux d'Allah est celui qui est le plus charitable et celui qui prend le plus soin de sa famille.** » (Tirmiji 3830)

Vous pouvez jouer un rôle important en enseignant aux membres de votre assemblée comment prendre soin des mères et des bébés qu'elles portent. Vous pouvez aider des familles à protéger leur santé en leur donnant les informations qui leur permettront de faire de bons choix. Chaque mère et

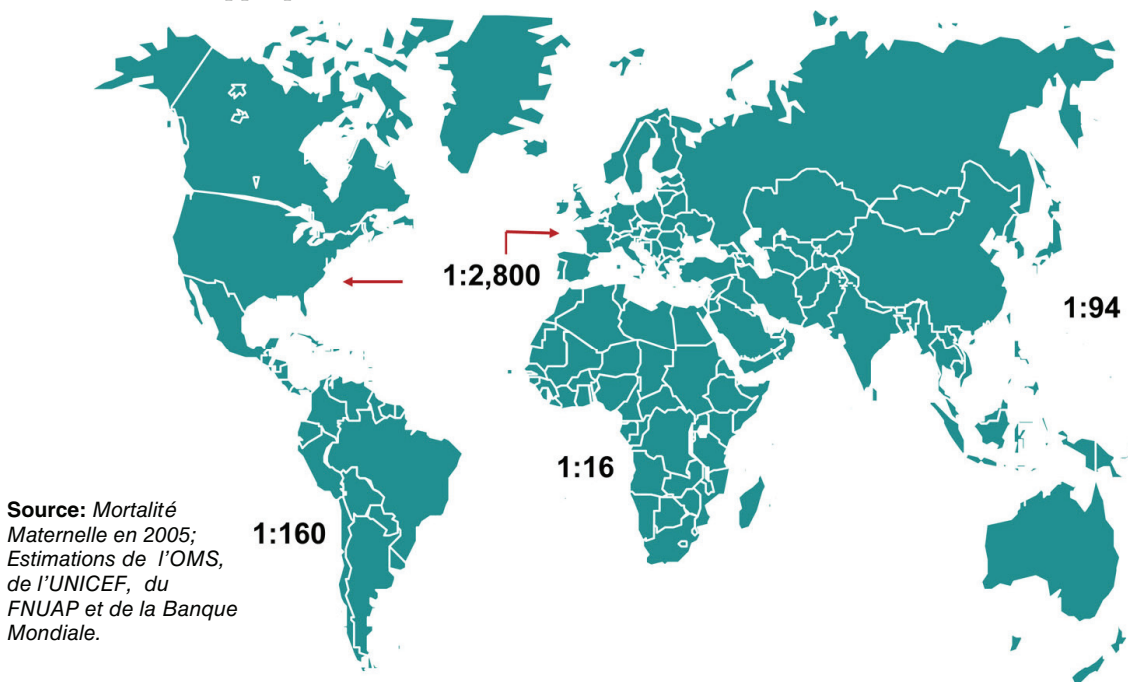
chaque enfant est un don d'Allah. Nous pouvons et devons travailler ensemble pour mettre fin aux décès évitables des mères et des nouveau-nés.

Le problème: Des mères meurent de causes qui peuvent être évitées

Chaque minute de chaque jour, quelque part dans le monde, une femme meurt de suites de complications pendant la grossesse ou l'accouchement. Comme nous l'avons dit plus haut, chaque année, plus d'un demi-million de femmes meurent de causes liées à la grossesse et 20 autres millions de femmes souffrent de maladies ou d'invalidités graves et permanentes. Sur les 130 millions de bébés qui naissent chaque année, environ quatre millions meurent au cours des quatre premières semaines de vie. Ce qui est particulièrement choquant, c'est que la majorité de ces décès peuvent être évités.

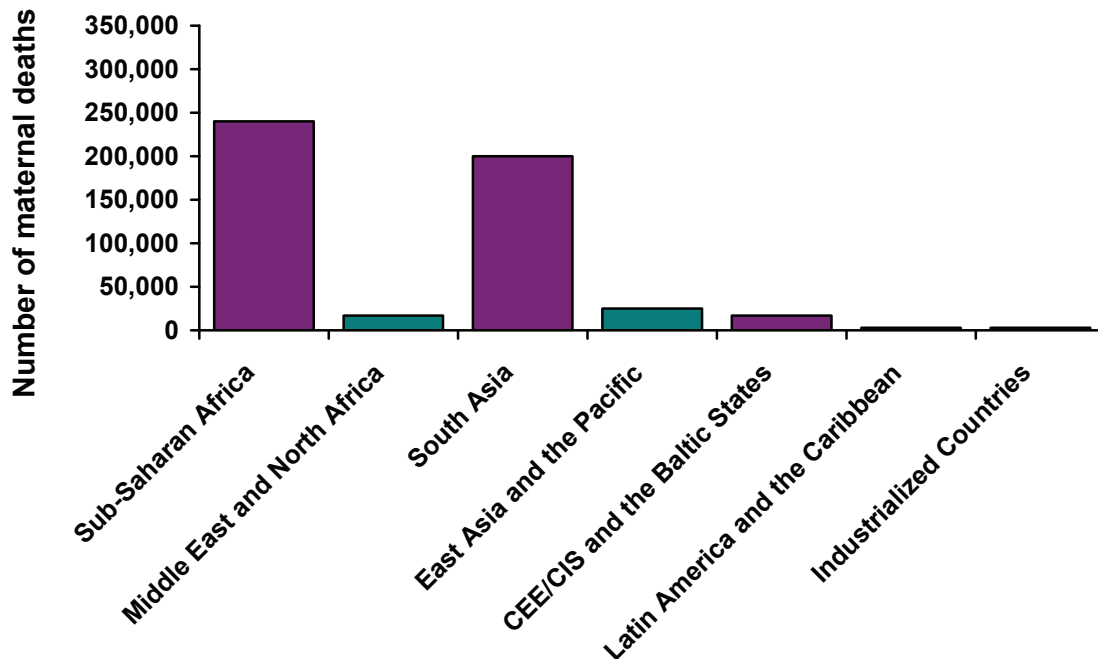
Quelles sont les parties du monde où les femmes meurent plus souvent?

Des mères meurent de complications liées à la grossesse ou consécutives à l'accouchement beaucoup plus fréquemment dans les pays en développement, Particulièrement en Afrique. Le fait qu'une grande partie du monde ait un taux de mortalité maternelle plus bas, et que nous connaissions ce qui cause ces décès, est la preuve que le nombre de décès peut être réduit grâce à des soins à domicile et à des soins de santé appropriés.



La carte s'y dessus montre le risque que court une femme de mourir d'une cause liée à la grossesse dans diverses parties du monde. En Afrique sub-saharienne, le risque pour une femme de mourir de suites de grossesse est de 1 sur 16, ce qui est 175 fois plus élevé qu'aux Etats-Unis.

Nombre de décès maternels chaque année

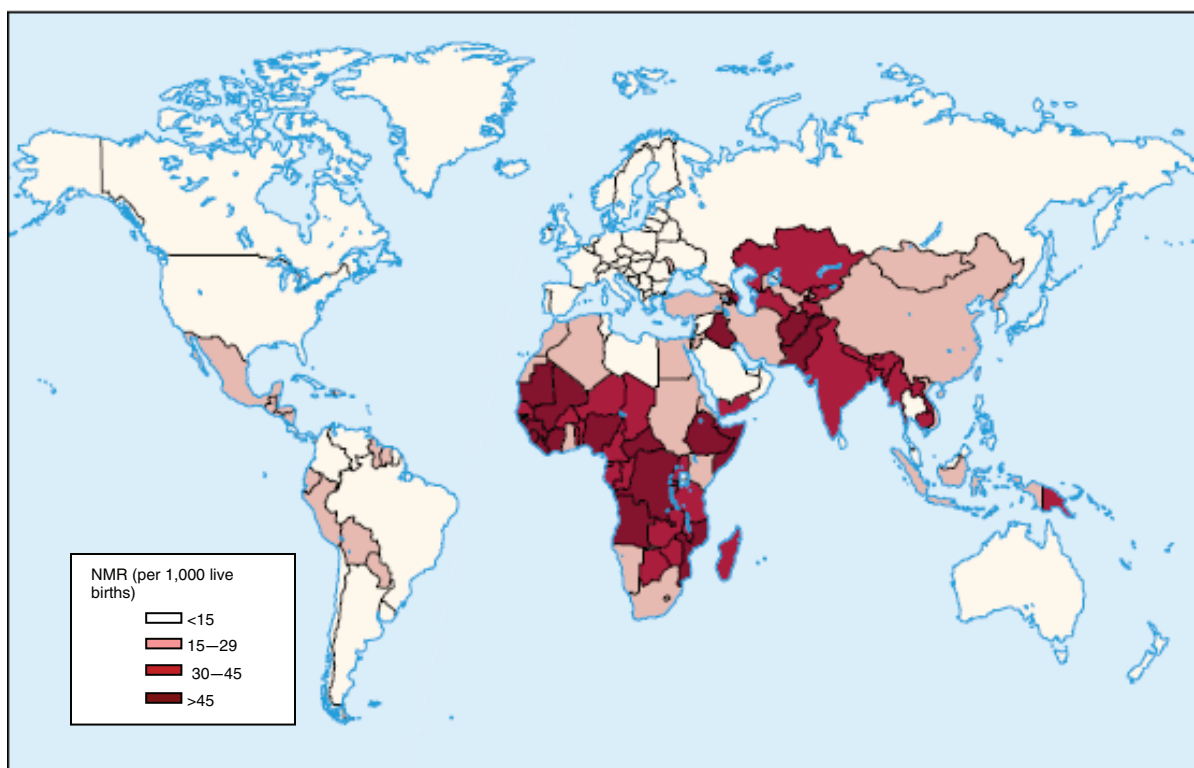


Des bébés meurent de causes évitables

Quatre millions de nouveau-nés meurent chaque année, et une grande partie de ces décès sont dus à des causes évitables, y compris les infections qui pourraient être traitées à l'aide de médicaments. Beaucoup d'autres bébés meurent parce que leurs mères n'ont pas reçu une bonne alimentation ni des soins de santé appropriés pendant la grossesse.

Dans quelles parties du monde des bébés meurent-ils plus souvent?

Environ la moitié des quatre millions de décès de nouveau-nés qui surviennent chaque année se produisent en Afrique. La carte se trouvant sur la page suivante montre le nombre de décès de nouveau-nés pour 1 000 naissances vivantes partout dans le monde. Il existe une grande différence entre le nombre de bébés qui meurent chaque année dans une grande partie de l'Afrique et le nombre d'enfants qui meurent dans d'autres pays. Comme c'est le cas pour les décès maternels évitables, nous pouvons faire beaucoup de choses pour réduire les décès de nouveau-nés en Afrique.



Comment pouvez-vous y contribuer: Sensibiliser vos fidèles croyants et votre communauté avec des messages portant sur la maternité à moindre risque

Des femmes et des enfants souffrent et meurent souvent parce qu'ils n'ont pas accès à des services de soins de santé de base ou ne recherchent pas de tels services même lorsqu'ils sont disponibles. C'est à ce niveau que les chefs religieux peuvent apporter leur contribution! Vous pouvez sensibiliser vos fidèles croyants et votre communauté sur l'importance des soins de santé pour les femmes pendant la grossesse et les encourager à prendre soin de la mère et du bébé pendant la période qui suit immédiatement l'accouchement.

Le présent guide vous aidera à comprendre les dangers auxquels sont exposés les mères et les bébés et vous permettra de savoir ce que *vous* pouvez faire en tant que chef religieux pour aider à sauver des vies. Il contient des descriptions de problèmes rencontrés par des mères, les solutions à ces problèmes et des débuts de sermons pour vous aider à sensibiliser vos fidèles croyants sur les pratiques d'une maternité à moindre risque.

Sermon 1: Accueillir en toute sérénité le don d'Allah

Message: L'importance de visites régulières (au moins quatre) auprès d'un agent de santé pendant la grossesse et l'accouchement par un agent accoucheur compétent

Bien que la grossesse et l'accouchement représentent des événements heureux et naturels de la vie, beaucoup de risques de complications peuvent survenir et représenter une menace pour la vie de la mère et de son bébé. Environ huit décès maternels sur dix sont dus à des complications survenues pendant la grossesse, l'accouchement ou au cours des 42 jours qui suivent l'accouchement.

Causes de décès et de lésions chez la mère

La liste ci-dessous présente les cinq principales causes de décès chez une mère, à savoir l'hémorragie grave, l'infection, l'éclampsie (également connue sous le nom de convulsions), le travail qui dure plus longtemps que la normale et les complications liées à l'avortement à risque ou à un traitement incorrect.

Saignements abondants (hémorragie): La perte de sang pendant le travail peut conduire très rapidement à la mort en l'absence de soins vitaux immédiats et appropriés tels que des médicaments pour arrêter les saignements, le massage de l'utérus pour stimuler les contractions ou la transfusion sanguine.

Septicémie (consécutif à des infections): la septicémie, qui représente 15% des décès maternels, est souvent due au manque d'hygiène pendant l'accouchement ou aux maladies sexuellement transmissibles non traitées. Il est possible de prévenir les infections grâce à l'adoption de bonnes pratiques d'hygiène pendant l'accouchement et à la détection ainsi qu'au traitement des maladies sexuellement transmissibles pendant la grossesse.

L'éclampsie (convulsions): L'éclampsie représente environ 12% des décès maternels. Elle est un trouble hypertensif (hypertension artérielle). Ces décès peuvent être évités grâce à un suivi rigoureux pendant la grossesse et à un traitement à l'aide de médicaments anticonvulsifs tels que le sulfate de magnésium.

Long travail: Le travail qui dure plus longtemps que la normale représente environ 8% des décès maternels, et peuvent survenir lorsque la tête du bébé ne peut pas passer à travers le bassin de la mère ou lorsque le bébé est mal positionné pour franchir la filière génitale. Lorsque les mères sont exceptionnellement petites, soit à cause d'une mauvaise alimentation, soit parce qu'elles sont très jeunes et que leur corps ne s'est pas encore totalement développé, elles courent un risque accru de souffrir d'un long travail.

Avortements à risque: Les complications liées à des avortements pratiqués dans de mauvaises conditions de sécurité sont responsables de 13% des décès maternels. Ces décès peuvent être évités si

les femmes ont accès à des informations et à des services relatifs à la planification familiale, ainsi qu'à des soins de santé appropriés de prise en charge des complications liées à l'avortement.

Causes de décès chez le bébé

Les quatre plus grandes causes de décès chez le nouveau-né dans le monde entier, ainsi que les pourcentages y correspondants sont :

Infections (36%): la septicémie/la pneumonie (26%), le tétanos (7%) et la diarrhée (3%)



Naissance avant terme (bébés nés trop

précocement)/faible poids à la naissance (28%): La plupart des grossesses durent environ 40 semaines. Les bébés nés avant 37 semaines sont appelés prématurés. Ces bébés sont souvent petits et malades parce que leurs organes et leurs systèmes ne sont pas entièrement développés.

Asphyxie (23%): La mort apparente du nouveau-né se produit lorsqu'un bébé ne reçoit pas assez d'oxygène avant, pendant ou juste après la naissance. Beaucoup de raisons expliquent la survenue de la mort du nouveau-né.

Anomalies congénitales, également connues sous le nom de malformations congénitales

(14%): Les causes de la plupart des anomalies congénitales demeurent inconnues, mais certaines sont évitables.

Que pouvons-nous faire?

Message pour une maternité à moindre risque: Des visites régulières de soins de santé pendant la grossesse

Le fait d'encourager les femmes à effectuer des consultations de santé régulières pendant la grossesse peut réduire significativement le nombre de décès maternels et de nouveau-nés. Dès qu'une femme croit être enceinte, elle devrait voir un professionnel de soins de santé afin de faire un bilan et de savoir comment protéger sa santé. Elle devrait avoir au moins quatre visites de soins de santé pendant sa grossesse afin de prévenir des problèmes tels que l'anémie et le paludisme, et de détecter et de corriger des situations telles que l'hypertension artérielle et les infections, qui peuvent conduire aux principales causes de décès.

Conseil-dépistage du VIH: Les professionnels de la santé recommandent que toutes les femmes subissent un test de dépistage du VIH (le virus responsable du SIDA) pendant la grossesse. Vous devriez expliquer que le conseil-dépistage du SIDA est confidentiel et anonyme. Une femme a le droit de refuser de se faire dépister, si telle est sa décision ; cependant, le fait de ne pas se faire dépister fait courir un risque inutile à l'enfant à naître. Dans vos discussions avec les femmes et leurs

familles, vous pouvez expliquer que le virus se transmet à travers les rapports sexuels non protégés (rapport sexuel sans préservatif) et la réutilisation d'aiguilles, et peut également se transmettre à l'enfant à naître pendant l'accouchement. Cependant, il existe des moyens simples qu'une femme peut utiliser pour éviter de transmettre le virus à son enfant si elle est informée à l'avance de son statut sérologique. Vous devrez référer les familles auprès d'un professionnel de la santé pour plus de conseils.

Message pour une maternité à moindre risque: Se faire accoucher dans un centre de santé ou par un personnel médical compétent (docteur ou sage-femme): Les femmes devraient accoucher dans un centre de santé équipé pour assurer la naissance des bébés ou se faire accoucher avec l'aide d'un agent accoucheur compétent si elles accouchent à la maison. Un agent compétent est un professionnel de la santé agréé, telle qu'une sage-femme, un médecin, un(e) infirmier(ère), ayant reçu une formation qui lui a permis d'acquérir les capacités pour assurer le suivi de grossesses normales (dépourvues de complications), de l'accouchement et de la période qui suit immédiatement l'accouchement. Il est également formé à identifier et à prendre en charge des complications et à référer des femmes et des nouveau-nés souffrant de complications. Un agent de santé formé à assurer la venue au monde des bébés peut aider à prendre en charge des complications telles que les hémorragies graves et un travail très lent pendant l'accouchement et d'autres urgences qui vraisemblablement ne peuvent être prises en charge par les familles elles seules. L'accès à des médicaments est capital ainsi qu'à des instruments bien stérilisés.

Un personnel médical compétent et formé pour assurer l'accouchement des bébés peut aider à prévenir et à prendre en charge des complications telles qu'un travail long ou une hémorragie grave pendant et après l'accouchement. Il a accès à des médicaments vitaux et à des instruments et équipements bien stérilisés. Le personnel compétent est formé à prendre en charge les urgences qui de toute évidence ne peuvent être prises en charge par les familles elles-mêmes.

Communiquer avec les fidèles de votre assemblée

Le début de sermon qui suit donne un exemple de la manière dont vous pouvez vous servir des messages pour une maternité à moindre risque dans vos sermons.

Textes sacrés utilisés dans le Sermon

Propos rapportés par Abu Saïd: Une femme se rendit auprès du Prophète d'Allah et dit, « O Apôtre d'Allah! (Seuls) les hommes bénéficient de vos enseignements, s'il vous plaît, consacrez-nous (une partie de) votre temps, un jour où nous pourrions venir à vous afin que vous nous enseigniez ce qu'Allah vous a enseigné ». L'Apôtre d'Allah dit, « Réunissez-vous de telle heure à telle heure par jour à tel et tel endroit. » Elles se rassemblèrent et l'Apôtre d'Allah vint auprès d'elles et leur enseigna ce qu'Allah lui avait enseigné. (Boukhari Volume 9, Livre 92, Numéro 413)

« Et si elles sont enceintes, assurez leur entretien jusqu'à l'accouchement... » (Coran 65:6-7)

« Nous avons recommandé à l'homme d'être bienveillant envers son père et sa mère. Sa mère le porte dans la douleur et le met au monde dans la douleur... » (Coran 46:15)

« Le plus parfait des croyants en ce qui concerne la foi est celui dont le comportement est le meilleur; et les meilleurs d'entre vous sont ceux qui se comportent le mieux avec leurs épouses. »
(Hadith; Ibn-Hanbal, 7396)

Suggestions pour le Sermon: Accueillir en toute sérénité le don d'Allah

Un enfant qui nous est né est un des dons les plus précieux d'Allah. Recevons-nous ce don facilement et sans peine ? Non, malheureusement, la grossesse et l'accouchement peuvent représenter les moments les plus dangereux dans la vie d'une femme. Chaque année, beaucoup de femmes meurent ou souffrent des suites de la grossesse ou de l'accouchement. Nous devons prendre des précautions pour nous assurer que ces dons spéciaux nous parviendront en toute sécurité.

Nous pouvons prendre des mesures pour rendre plus sûre la venue au monde de nos enfants. Allah nous a donné les ressources pour fabriquer des médicaments efficaces et a doté Ses enfants des capacités et de la volonté de devenir des médecins. Allah est notre médecin et notre protecteur suprême. Cependant, nous devons nous rappeler qu'Il se sert de gens et d'instruments pour accomplir Ses bonnes œuvres. Il nous a donné des usines pour fabriquer des médicaments. Il a donné à Ses enfants les capacités et le désir de devenir d'éminents et fins prestataires de soins de santé. Dans Sa sagesse, Il nous a permis de construire des infrastructures où ces précieux enfants peuvent venir au monde dans un cadre sain et sûr.

Allah attend de nous que nous accueillions favorablement la sagesse que sont l'instruction et la connaissance que possèdent les autres. Nous avons des exemples de passages contenus dans les écritures se rapportant à l'importance de l'éducation et de l'apprentissage aussi bien pour les hommes que pour les femmes. Boukhari Volume 9 nous dit, *« Une femme se rendit auprès du Prophète d'Allah et dit, « O Apôtre d'Allah! (Seuls) les hommes bénéficient de vos enseignements, s'il vous plaît, consacrez-nous (une partie de) votre temps, un jour où nous pourrions venir à vous afin que vous nous enseigniez ce qu'Allah vous a enseigné ». L'Apôtre d'Allah dit, « Réunissez-vous de telle heure à telle heure par jour à tel et tel endroit. » Elles se rassemblèrent et l'Apôtre d'Allah vint auprès d'elles et leur enseigna ce qu'Allah lui avait enseigné. »* (Boukhari Volume 9, Livre 92, Numéro 413)

Que faisons-nous de la capacité d'apprendre et de l'intelligence dont Allah a doté le genre humain? Une des toutes premières actions que nous pouvons entreprendre consiste à encourager la femme enceinte à se rendre dans un centre de santé le plus tôt possible afin de s'assurer qu'elle et son bébé se portent bien. Nous devons rechercher les conseils et les connaissances de personnes formées et expérimentées dans le domaine de la fourniture de soins aux femmes enceintes et de l'accouchement. Elles peuvent nous fournir des informations sur les signes (à rechercher) qui signifient que nous devons rechercher immédiatement des soins.

Au moment de la venue au monde d'un bébé, nous devons planifier l'accouchement de la femme enceinte dans un centre de santé ou à domicile en présence d'agents accoucheurs expérimentés. Nous devons valoriser les capacités et les connaissances de ces professionnels de la santé pendant cette période de grossesse et d'accouchement qui comporte beaucoup de risques.

Le Coran mentionne les soins et l'attention qui doivent être accordés aux femmes pendant la grossesse et l'accouchement. Nous lisons la parole d'Allah, « *Et si elles sont enceintes, assurez leur entretien jusqu'à l'accouchement...* » (Coran 65:6–7) La famille doit consacrer une partie de ses ressources pour assurer une grossesse à moindre risque pour la femme. Le Coran mentionne également les difficultés liées à l'accouchement. « *Nous avons recommandé à l'homme d'être bienveillant envers son père et sa mère. Sa mère le porte dans la douleur et le met au monde dans la douleur ...* » (Coran 46:15) L'accouchement est une chose difficile que l'on doit considérer avec beaucoup de sérieux et de précautions.

La bonne utilisation des ressources pendant la grossesse consiste à rechercher les connaissances et les services de professionnels de la santé formés. Les femmes devraient effectuer au moins quatre consultations médicales pendant leur grossesse de sorte à ce que l'agent de santé puisse détecter les problèmes qui doivent être pris en charge. Pendant ces visites, la femme recevra des médicaments pour se protéger et protéger son bébé, notamment contre le paludisme. Les femmes enceintes courent un risque beaucoup plus grand de contracter le paludisme grave ou de souffrir d'anémie consécutive au paludisme qui sont tous les deux des causes de décès maternel, d'avortement spontané et de décès du nouveau-né.

La responsabilité consistant à rechercher les soins de santé est partagée par la femme et son mari. Allah a ordonné aux maris de prendre soin de leurs femmes en toutes circonstances. Le Prophète nous dit, « *Le plus parfait des croyants en ce qui concerne la foi est celui dont le comportement est le meilleur; et les meilleurs d'entre vous sont ceux qui se comportent le mieux avec leurs épouses.* » (Hadith; Ibn-Hanbal, 7396) La grossesse et l'accouchement représentent des périodes particulièrement importantes en termes de responsabilité pour le mari, notamment en ce sens que sa manière de traiter sa femme est soumise à rude épreuve. Allah attend de grandes choses de Ses enfants et la mise au monde d'un enfant est un moment pendant lequel vous pouvez vivre à la hauteur de Ses attentes et faire ce qui est juste.

Au moment de créer la terre, Allah nous a bénis en nous donnant des gens qui ont la volonté et l'intelligence pour devenir des médecins. Il a permis l'existence d'un grand nombre d'usines qui peuvent être utilisées pour fabriquer des médicaments pour nous soigner. Ne rejetons pas ces dons; accueillons-les favorablement plutôt et utilisons-les pour protéger nos familles qui sont précieuses. Réjouissons-nous au sein de nos familles et soyons reconnaissants pour les enfants qu'Allah nous a donnés.

Sermon 2: Entretien le Don

Message: L'importance de la nutrition, des vitamines et du vaccin contre le tétanos pendant la grossesse pour promouvoir une croissance saine des bébés à naître

La grossesse et l'accouchement épuisent énormément l'organisme de la femme. Une femme malnutrie court des risques plus grands d'avoir des complications pendant la grossesse et

l'accouchement. Elle court plus de risques d'avoir un travail plus long, ce qui peut conduire à sa mort ou à celle de son bébé. *(Voir Annexe I portant sur les principales causes de Décès et de lésions chez les Mères et leurs bébés.)*

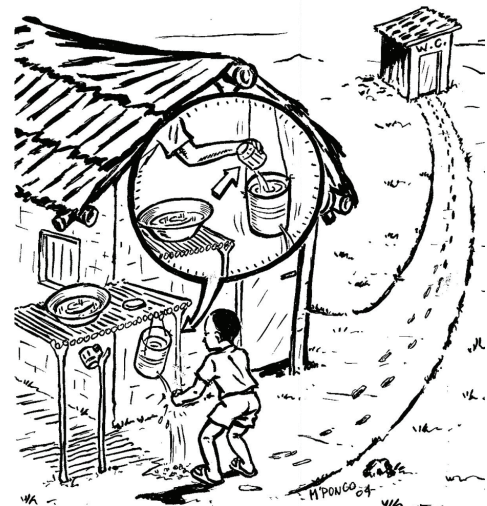
Un bébé né d'une mère n'ayant pas reçu assez de la vitamine appelée folate avant et pendant la grossesse court un risque accru de souffrir de malformations graves du cerveau et de la colonne vertébrale. Pour prévenir ces malformations, une femme doit prendre assez folate avant la conception et au cours des six premières semaines de grossesse. Le fer et le folate sont également importants pendant la grossesse pour réduire l'anémie. Les femmes qui ne reçoivent pas assez de vitamine A pendant la grossesse sont plus exposées aux fausses couches et même à la mort.

Pour contribuer à garantir une grossesse harmonieuse, une femme devrait s'alimenter correctement et prendre un supplément de fer et d'acide folique conformément à la prescription d'un agent de santé. Les femmes devraient également avoir une alimentation équilibrée composée de protéines, de fruits, de légumes et de produits laitiers. Les femmes devraient manger autant que leurs maris pendant cette période où leurs organismes ont des besoins nutritionnels plus élevés. Les futures mères devraient manger trois repas et prendre deux collations par jour. *(Voir Annexe II relatif à la Nutrition pendant la grossesse pour des mères et des bébés sains.)*

Les infections constituent chez les nouveau-nés la principale cause de décès et la cause la plus facile à prévenir et à traiter. Bien que le tétanos soit l'une des causes les plus faciles à prévenir, il continue de tuer des dizaines de milliers de bébés en Afrique chaque année. Dans les pays qui ont des taux de mortalité infantile plus élevés, environ la moitié de ces décès sont dus à des infections, y compris le tétanos. Heureusement, ces décès peuvent être facilement évités lorsque les femmes reçoivent les vaccins contre le tétanos pendant leur grossesse.

La propreté et la bonne hygiène sont également importantes pour se protéger des infections. Un bon lavage des mains avec du savon après l'utilisation des toilettes et avant de manger, de boire et de préparer les repas peut contribuer à réduire la propagation d'un grand nombre de maladies. Il faut également utiliser de l'eau potable comme eau de boisson afin d'éviter les infections et les diarrhées.

Une femme enceinte a également besoin de repos supplémentaire. Au début de la grossesse, la femme se sentira fatiguée au fur et à mesure que son organisme s'habitue à la grossesse. Au cours des derniers moments de la grossesse, le bébé qui est en pleine croissance puise davantage l'énergie de la mère et occasionne une grande pression sur son organisme. Vous pouvez échanger avec vos fidèles à propos de l'importance du repos et du fait qu'il soit peut être nécessaire que la mère réduise sa charge de travail pendant la grossesse, étant donné que son organisme abat un travail pénible qui consiste à faire grandir un bébé.



En résumé, voici quatre choses simples qu'une famille et une communauté peuvent faire pour soutenir une femme enceinte et l'aider à prendre soin et à protéger son futur bébé:

- Encourager la mère à manger régulièrement (au moins trois repas par jour) et à manger une variété de fruits, de légumes, de céréales et d'aliments riches en protéines comme la viande, le lait et les cacahuètes, comme cela a été expliqué à l'Annexe II.
- Contribuer à s'assurer que la femme enceinte a fait ses vaccins contre le tétanos auprès d'un prestataire de soins de santé.
- Encourager la femme enceinte à s'offrir des moments supplémentaires de repos dans la journée.
- Recommander que tous les membres de la famille lavent leurs mains régulièrement avec du savon.

Textes sacrés utilisés dans le Sermon

« De même qu'Il a créé pour vous les bestiaux qui vous procurent de chauds vêtements, ainsi que d'autres profits et certains avantages. » (Coran 16:5)

« Grâce à cette eau, Il fait encore pousser les céréales, les oliviers, les palmiers, les vignes et toutes sortes d'arbres fruitiers. » (Coran 16:11)

« C'est Lui qui a mis à votre service la mer dont vous tirez une chair fraîche. » (Coran 16:14)

« Vous pouvez tirer un autre enseignement de vos troupeaux, car de leurs entrailles, et à travers le chyme et le sang, Nous vous abreuons d'un lait si pur et si agréable. » (Coran 16:66)

« Mangez ces fruits lorsqu'ils sont mûrs. » (Coran 16:141)

« ...et de laquelle [la terre], nous tirons des grains dont ils se nourrissent. » (Coran 36:33)

« Et si elles sont enceintes, assurez leur entretien jusqu'à l'accouchement; et si elles allaitent l'enfant né de vous, une pension leur sera servie. » (Coran 65:6-7)

« Le père de l'enfant est tenu de pourvoir à la nourriture et à l'habillement de la mère d'une manière convenable. Mais à l'impossible nul n'est tenu... » (Coran 2:233)

Suggestions pour le Sermon: Entretien le don

En tant qu'êtres humains, nous faisons partie des créatures les plus extraordinaires d'Allah. Nous pouvons faire de grandes choses en nous servant de notre intelligence et de notre corps. Nous pouvons avoir des talents dans les domaines de la musique, de l'art ou des contes ou être de talentueux artisans ou de braves cultivateurs. Nous sommes tous différents, et certains d'entre nous ont des forces ou des faiblesses que d'autres n'ont peut être pas. Cependant, nous avons tous besoin de nous nourrir et de nous protéger.

Un des exploits les plus remarquables que nous pouvons accomplir consiste à mettre au monde un enfant. Cependant, ce don s'accompagne d'une responsabilité, celle qui consiste à veiller à ce que la mère et l'enfant qui se développe dans son sein s'alimentent correctement. Les femmes enceintes ou allaitantes ont besoin d'une alimentation saine et équilibrée et de plus de repos que d'habitude. Lorsqu'une femme est enceinte, son organisme a besoin d'aliments supplémentaires pour aider le bébé à grandir et pour permettre à la femme de rester forte. Le fait de manger une variété d'aliments nutritifs ne rendra ni le bébé trop gros ni l'accouchement difficile. Bien au contraire, cela aidera la mère à avoir beaucoup de forces au moment de l'accouchement.

Les femmes qui ne consomment pas des aliments assez riches en fer, tels que la viande ou le foie peuvent souffrir d'anémie. L'anémie est dangereuse pendant la grossesse et peut exposer une femme à un risque d'hémorragie après l'accouchement. Sans une bonne alimentation à même de leur permettre de rester fortes et en bonne santé, les femmes enceintes vivent des moments difficiles pendant l'accouchement et leurs bébés naissent souvent avec un poids très faible et sont malades.

Comme le dit le Coran, une alimentation saine est composée d'un mélange de différents types d'aliments qu'Allah a gracieusement mis à la disposition de Ses créatures pour satisfaire tous les besoins du corps. Dans les passages suivants du Coran, nous lisons ce qui est dit sur la création d'Allah:

« De même qu'Il a créé pour vous les bestiaux qui vous procurent de chauds vêtements, ainsi que d'autres profits et certains avantages. » (Coran 16:5)

« Grâce à cette eau, Il fait encore pousser les céréales, les oliviers, les palmiers, les vignes et toutes sortes d'arbres fruitiers. » (Coran 16:11)

« C'est Lui qui a mis à votre service la mer dont vous tirez une chair fraîche. » (Coran 16:14)

« Vous pouvez tirer un autre enseignement de vos troupeaux, car de leurs entrailles, et à travers le chyme et le sang, Nous vous abreuons d'un lait si pur et si agréable. » (Coran 16:66)

« Mangez ces fruits lorsqu'ils sont mûrs. » (Coran 16:141)

« ...et de laquelle [la terre], nous tirons des grains dont ils se nourrissent. » (Coran 36:33)

Comme vous le voyez, Allah a tout pourvu pour nous. C'est à vous, en tant que pères, de jouer un rôle actif en veillant à ce que la mère de votre enfant consomme les aliments dont elle a besoin pendant la grossesse afin de donner naissance à un bébé fort. Dans le Coran, Allah nous dit: *« Et si elles sont enceintes, assurez leur entretien jusqu'à l'accouchement; et si elles allaitent l'enfant né de vous, une pension leur sera servie. »* (Coran 65:6-7)

Si les dépenses supplémentaires pour acquérir de tels aliments exigent que nous travaillions plus durement ou que nous consacrons moins de ressources à d'autres dépenses, alors Allah exige que

nous le fassions. Nous devons travailler pour pouvoir investir des ressources afin de nous assurer que nous aurons un bébé en bonne santé. Nous pouvons travailler peut être ensemble en communauté pour veiller à ce que nos futures mères aient des repas équilibrés.

En plus d'une alimentation saine, les femmes ont besoin de plus de repos pendant la grossesse. La réduction de la charge de travail d'une femme enceinte l'aide à mieux se reposer et lui permet d'être en meilleure forme au moment de l'accouchement.

La bonne santé d'une femme est déterminante pour la vie du bébé qu'elle porte en son sein. Il est essentiel que les maris fassent consommer à leurs femmes une variété d'aliments sains et qu'ils leur permettent de se reposer pendant la grossesse. Si les hommes de la famille fument, ils devraient s'abstenir de fumer en la présence de la femme étant donné que la fumée a des effets sur le bébé lorsque la mère la respire.

Pour s'assurer que la future mère reçoit les vitamines importantes dont elle a besoin, elle peut prendre un supplément comme le recommandent le personnel médical formé. Les médecins savent que le folate du fer peut aider à prévenir les principales malformations du cerveau et de la colonne vertébrale du bébé. Une mère peut prendre un supplément pendant sa grossesse pour s'assurer qu'elle absorbe une quantité suffisante de cette vitamine importante.

La responsabilité nous incombe également de protéger nos bébés de maladies graves, telles que le tétanos causé par une infection. Heureusement, nous disposons d'un vaccin appelé anatoxine tétanique capable de protéger la mère et le bébé de cette maladie grave. Tous les adultes devraient être vaccinés. Si une femme enceinte n'a pas été vaccinée, elle devrait le faire afin d'éviter de contaminer son bébé à l'accouchement.

Cette capacité formidable que nous avons de pouvoir mettre au monde un enfant ne devrait pas être prise à la légère. Il est vrai, c'est un événement heureux et dont nous sommes fiers. Cependant, il y a des responsabilités importantes que nous ne devons pas ignorer. Le père doit jouer un important rôle en pourvoyant aux besoins de sa femme enceinte et de son enfant. Comme nous lisons dans le Coran, « *Le père de l'enfant est tenu de pourvoir à la nourriture et à l'habillement de la mère d'une manière convenable. Mais à l'impossible nul n'est tenu...* » (Coran 2:233)

Une alimentation équilibrée, l'absorption de vitamines et le respect des vaccins recommandés par les agents des soins de santé contribueront à protéger la mère et le bébé qu'elle porte.

Réjouissons-nous de nos enfants et glorifions Allah et battons-nous dans le même temps pour protéger ces dons précieux qui nous ont été confiés. Respectons nos corps et nos enfants, et donnons à nos bébés la plus grande chance d'être en bonne santé.

Sermon 3: Protéger le don

Message: Dormir sous une moustiquaire imprégnée à l'insecticide pour éviter le paludisme pendant la grossesse

Prenez au moins deux doses de médicament anti palustre comme le recommande le médecin/la sage-femme or l'agent de santé

Le paludisme est la première cause de décès en Afrique. Il est particulièrement dangereux pour une femme enceinte, l'enfant qui se développe dans son sein et pour les enfants de moins de cinq ans. Les futures mères sont particulièrement vulnérables à cette maladie compte tenu du fait que la grossesse réduit les défenses d'une femme face à cette maladie. Une infection palustre contractée par la mère peut entraîner un retard de croissance du bébé. Le paludisme est également responsable d'un grand nombre d'accouchements prématurés et de faible poids à la naissance chez les enfants nés en Afrique.

Les bébés nés prématurément (avant 37 semaines de gestation), et les bébés dont le poids à la naissance est en dessous de la normale représentent 24% des décès de nouveau-nés en Afrique. Les bébés prématurés sont vulnérables aux difficultés de respiration, aux saignements, à la jaunisse, entre autres complications. Ils courent un risque de mourir de 13 fois plus élevé que les bébés nés à terme et ayant un poids normal.

Les futures mères sont particulièrement vulnérables au paludisme compte tenu du fait que la grossesse réduit les défenses d'une femme face à la maladie. Heureusement, nous pouvons réduire significativement les cas de paludisme en encourageant les femmes à dormir sous une moustiquaire imprégnée d'insecticide. Par ailleurs, nous disposons de médicaments connus sous le nom de sulfadoxine-pyriméthamine (SP), capable de protéger une femme contre le paludisme. Ces deux stratégies—l'utilisation de moustiquaires imprégnées d'insecticide et l'absorption du médicament de prévention du paludisme—peuvent aider à protéger une femme enceinte contre cette maladie dangereuse.

Le partage de ces stratégies avec les fidèles de votre assemblée contribuera à les doter des armes dont ils ont besoin pour protéger les nouvelles mamans et les bébés qu'ils ont dans leurs familles.

Textes sacrés utilisés dans le Sermon

« Allah n'impose jamais à l'homme une charge qui excède ses moyens, mais fais plutôt succéder l'aisance à la gêne. » (Coran 65: 7)

« Les musulmans et les musulmanes, les croyants et les croyantes, les hommes pieux et les femmes pieuses, les hommes sincères et les femmes sincères, les hommes patients et les femmes patientes, ceux et celles qui craignent Dieu, ceux et celles qui pratiquent la charité, ceux et celles qui observent le jeûne, ceux et celles qui sont chastes, ceux et celles qui invoquent souvent le Nom du Seigneur, à tous et à toutes Dieu a réservé Son pardon et une magnifique récompense. » (Coran 33:35)

Suggestions pour le Sermon: Protéger le don

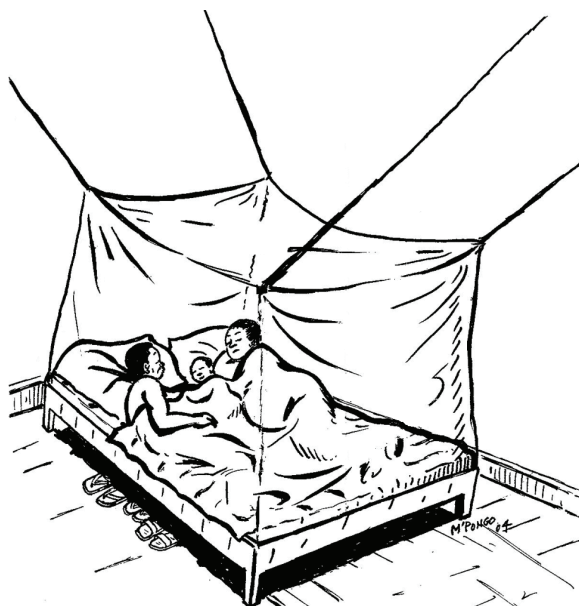
Quelle est la volonté d'Allah pour nous? Laisse-t-Il Ses enfants sans protection? Nous pouvons traverser des moments difficiles et être confrontés à la maladie. Nous pouvons avoir des ennemis qui désirent nous faire du mal. Nous pouvons faire face à beaucoup de tentations dans notre vie capables de nous conduire à l'immoralité.

Mais Allah est avec nous et nous donne du soulagement. Comme nous dit le Coran, « *Allah n'impose jamais à l'homme une charge qui excède ses moyens, mais fais plutôt succéder l'aisance à la gêne.* » (Coran 65:7)

Protection contre la maladie

Tout comme Allah soulage Ses enfants, nous devons protéger nos enfants des souffrances graves et des maladies dangereuses au fur et à mesure qu'ils se développent dans le sein de leurs mères.

Heureusement, nous disposons de méthodes pour défendre les futures mères et leurs bébés contre les maladies. Nous devons faire preuve d'une grande vigilance à l'égard du paludisme qui est une maladie très grave. Le paludisme se transmet par les moustiques, notamment lorsqu'ils nous piquent. Les futures mères sont particulièrement vulnérables à cette maladie compte tenu du fait que la grossesse réduit les défenses d'une femme face à cette maladie, qui est très dangereuse pour le bébé en pleine croissance. Une mère souffrant du paludisme peut faire une fausse couche ou accoucher d'un mort-né, ou encore donner naissance à un bébé prématuré ou de faible poids.



Allah le miséricordieux nous a doté des moyens d'offrir une protection contre ces menaces. Nous avons les moyens pour dresser un bouclier contre cette maladie qu'est le paludisme, qui sont essentiellement les médicaments et les moustiquaires imprégnées.

Médicament: Sulphadoxine-Pyriméthamine

Allah nous a donné la capacité de fabriquer des médicaments efficaces afin de lutter contre le paludisme. Les médecins, les sages-femmes et les agents de santé disposent d'un médicament appelé sulphadoxine-pyriméthamine, ou SP, pour aider à prévenir le paludisme pendant la grossesse d'une femme. La prise de ce médicament fourni par un professionnel de la santé formé protégera nos bébés contre des maladies telles que le paludisme.

Moustiquaires imprégnées d'insecticides

L'utilisation d'une moustiquaire imprégnée d'insecticide constitue une protection importante contre le paludisme. Le fait de dormir sous une moustiquaire imprégnée d'une substance à effet répulsif sur

les moustiques aidera la mère et le bébé à éviter les piqûres de cet insecte qui est l'agent vecteur de la maladie. Si nous réduisons significativement notre exposition aux piqûres des moustiques, nous réduisons alors grandement le risque que nous courons de contracter le paludisme. Efforçons-nous de nous protéger et de protéger nos enfants en pleine croissance contre cette maladie dangereuse.

Protéger nos bénédictions

Le Coran nous rappelle d'être fervents et vigilants. Allah dit: « *Les musulmans et les musulmanes, les croyants et les croyantes, les hommes pieux et les femmes pieuses, les hommes sincères et les femmes sincères, les hommes patients et les femmes patientes, ceux et celles qui craignent Dieu, ceux et celles qui pratiquent la charité, ceux et celles qui observent le jeûne, ceux et celles qui sont chastes, ceux et celles qui invoquent souvent le Nom du Seigneur, à tous et à toutes Dieu a réservé Son pardon et une magnifique récompense.* » (Coran 33:35)

Nous ne devons pas faire preuve de complaisance et considérer nos bénédictions, comme par exemple notre foyer et notre famille, comme gagnées d'avance. Si nous nous comportons de la sorte, nous pouvons devenir vulnérables aux tentations ou baisser notre garde. De même qu'Allah nous a éclairés sur la manière de pardonner et d'avoir une grande récompense, Il nous a outillés de protections physiques pour nous préserver des maladies. Gardons à l'esprit la joie que nous procurent la famille et les enfants, et restons vigilants et soucieux de protéger ces bénédictions.

L'absorption de médicaments recommandés par les agents de santé pour prévenir le paludisme et le fait de dormir sous des moustiquaires imprégnées d'insecticides pour éviter les piqûres de moustiques nous préserveront de maladies dangereuses. Allah nous a offert une protection pour nous aider à demeurer sains de corps et d'esprit. Il est de notre devoir de Le servir fidèlement.

Sermon 4: Se préparer pour recevoir le don

Message: Préparation à l'accouchement: Dispositions pour l'accouchement et le transport d'urgence

Beaucoup de choses peuvent se passer mal au moment de la naissance d'un bébé, transformant ce qui devrait être un évènement joyeux en évènement tragique. Chaque femme et chaque enfant court le risque de développer une complication, et la plupart de ces complications ne peuvent être prévues à l'avance. Même des femmes courageuses qui ont donné facilement naissance à d'autres enfants courent un risque. Se préparer à faire face à l'accouchement et à ses éventuelles complications peut contribuer à éviter une tragédie et à sauver la vie de la mère et du bébé. (*Voir Annexe I portant sur les principales causes de décès et de lésions chez les mères et leurs bébés.*)

Vous devrez encourager la mère et sa famille à œuvrer avec un prestataire de soins de santé formé pour élaborer un plan d'accouchement comportant toutes les dispositions pour un accouchement normal et un plan sur la stratégie d'identification et de prise en charge des complications. (*L'Annexe*

III comporte une liste de vérification que les familles peuvent utiliser pour s'assurer qu'elles sont bien préparées pour faire face à l'accouchement et aux éventuelles complications.)

Plan pour un accouchement normal

Le plan devrait préciser le lieu où la femme prévoit d'accoucher, le personnel médical compétent et formé qui assistera la femme au moment de l'accouchement et le moyen de transport qu'elle empruntera pour se rendre au centre de santé au moment venu. Des membres de la famille et de la communauté devraient aider la femme à obtenir les fonds disponibles au moment voulu pour régler les soins pendant un accouchement normal. La famille peut par exemple, épargner une petite somme d'argent de manière hebdomadaire.

La famille veillera également à prendre des dispositions pour que quelqu'un reste aux côtés de la femme pendant le travail et l'accouchement et pour que quelqu'un s'occupe de la maison et des enfants pendant l'absence de la femme.

Se préparer à faire face aux complications

La famille devrait assister la femme dans le choix d'un moyen de transport d'urgence pour se rendre dans un centre de santé approprié en cas d'apparition de signes de danger. Ils devraient également discuter de la disponibilité de fonds d'urgence par le biais de la communauté et/ou du centre de santé en cas de survenue de signes de danger et de la nécessité de lui offrir des soins d'urgence. Il y a lieu de procéder à l'identification d'un donneur de sang compatible qui serait disponible en cas d'urgence.

Bien qu'il soit possible que de nombreux problèmes potentiels surgissent pendant la grossesse et l'accouchement, les complications peuvent être mieux prises en charge grâce à une préparation. Votre rôle en tant que responsable religieux consiste à encourager la famille à se préparer physiquement et mentalement à la naissance de l'enfant.

Textes sacrés utilisés dans le Sermon

« L'homme aisé versera une pension en rapport avec sa fortune, et l'homme aux ressources modestes paiera dans la limite de ce que Dieu lui a accordé. Dieu n'impose jamais à l'homme une charge qui excède ses moyens, mais fait plutôt succéder l'aisance à la gêne. » (Coran 65:7)

« Le plus parfait des croyants en ce qui concerne la foi est celui dont le comportement est le meilleur; et les meilleurs d'entre vous sont ceux qui se comportent le mieux avec leurs épouses. » (Hadith; Ibn-Hanbal, 7396)

« ...Et c'en est un autre que d'avoir créé de vous et pour vous des épouses afin que vous trouviez auprès d'elles votre quiétude, et d'avoir suscité entre elles et vous affection et tendresse. » (Coran 30:21)

Suggestions pour le Sermon: Se préparer pour recevoir le don

Ceux d'entre vous qui attendent un bébé vont faire face à un événement extraordinaire que vous devez planifier. La naissance d'un enfant requiert une grande planification et préparation. Une des choses les plus importantes que vous pouvez faire pour commencer à planifier et à vous préparer à la venue de l'enfant consiste à faire examiner la femme par un professionnel de santé. Une femme devrait consulter un professionnel de santé au moins quatre fois pendant sa grossesse.

Pendant les consultations médicales prénatales, le prestataire de soins de santé devrait aider la femme et sa famille à élaborer un plan pour un accouchement à moindre risque. Si jamais cela est possible, il est conseillé que la mère accouche dans un centre de santé avec l'assistance d'un agent accoucheur compétent, Comme une sage-femme formée, un médecin ou un(e) infirmier (ère). Si elle doit accoucher à la maison, elle devrait toujours être assistée par un agent accoucheur. Les familles devraient économiser de l'argent pour assurer le transport au cas où il faudrait que la femme se rende à l'hôpital pour raison de complications pendant l'accouchement. En Islam, c'est une obligation pour les maris d'épargner de l'argent pour entretenir la grossesse et préparer l'accouchement de leurs femmes.

Le Coran nous dit, « *L'homme aisé versera une pension en rapport avec sa fortune, et l'homme aux ressources modestes paiera dans la limite de ce que Dieu lui a accordé. Dieu n'impose jamais à l'homme une charge qui excède ses moyens, mais fait plutôt succéder l'aisance à la gêne.* » (Coran 65:7) Allah s'attend à ce qu'un homme utilise ses ressources pour protéger la vie de sa femme et de son enfant.

L'accouchement peut représenter un danger pour la femme, en particulier si elle et sa famille ne s'y ont pas préparés. Les femmes peuvent souffrir d'hémorragie grave, d'infection et de complications de suites d'une tension artérielle élevée ou d'une obstruction pendant le travail. Un agent de santé formé peut rechercher des signes susceptibles d'entraîner des problèmes pendant le travail.

Les membres de la famille et d'autres personnes du ménage devraient connaître les signes du travail et être prêts à réagir lorsque la future mère commence le travail. Ils devraient élaborer un plan d'accouchement comportant des dispositions pour un transport d'urgence vers un hôpital en cas de nécessité. S'il est prévu l'utilisation d'une voiture particulière, où ladite voiture sera t-elle stationnée et comment pourra t-on y accéder à tout moment? L'implication active du père dans la planification de l'accouchement et dans l'élaboration d'un plan en vue de faire face aux urgences est une démonstration de son engagement vis-à-vis de sa famille conformément à la parole d'Allah.

Le Prophète dit: « *Le plus parfait des croyants en ce qui concerne la foi est celui dont le comportement est le meilleur; et les meilleurs d'entre vous sont ceux qui se comportent le mieux avec leurs épouses.* » (Hadith; Ibn-Hanbal, 7396)

Un mari et sa femme forment le noyau de la famille. Leur relation est décrite dans le Coran comme s'accompagnant de deux qualités majeures: l'amour (la passion, l'amitié et la compagne) et la clémence (la compréhension, la réconciliation, la tolérance et le pardon) au sein de l'objectif global

qu'est la tranquillité. Le Coran explique ce que cela signifie, « ...*Et c'en est un autre que d'avoir créé de vous et pour vous des épouses afin que vous trouviez auprès d'elles votre quiétude, et d'avoir suscité entre elles et vous affection et tendresse.* » (Coran 30:21) Le mari doit faire preuve de clémence envers sa femme et pourvoir à ses besoins.

Pour avoir la tranquillité, nous cherchons à minimiser les imprévus chaque fois que nous pouvons. Ceci a une importance particulière à une période comme celle de l'accouchement où beaucoup de choses peuvent se passer mal. Pour réduire les imprévus, nous devons savoir à quoi nous attendre et nous y préparer en conséquence. La préparation n'est pas synonyme d'incrédulité vis-à-vis d'Allah. Lorsque nous sommes confrontés à un défi majeur dans la vie, nous devons faire ce que nous pouvons pour nous préparer à l'affronter. Oui, il est vrai qu'Allah sera avec nous et que nous devons compter sur la puissance de la prière, mais nous devons aussi poser un acte en guise de préparation.

Il y a des mesures que nous pouvons prendre pour nous préparer à la naissance d'un enfant, telles que l'élaboration d'un plan d'accouchement et la prise de dispositions concernant le transport d'urgence. Nous prions pour qu'il n'y ait pas d'urgences, mais nous sommes avertis que les choses peuvent mal se passer pendant l'accouchement et c'est faire preuve de sagesse que de nous apprêter à y faire face. Le don d'un enfant est une bénédiction merveilleuse. Soyons reconnaissants à Allah pour l'opportunité qu'Il nous donne d'apporter une nouvelle vie en ce monde et faisons face à nos responsabilités et préparons nous pour recevoir ce don.

Sermon 5: Faire preuve de sagesse et de vigilance

Message: Signes de danger au cours de la grossesse: saignements, boursouflures, hypertension artérielle, anémie

Des complications peuvent se produire à tout moment pendant la grossesse. Bien qu'il soit possible que de telles complications surviennent très rapidement, la famille remarquera souvent la présence de quelques signes de danger avant-coureurs de ces problèmes.

Une des complications les plus dangereuses pendant la grossesse est l'éclampsie (ou convulsions), qui est un trouble d'hypertension artérielle. L'éclampsie constitue la cause d'environ 12% des décès maternels. Les femmes souffrant d'hypertension artérielle peuvent avoir des maux de tête, ressentir de la fatigue ou avoir beaucoup de boursouflures sur le visage, les chevilles et les mains. Une femme enceinte ayant ces symptômes doit être conduite dans un centre de santé pour y recevoir des traitements.

Un autre problème potentiel pendant la grossesse est l'anémie, qui consiste en un faible taux des cellules rouges du sang. La fatigue extrême est un signe d'anémie. Les femmes anémiées peuvent être incapables de supporter même la perte normale de sang consécutive à l'accouchement.

Une famille devrait se rendre dans le centre de santé le plus proche si la femme enceinte souffre d'un des signes de danger suivants:

Saignement vaginal

Difficulté de respiration

Fièvre

Douleur abdominale sévère

Vomissements graves et continus, ou tout vomissement accompagné de douleur ou de fièvre

Maux de tête sévères ou tout maux de tête s'accompagnant de troubles de la vision, de paroles inarticulées ou d'engourdissement

Boursoufflures des mains et du visage

Convulsions/perte de conscience

Ecoulement d'un liquide verdâtre/jaunâtre du vagin

Ecoulement d'un liquide malodorant du vagin

Réduction ou absence des mouvements du bébé

Fatigue inhabituelle

Douleur pendant la miction

La connaissance de ces signes de danger et une réaction rapide peuvent permettre de sauver la vie d'une mère et de son bébé. En sensibilisant vos fidèles, vous leur donnerez les connaissances dont ils ont besoin pour contribuer à sauver une vie.

Textes sacrés utilisés dans le Sermon

« Je vais créer un être humain à partir de l'argile. Une fois que je lui aurai donné sa forme définitive et l'aurai animé de Mon souffle, vous vous prosternerez devant lui. » (Coran 38: 71–72)

« De toute chose Nous avons créé un couple (mal et femelle), peut-être serez-vous amenés à y réfléchir. » (Coran 51:49)

Suggestions pour le Sermon: Faire preuve de sagesse et de vigilance

Il y a souvent des signes avant-coureurs de danger. Certains signes peuvent être forts et éloquents comme un tonnerre lorsqu'une grande tempête se prépare. Certains peuvent être silencieux comme les sons doux qu'émet un lion qui s'apprête à attraper sa proie. Si nous apprenons à lire les signes d'avertissement et restons vigilants et sur le qui-vive, nous serons plus à même de reconnaître les signes d'un danger imminent.

Une future mère présente souvent des symptômes ou des signes de danger montrant que quelque chose ne va pas et peuvent représenter une menace pour sa santé et son bébé. Elle doit savoir interpréter ces signes et demander de l'aide lorsqu'elle se rend compte de leur présence pendant la grossesse. La future mère devrait être vigilante et toujours protéger sa santé. Nous devons nous rappeler que sa vie est sacrée, et que l'enfant qu'elle va mettre au monde est une bénédiction d'Allah.

Le père et les autres membres de la famille doivent également apprendre à lire ses signes de danger et savoir quoi faire lorsqu'ils surviennent.

Les membres de la famille qui attendent un bébé ne peuvent traquer les signes avant-coureurs s'ils ne connaissent pas ces signes. Nous devons chercher à connaître les symptômes des problèmes de la grossesse et accepter les sages conseils de ceux qui ont été formés aux questions de santé. Allah attend de nous que nous recherchions la connaissance. Dans le Coran, nous apprenons que l'être humain a deux facettes – physique et spirituelle. Vous devez combiner ces deux facettes pour former un tout. Dans le Coran, le chapitre 38, les versets 71 et 72, Allah dit que l'homme a un corps physique et un corps métaphysique et Il dit aux anges que, « *Je vais créer un être humain à partir de l'argile. Une fois que je lui aurai donné sa forme définitive et l'aurai animé de Mon souffle, vous vous prosternerez devant lui.* » (Coran 38:71–72) Ceci montre que l'homme est un être physique et spirituel. Par conséquent, vous ne pouvez pas développer le corps et écarter l'esprit.

Lorsqu'Allah parle de l'être humain dans le Coran, Il ne parle pas uniquement des hommes mais également des femmes. Par conséquent, les femmes devraient également rechercher la connaissance, car tout comme l'homme, la femme possède les mêmes composantes. Ainsi, dans la conception islamique de l'éducation, nous ne pouvons pas développer le corps de la femme et laisser son esprit. Le saint Coran parle avec insistance plusieurs fois, et dans un grand nombre de passages des grands exploits de certaines femmes, y compris de leur engagement vis-à-vis de l'Islam et du service qu'elles ont rendu à l'humanité.

Un homme et sa femme forment une équipe qui doit travailler ensemble pour assurer la sécurité de leur famille. Même avec la tyrannie du Pharaon, sa femme, du fait qu'elle était bien instruite, était capable de résister à l'humiliation et de s'affranchir des tourments de l'enfer. Ceci vient montrer la place que la femme occupe dans notre religion. Sans elle, il y a un vide. C'est également la raison pour laquelle dans la théorie du genre du Coran 51:49, Allah a fait Ses créatures en leur donnant un sexe opposé, mâle et femelle. Il dit: « *De toute chose Nous avons créé un couple.* » Voici quelques exemples: Haut et bas, Faim et Satiété, Long et Court, Ignorance et Connaissance, et Négatif et Positif. Ceci démontre l'importance de l'autre sexe; c'est la raison pour laquelle un homme et sa femme doivent travailler en équipe pour comprendre leur propre santé et apprendre à lire les signes de danger pendant la grossesse.

Allah nous a donné la capacité d'apprendre et d'étudier la terre et nous-mêmes. Il a gratifié beaucoup d'entre nous du talent et de la force de devenir des médecins, des sages-femmes, des agents de santé et des chercheurs afin de nous aider à vivre en bonne santé et à être productifs. Ces accoucheurs et agents de santé compétents possèdent les connaissances de nous enseigner sur la manière de prendre soin de notre organisme et de reconnaître les symptômes avant-coureurs d'un éventuel problème lorsque nous attendons un bébé. Une future mère et un futur père faisant preuve de sagesse apprendront à lire ces signes et se prépareront à les affronter.

Au nombre des signes courants de danger pendant la grossesse figurent les saignements, les boursoufflures, les douleurs et la fatigue intenses. Tout saignement est un signal d'avertissement selon

lequel il pourrait y avoir un problème et devrait donc être pris au sérieux. Les maux de tête et les convulsions peuvent être dus à une tension artérielle élevée pendant la grossesse, une situation grave qui peut mettre en danger la vie de la mère. Les femmes souffrant d'une hypertension artérielle peuvent avoir des maux de tête, souffrir de fatigue ou de boursoufflures graves du visage, des chevilles et des mains. La fatigue est également causée par l'anémie qui consiste en un faible taux des cellules rouges dans le sang. Une future mère devrait consulter un agent de santé si elle détecte un de ces signes de danger.

Une fois que nous détectons ces signes, nous devons rester vigilants. Allah attend de nous que nous fassions usage de l'intelligence et de l'esprit qu'Il nous a donnés pour reconnaître ces signes et être sur le qui-vive à tout moment. Pour protéger la santé des mères et des bébés dans nos familles, nous devons savoir lire ces signes de danger et reconnaître ces signaux d'avertissement. Mais pour ce faire, nous devons apprendre à connaître ces signes de danger auxquels nous sommes exposés. C'est uniquement lorsque nous sommes informés et conscients de ces menaces sur notre santé, que nous sommes préparés à monter la garde en vue de protéger notre propre santé et celle de notre bébé en pleine croissance.

Avant toute chose, il vous faut accepter que nous sommes tous précieux aux yeux d'Allah et que nous devons accorder de l'importance à notre propre santé et à la santé de nos familles. Deuxièmement, nous devons apprendre à lire les signaux d'avertissement que sont les saignements, les boursoufflures et la fatigue chez les futures mères. Enfin, nous devons réagir face à ces signaux d'avertissement et demander l'aide d'un agent de santé. Allah nous a gratifiés d'une intelligence et d'un esprit pour apprendre beaucoup de choses. Nous devons faire usage de notre esprit pour apprendre à lire les signes de danger menaçant les mères et les bébés dans nos familles.

Sermon 6: Accepter le don avec délicatesse

Message: Visite postnatale en l'espace de 24 heures, aux troisième et septième jours après l'accouchement

La période suivant immédiatement l'accouchement peut comporter beaucoup de risques pour une nouvelle maman et son bébé. Quatre millions de nouveau-nés meurent chaque année au cours de leurs quatre premières semaines de vie. Ils sont vulnérables aux infections et à d'autres maladies et ne reçoivent peut-être pas les nutriments dont ils ont besoin. Plus des deux tiers des décès de nouveau-nés se produisent avant la fin de la première semaine après l'accouchement, et la moitié de tous les décès de nouveau-nés se produisent au cours des premières 24 heures de vie. Environ deux tiers de tous les décès maternels se produisent pendant la période postnatale. A la lumière de ces dangers, il est recommandé d'effectuer des consultations médicales postnatales en l'espace de 24 heures, aux troisième et septième jours après l'accouchement.

Le nouveau-né aura besoin de beaucoup de soins, et devrait être tenu au chaud et propre. Si jamais cela est possible, la mère devrait donner uniquement le lait maternel à son bébé et éviter de lui

donner de l'eau, de la bouillie ou quelque sorte de potion que ce soit. La mère aura peut être besoin d'aide pour savoir comment nourrir correctement le bébé au sein.

Une femme est également vulnérable pendant la période qui suit immédiatement l'accouchement et devrait surveiller les signes de danger. Elle court le risque d'avoir une hémorragie grave et de contracter une infection au fur et à mesure que son organisme se remet. La mère et le bébé devraient être vus par un agent de santé en l'espace de trois et sept jours après l'accouchement afin de s'assurer qu'elle et son bébé sont en bonne santé.

Il est également important pour la femme et sa famille d'être sensibilisés à la reconnaissance des signes de danger, comme la douleur, la fièvre et l'hémorragie, qui nécessiteront une plus grande attention médicale. (*Voir Annexe IV portant sur les soins à donner à la nouvelle maman et au bébé après l'accouchement.*)

Les connaissances que vous partagez avec vos fidèles peuvent contribuer à les maintenir eux et leurs bébés en bonne santé, ce qui permet d'éviter les tragédies.

Textes sacrés utilisés dans le Sermon

« Et nous avons recommandé à l'homme d'être bienveillant envers son père et sa mère. Sa mère le porte dans la douleur et le met au monde dans la douleur. Et pendant trente (30) mois, elle endure les fatigues de sa gestation et de son allaitement. » (Coran 46:15)

« Le père de l'enfant est tenu de pourvoir à la nourriture et à l'habillement de la mère d'une manière convenable. » (Coran 2:233)

« Nous avons recommandé à l'homme d'être bienveillant à l'égard de ses parents, car sa mère a enduré de multiples souffrances en le portant dans son sein, en le mettant au monde et en l'allaitant deux années durant jusqu'au sevrage. » (Coran 31:14)

« Le meilleur d'entre vous aux yeux d'Allah est celui qui est le plus bienveillant et qui prend le plus soin de sa famille. » (Hadith; Tirmiji 3830)

Suggestions pour le Sermon: Accepter le don avec délicatesse

La naissance d'un bébé est un événement bouleversant dans nos vies. C'est l'une des bénédictions les plus grandes et un des dons les plus précieux d'Allah. Après avoir reçu ce don, nous devons assumer un certain nombre de responsabilités importantes. Il ne suffit pas juste d'accepter le don et de formuler des remerciements; nous devons prendre soin du bébé et de la mère pendant cette période de vulnérabilité. La manière dont nous entretenons ce don est d'une importance capitale. Lorsque nous avons la bénédiction d'avoir un nouveau bébé, nous devons rester constamment attentifs à la santé de la mère et de l'enfant. Nous ne devons pas nous en désintéresser et reprendre notre vie quotidienne comme si de rien n'était.

Le Coran nous parle de la difficulté de l'accouchement. Au chapitre 46:15, nous lisons, « *Et nous avons recommandé à l'homme d'être bienveillant envers son père et sa mère. Sa mère le porte dans la douleur et le met au monde dans la douleur. Et pendant trente (30) mois, elle endure les fatigues de sa gestation et de son allaitement.* » Il est capital de prendre soin de la santé de la mère et du nouveau-né pendant la période qui suit immédiatement l'accouchement. La famille devrait consulter un agent de santé afin de s'assurer que la mère et le bébé se portent bien. Un tel devoir nous incombe lorsque ce don spécial qu'est la venue d'un nouveau bébé, nous est offert.



Grâce à la miséricorde d'Allah, nous avons la capacité d'offrir des soins particuliers à une mère et à son bébé pendant les jours critiques qui suivent immédiatement l'accouchement. Aujourd'hui nous sommes capables d'offrir à nos enfants beaucoup plus de soins néonataux que nous ne pouvions par le passé, du fait de l'abnégation au travail d'un grand nombre de chercheurs, médecins et sages-femmes talentueux. Nous devons rechercher des soins de santé pendant la période critique comprise entre le troisième et le septième jour suivant l'accouchement.

La nouvelle mère a besoin de soins particuliers après l'accouchement. Son organisme a subi un événement exceptionnel et extrêmement épuisant. Elle est vulnérable aux maladies et aux complications consécutives aux hémorragies ou à d'autres dangers survenant après la naissance d'un bébé. La mère devrait se reposer compte tenu des fortes chances qu'elle court d'avoir des saignements et donner du temps à son organisme de récupérer.

Le bébé a de grands besoins nutritionnels et doit, si jamais cela est possible, être nourri uniquement au sein. Il se peut que la nouvelle mère ait besoin d'aide pour nourrir son bébé au sein. Des recherches scientifiques modernes ont mis en évidence l'importance de l'allaitement au sein pour la bonne santé d'un enfant. Depuis plus de 1400 ans, l'Islam connaît et met l'accent sur ce fait. Le Coran nous dit que c'est la responsabilité du père de s'assurer que sa femme mange ce qu'il lui faut pendant la période vulnérable suivant l'accouchement.

Le verset extrait de l'Al-Baqharah nous dit, « *Le père de l'enfant est tenu de pourvoir à la nourriture et à l'habillement de la mère d'une manière convenable.* » (Coran 2:233)

Le verset extrait de Luqman nous dit, « *Nous avons recommandé à l'homme d'être bienveillant à l'égard de ses parents, car sa mère a enduré de multiples souffrances en le portant dans son sein, en le mettant au monde et en l'allaitant deux années durant jusqu'au sevrage.* » (Coran 31:14)

Nos enfants sont capables de nous offrir beaucoup de joie. Nous devons leur offrir la meilleure chance que nous puissions de grandir et de réaliser leur potentiel. Chaque enfant est capable de devenir vertueux et sage, mais nous devons leur offrir une entrée saine dans la vie.



Les parents peuvent offrir à leurs enfants une plus grande chance de grandir et de servir Allah comme Il l'a prévue s'ils reçoivent des soins de santé appropriés au cours des tous premiers jours après l'accouchement. Et nous devons nous rappeler de la mère, celle qui a porté dans son sein cet enfant qui est spécial. Elle a également besoin d'attention et de soins de santé appropriés. Les hommes, vous devrez veiller à ce que vos femmes consultent un agent de santé au cours des tous premiers jours suivant l'accouchement. Le corps de votre femme est aussi sacré que le vôtre.

Le Prophète a dit, « *Le meilleur d'entre vous aux yeux d'Allah est celui qui est le plus bienveillant et qui prend le plus soin de sa famille.* » (Hadith; Tirmiji 3830)

Vous pouvez démontrer cet amour et cet engagement envers votre femme en veillant à ce qu'elle ait ce qu'il lui faut pour recouvrer la forme et la santé.

Ne rangez pas de telles informations loin de vous en vous disant que ce sont des informations qui sonnent bien, agissez plutôt conformément à elles au moment où il faut et offrez la plus grande chance à vos nouveau-nés et à leurs mères d'avoir une vie saine et épanouissante.

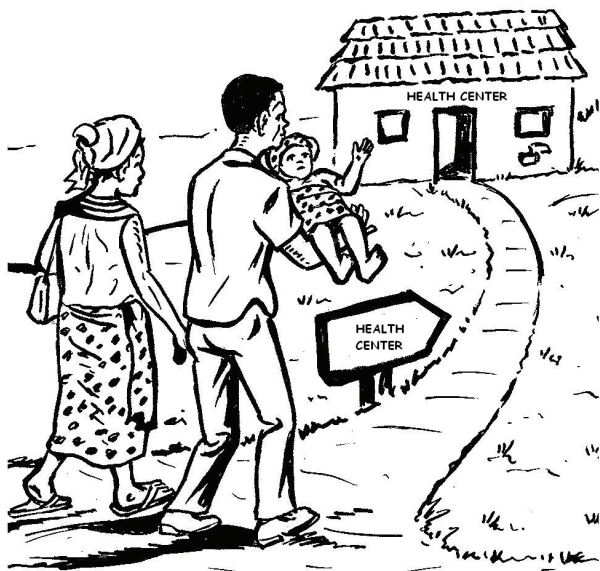
Sermon 7: L'attente vaut la peine

Message: Planification familiale postpartum pour protéger la vie de la mère et du bébé: Attendez au moins deux ans après l'accouchement pour tomber de nouveau enceinte

Les sollicitations auxquelles l'organisme d'une femme fait face pendant la grossesse, l'accouchement et l'allaitement au sein sont énormes. Elle a besoin d'un temps de repos suffisant et de bien se nourrir pendant ces moments difficiles. Les soins qu'elle doit apporter à ses autres enfants occasionnent aussi une grande fatigue physique pour la mère. L'espacement correct des naissances des enfants peut contribuer à donner à la femme le temps de recouvrer la forme et ses forces, et lui permettra de bien

prendre soin d'un enfant avant de faire face aux sollicitations d'une autre grossesse. Les professionnels de la santé recommandent d'espacer au moins les grossesses de deux ans.

Pour espacer les grossesses correctement, une femme et son mari doivent utiliser correctement les techniques de planification familiale. En tant que responsable religieux, vous pouvez encourager vos fidèles à demander des conseils sur la planification familiale auprès d'un professionnel de la santé.



Textes sacrés utilisés dans le Sermon

« Nous avons recommandé à l'homme d'être bienveillant à l'égard de ses parents, car sa mère a enduré de multiples souffrances en le portant dans son sein, en me mettant au monde et en l'allaitant deux années durant jusqu'au sevrage. Soit donc reconnaissant envers Moi et envers tes parents! C'est vers Moi que se fera votre retour. » (Coran 31:14)

« Et nous avons recommandé à l'homme d'être bienveillant envers son père et sa mère. Sa mère le porte dans la douleur et le met au monde dans la douleur. Et pendant trente (30) mois, elle endure les fatigues de sa gestation et de son allaitement. » (Coran 46:15)

« Les musulmans et les musulmanes, les croyants et les croyantes, les hommes pieux et les femmes pieuses, les hommes sincères et les femmes sincères, les hommes patients et les femmes patientes, ceux et celles qui craignent Dieu, ceux et celles qui pratiquent la charité, ceux et celles qui observent le jeûne, ceux et celles qui sont chastes, ceux et celles qui invoquent souvent le Nom du Seigneur, à tous et à toutes Dieu a réservé Son pardon et une magnifique récompense. » (Coran 33:35)

« Et pendant trente mois, elle endure les fatigues de sa gestation et de son allaitement. » (Coran 46:15)

Suggestions pour le Sermon: L'attente vaut la peine

La vie nous prend souvent au dépourvu. Dans bien des cas, ces surprises sont une bonne chose. Quand un être aimé nous offre un cadeau inattendu ou pose un gentil acte, cela nous rend joyeux. Nous pouvons être agréablement surpris par un arc-en-ciel après des pluies torrentielles. De belles fleurs qui poussent dans un endroit où nous ne nous y attendions pas, comme dans un tas d'herbes, peut nous apporter de la joie.

Cependant, il vaut mieux planifier certaines choses dans la vie. Mettre des enfants au monde fait partie de ces choses. Les enfants sont un don précieux d'Allah, mais nous devons être préparés à leur venue. Il est particulièrement important de planifier la venue d'un autre enfant au sein de notre

famille lorsque nous avons déjà un ou plusieurs enfants. Si une femme tombe enceinte juste après avoir eu un enfant, ceci peut être dangereux pour la santé de la mère et du bébé qu'elle porte.

Pour planifier la venue des enfants dans nos familles, nous devons nous exercer à l'autodiscipline et à la maîtrise de soi. Nous devrions essayer de planifier les naissances de nos enfants de sorte à ce que lorsque nous avons la venue d'un nouveau bébé, le prochain ne naisse pas avant au moins deux ans encore. Attendre avant de concevoir un autre enfant permet de donner du temps à l'organisme de la mère pour retrouver la forme. Cela lui donne également le temps de nourrir correctement son premier enfant et permet aux parents de focaliser leur attention sur la santé de cet enfant.

On conseille aux musulmans d'organiser leur vie et celle de leurs familles grâce à des moyens légitimes qui permettront assurément à la femme ainsi qu'à son mari de jouir d'une bonne santé, d'avoir la force et du temps libre pour bien prendre soin des enfants. Ceci permet de garantir une vie de famille stable, harmonieuse et vertueuse. La question de l'espacement des naissances des enfants n'est pas chose nouvelle à l'Islam. Il y a même une certaine unanimité entre les quatre grandes écoles de pensée (Shafi'e, Maliki, Hanafi et Hanbali) concernant la pratique du retrait (al'azl), qui n'était rien d'autre qu'une forme permise d'espacement des naissances. De toute évidence, l'Islam encourage l'extension de la période d'allaitement jusqu'à deux ans, ce qui constitue un moyen de protection du bien-être de la mère et de son enfant.

Le Coran soutient l'importance de l'allaitement maternel au chapitre 31:14, « *Nous avons recommandé à l'homme d'être bienveillant à l'égard de ses parents, car sa mère a enduré de multiples souffrances en le portant dans son sein, en me mettant au monde et en l'allaitant deux années durant jusqu'au sevrage. Soit donc reconnaissant envers Moi et envers tes parents! C'est vers Moi que se fera votre retour.* »

Le Coran nous dit également au chapitre 46:15, « *Et nous avons recommandé à l'homme d'être bienveillant envers son père et sa mère. Sa mère le porte dans la douleur et le met au monde dans la douleur. Et pendant trente (30) mois, elle endure les fatigues de sa gestation et de son allaitement.* »

A cette étape où nous souhaitons retarder la conception d'un autre enfant, nous devrions utiliser une forme de planification familiale pendant les relations conjugales afin d'éviter les grossesses. C'est là où nous devons faire preuve de discipline et de maîtrise de soi.

La maîtrise de soi est une des vertus dont il est fait mention dans le Coran comme étant capital pour obtenir l'éloge d'Allah et pour obtenir Son pardon et sa récompense. Allah dit: « *Les musulmans et les musulmanes, les croyants et les croyantes, les hommes pieux et les femmes pieuses, les hommes sincères et les femmes sincères, les hommes patients et les femmes patientes, ceux et celles qui craignent Dieu, ceux et celles qui pratiquent la charité, ceux et celles qui observent le jeûne, ceux et celles qui sont chastes, ceux et celles qui invoquent souvent le Nom du Seigneur, à tous et à toutes Dieu a réservé Son pardon et une magnifique récompense.* » (Coran 33:35)

Ce verset explique que l'islam signifie une soumission totale à la Volonté d'Allah, ce qui inclut toutes les vertus, comme celles mentionnées dans ce verset. Ces dites vertus sont : (1) la foi, l'espérance et la confiance en Allah, et dans Sa manière éclairée de gouverner le monde; (2) la dévotion et le service dans la vie pratique; (3) l'amour et la pratique de la vérité, en pensée et dans les intentions, en paroles et par actions; (4) la patience et la constance, dans la souffrance et dans un effort véritable; (5) l'humilité, et éviter une attitude d'arrogance et de supériorité; (6) la charité, c'est-à-dire, aider les pauvres et les malheureux dans la vie, une vertu particulière qui se rattache au devoir général de service (No. 2); (7) la maîtrise de soi, en ce qui concerne notamment la nourriture, mais d'une manière générale à tous les appétits ; (8) la chasteté, la pureté dans la vie sexuelle, la pureté d'esprit, de pensée, dans les paroles et dans les actes; et (9) une attention constante face au message d'Allah et la culture du désir de se rapprocher davantage d'Allah.

Bien qu'il soit vrai que c'est Allah qui guide nos vies, nous avons le contrôle de nos propres actes. L'opportunité nous a été donnée d'effectuer des choix et nous devons faire montre d'un bon jugement et être maîtres de nos actes. Les enfants nous sont donnés grâce à la bonté et à la miséricorde d'Allah, mais nous pouvons et devons planifier la périodicité à laquelle nous souhaitons accueillir nos enfants afin de les maintenir eux et leurs mères en bonne santé. Les médecins et les autres agents de santé se sont rendus compte que le fait d'avoir des enfants dont l'intervalle d'âge est réduit peut entraîner des risques pour la santé de la mère et de son enfant.

L'espacement des naissances comporte des avantages pour la mère, l'enfant, le père et la famille entière. La grossesse et l'allaitement au sein exercent une grande pression sur l'organisme d'une femme. L'espacement des naissances consiste à laisser du temps entre les naissances, de sorte à ce que la mère puisse se reposer entre les grossesses et conserver une bonne santé, être moins fatiguée et avoir plus d'énergie. Elle peut offrir plus d'attention à ses enfants et à son mari, et contribuer à assurer une bonne santé de la famille.

Rappelez-vous de ce que nous avons lu dans le Coran concernant l'espacement des naissances. Une femme devrait essayer de ne pas concevoir un bébé lorsqu'elle allaite encore un enfant. Le Coran nous dit: « *Et pendant trente mois, elle endure les fatigues de sa gestation et de son allaitement.* » (Coran 46:15)

Mettre au monde un enfant est une grande responsabilité, et nous ne devons pas prendre cela à la légère. Bien que la naissance d'un enfant soit un des plus grands dons d'Allah, il peut y avoir de graves conséquences sur la santé de la mère et de l'enfant. Un des cadeaux les plus grands que nous pouvons offrir à nos enfants et à nos familles est une bonne santé. En faisant preuve d'amour, d'une force de caractère sur nos situations et d'autodiscipline nécessaires pour bien espacer les naissances de nos enfants, nous leur offrons ainsi qu'à nous-mêmes le plus grand cadeau qui soit – la chance d'avoir une vie harmonieuse.

Sermon 8: L'Ange gardien

Message: Le chef de famille devrait veiller sur la santé de la femme et du nouveau-né pendant la grossesse ainsi que pendant et après l'accouchement

La naissance d'un bébé devrait constituer un évènement joyeux pour une famille. Cependant, comme vous l'avez lu plus haut dans le présent guide, beaucoup de choses peuvent tourner mal pendant la grossesse et l'accouchement, et transformer rapidement cette heureuse occasion en tragédie.

Bien qu'il y ait beaucoup de choses qu'une femme puisse faire pour protéger sa santé et celle de son bébé, elle aura besoin de soutien pour adopter de tels comportements qui sont de nature à protéger sa santé. S'assurer que la femme consulte un prestataire de soins de santé dès qu'elle pense être enceinte, et aussi pendant toute la grossesse, devraient être une des toutes premières priorités du chef de famille. En plus des bilans de santé visant à rechercher de quelconques problèmes, il existe des vitamines telles que le fer et l'acide folique, et des médicaments de prévention du paludisme que les professionnels de santé peuvent fournir.

La naissance d'un enfant représente un moment particulièrement dangereux. La mère devrait donner naissance au bébé dans un centre de santé ou au moins avec l'aide d'un prestataire de soins formé à assurer la naissance des bébés. Le père devrait prendre sur lui la responsabilité de veiller à ce que de telles dispositions soient prises à l'avance. *(Voir Annexe I portant sur les causes majeures de décès et de lésions chez les mères et leurs bébés.)*

Une bonne alimentation et du repos sont essentiels pour la femme enceinte et son bébé en pleine croissance. *(Voir Annexe II portant sur la Nutrition pendant la grossesse pour des mamans et des bébés en bonne santé.)* Vous pouvez confier au père la responsabilité de veiller à ce que la femme ait une bonne alimentation, tant en quantité qu'en qualité, et qu'elle se repose suffisamment. Il sera peut être nécessaire que la femme réduise sa charge de travail afin de pouvoir se reposer.

Un père doit aussi s'assurer que sa famille est bien préparée à l'accouchement et qu'elle a pris les dispositions appropriées. Le père devrait être fortement impliqué dans l'élaboration d'un plan pour l'accouchement et pour faire face aux complications potentielles qui entraîneraient une situation d'urgence. *(Voir Annexe III portant sur la préparation à l'accouchement.)*

La fourniture de soins appropriés au nouveau-né et à la mère en pleine convalescence après l'accouchement est capitale pour leur santé et pour leur survie. *(Voir Annexe IV portant sur les soins à apporter à la nouvelle maman et au bébé après l'accouchement.)* Le père a un important rôle à jouer qui est de veiller à ce que la mère et son bébé reçoivent les soins qu'il leur faut. En tant que responsable religieux, vous pouvez offrir une orientation précieuse aux hommes de votre assemblée et les aider à comprendre ce rôle.

Textes sacrés utilisés dans le Sermon

« *Le plus parfait des croyants en ce qui concerne la foi est celui dont le comportement est le meilleur; et les meilleurs d'entre vous sont ceux qui se comportent le mieux avec leurs épouses.* » (Hadith; Ibn-Hanbal, 7396)

« *Le meilleur d'entre vous aux yeux d'Allah est celui qui est le plus charitable et celui qui prend le plus soin de sa famille.* » (Hadith; Tirmiji 3830)

« *...Et c'en est un autre que d'avoir créé de vous et pour vous des épouses afin que vous trouviez auprès d'elles votre quiétude, et d'avoir suscité entre elles et vous affection et tendresse.* » (Coran 30:21)

« *Le père de l'enfant est tenu de pourvoir à la nourriture et à l'habillement de la mère d'une manière convenable. Mais à l'impossible nul n'est tenu* » (Coran 2:233)

Suggestions pour le Sermon: L'Ange gardien

Quel est le rôle le plus important d'un homme au sein de sa famille? Nous n'avons pas besoin de chercher loin pour trouver la réponse à cette question. Le Coran nous dit ce que doit faire le chef de famille. Le rôle important d'ange gardien et de protecteur de sa famille a été confié au père, et dans ce rôle il devrait être guidé par l'amour. L'amour des uns pour les autres est l'un des dons les plus précieux d'Allah et devrait se consolider au fur et à mesure que nous prenons de l'âge.



Comme le Prophète l'a dit, « *Le plus parfait des croyants en ce qui concerne la foi est celui dont le comportement est le meilleur; et les meilleurs d'entre vous sont ceux qui se comportent le mieux avec leurs épouses.* » (Hadith; Ibn-Hanbal, 7396)

Une des périodes les plus critiques pendant laquelle un homme peut prendre les choses en main et s'acquitter de sa responsabilité vis-à-vis de sa famille est celle pendant laquelle la famille attend un bébé. La naissance d'un bébé est une grande bénédiction et un moment de grande joie. Cependant, la grossesse peut représenter un danger pour la femme ; de même, la nouvelle maman et son bébé sont exposés à des risques pendant la période vulnérable suivant l'accouchement. Heureusement, nous pouvons faire beaucoup de choses pour aider une femme à avoir une grossesse et un accouchement sains, et c'est précisément là où le chef de famille peut aider la femme à obtenir les soins dont elle a besoin.

Avant tout, une femme enceinte devrait voir un agent de santé et effectuer au moins quatre visites prénatales en commençant dès le début de sa grossesse. Elle devrait se conformer aux conseils de l'agent de santé se rapportant à une bonne alimentation, la prise de vitamines et aux comportements

à avoir pour éviter les risques de santé pendant la grossesse. Au fur et à mesure que la grossesse se développe, la famille devrait se préparer à l'accouchement et avoir un plan de gestion de la délivrance. Après l'accouchement, la nouvelle maman et son bébé devraient être vus par un agent de santé au cours des 24 heures suivant l'accouchement, ainsi qu'aux troisième et septième jours après la délivrance afin de s'assurer qu'ils sont en bonne santé et qu'ils n'ont aucun problème. Le père devrait s'impliquer dans ces actions importantes dans le but de protéger la santé de la mère et du bébé.

C'est une très grande bénédiction pour les parents d'avoir des enfants, mais cette bénédiction s'accompagne de beaucoup de responsabilités. L'Islam nous donne une orientation sur la manière dont un chef de famille devrait se comporter et prendre soin de sa famille. Le Prophète a dit: « *Le meilleur d'entre vous aux yeux d'Allah est celui qui est le plus charitable et celui qui prend le plus soin de sa famille.* » (Hadith; Tirmiji 3830)

Allah nous enseigne dans le Coran comment devrait être la relation entre un homme et sa femme. Nous lisons: « *...Et c'en est un autre que d'avoir créé de vous et pour vous des épouses afin que vous trouviez auprès d'elles votre quiétude, et d'avoir suscité entre elles et vous affection et tendresse.* » (Coran 30:21) Pour avoir cette tranquillité dans la vie, la bonne santé devrait constituer une priorité. En prenant soin de nos besoins physiques, nous avons une plus grande liberté pour tendre vers la satisfaction de nos besoins spirituels.

L'homme et la femme devraient agir en équipe au fur et à mesure qu'ils avancent dans la vie ensemble. Un homme doit songer aux besoins de sa femme ainsi qu'à ses propres besoins, en particulier pendant la grossesse et après l'accouchement. Rappelez-vous de ce que nous a dit Allah, « *Le père de l'enfant est tenu de pourvoir à la nourriture et à l'habillement de la mère d'une manière convenable. Mais à l'impossible nul n'est tenu...* » (Coran 2:233)

La grossesse et l'accouchement peuvent représenter un moment difficile et dangereux pour une femme et son bébé, et ces derniers ont donc besoin de la protection, de l'éclairage et du soutien du chef de famille. Assister une femme et son bébé à traverser cette période éprouvante est un des rôles les plus importants qu'un homme peut remplir. Allah nous ordonne d'aimer les membres de notre famille. Il n'y a pas de plus grande expression d'amour que de prendre soin et de pourvoir aux besoins de notre famille.

Sermon 9: Selon le dessein d'Allah

Message: Des pratiques dangereuses comme les mutilations génitales féminines, les violences contre des femmes, le mariage forcé et les maternités trop précoces sont nuisibles pour les femmes, les familles et les communautés

Il existe des pratiques dans nos sociétés qui sont nuisibles pour les femmes et leurs familles, telles que les mutilations génitales féminines, les violences faites aux femmes, le mariage forcé et la maternité trop précoce.

La mutilation des organes génitaux d'une fille ou d'une femme (également appelée excision) est une pratique traditionnelle observée par beaucoup de sociétés pendant des générations. Elle consiste en l'ablation partielle ou totale des organes génitaux externes et n'est fondée sur une quelconque raison médicale. Les parents et d'autres membres de la famille peuvent penser qu'une telle pratique sert le plus grand intérêt de la fille en l'aidant à trouver un bon mari et à être acceptée comme faisant partie de sa société. Cependant, c'est une pratique très dangereuse et extrêmement douloureuse et traumatisante pour la fille et qui peut même conduire à la mort.

Les filles excisées sont vulnérables aux infections et à des hémorragies graves. A la longue, les femmes peuvent souffrir de douleurs chroniques, de diminution ou de manque de jouissance sexuelle ainsi que de problèmes psychologiques. Les mutilations génitales féminines ont été reconnues au plan international comme une violation des droits humains et beaucoup de pays ont adopté des politiques et des lois les interdisant. Il existe des preuves selon lesquelles cette pratique est en régression, mais cette régression est lente. Il existe également une tendance troublante selon laquelle cette pratique est réalisée par des professionnels de la santé.

Les femmes ayant été excisées rencontrent souvent des difficultés lors de l'accouchement, ce qui peut mettre en danger la vie de leurs bébés. Le tissu vaginal a du mal à s'étirer correctement à cause des cicatrices, et les femmes souffrent davantage d'une obstruction pendant le travail et ont des difficultés pour accoucher par césarienne (compte tenu de l'obstruction de la partie où l'on doit extraire le bébé grâce à une incision sur l'abdomen). Les femmes dont les organes génitaux sont endommagés sont également plus vulnérables à une hémorragie grave après l'accouchement.

Dans le rôle de guide spirituel que vous jouez, vous pouvez sensibiliser vos fidèles et votre communauté sur les dangers des mutilations génitales féminines et décourager cette pratique nuisible. Les familles auront besoin de votre soutien pour arrêter cette pratique. Bien que l'Islam n'encourage pas cette pratique, les pressions sociales encourageant la perpétuation de cette pratique sont très fortes. Les familles et leurs filles peuvent avoir peur du rejet au cas où les filles n'ont pas subi une ablation des organes génitaux. Les traditions consistant à offrir des présents et à organiser des célébrations après l'ablation des organes génitaux encouragent davantage cette pratique dangereuse.

Une autre pratique troublante dans nos sociétés est la violence de toutes sortes contre une femme, y compris les violences domestiques. Une étude réalisée par l'Organisation Mondiale de la Santé dans 10 pays dans différentes parties du monde a montré que le pourcentage de femmes ayant déjà été victimes de violences dans le cadre d'une relation intime est compris entre 13% pour la nation où une telle violence est la moins répandue et 61% de femmes dans le pays où elle est la plus répandue.

Les autres membres de la communauté passent souvent sous silence les violences conjugales, et les considèrent comme une question privée qui ne concerne qu'un homme et sa femme. Pour certains maris, il est acceptable d'user de violence à l'encontre d'une femme. Il est possible que certaines femmes elles-mêmes pensent qu'il est normal ou tolérable que leurs maris commettent des violences sur elles. Une telle attitude n'est pas uniquement préjudiciable pour les femmes, mais elle l'est aussi pour les enfants qui sont témoins de telles violences et pour la communauté dans son ensemble.

Les femmes victimes de violences de la part de leurs maris ou de leurs partenaires peuvent souffrir de diverses blessures physiques—allant des blessures légères et des écorchures aux défigurations ou à la mort. La violence à l'encontre d'une femme enceinte est extrêmement dangereuse pour le bébé qu'elle porte. Selon l'Organisation Mondiale de la Santé, les femmes ayant souffert de violences de la part d'un mari ou d'un partenaire intime risquent davantage d'avoir une fausse couche que les femmes qui ne sont pas victimes de sévices.

Une autre pratique coutumière qui est courante dans nos sociétés, mais dangereuse pour la santé physique et émotionnelle des femmes est le mariage à un âge très jeune. Cette pratique expose les filles au risque de tomber enceinte au moment où une telle situation constitue un risque sanitaire pour leur corps en pleine croissance. Une fille ayant un bébé avant que son corps ne soit tout à fait mature court un risque accru de souffrir d'un travail qui dure beaucoup plus longtemps que la normale parce que le bébé n'arrive pas à traverser la filière génitale non encore mature. Pour des raisons médicales, il est recommandé qu'une fille attende au moins d'avoir d'âge de 18 ans avant d'avoir un bébé. En plus du danger physique potentiel que comportent le mariage et la maternité précoces, une fille abandonnant l'école pour se marier et commencer sa maternité rate beaucoup d'opportunités de réaliser son potentiel et d'utiliser les talents et les aptitudes qu'Allah lui a donnés.

Le statut général des femmes dans une société contribue grandement à promouvoir leur capacité à se protéger des relations dans lesquelles elles subissent des sévices. L'attitude selon laquelle les femmes sont inférieures ou que leurs contributions ne sont pas aussi importantes que celles des hommes est non seulement incorrecte, mais elle est aussi nuisible pour la société dans son ensemble. Une telle attitude prive la communauté des talents et des capacités que Dieu a accordés à la femme si la société restreint ou annihile sa capacité de les partager. Avec vos sermons et la sagesse avec laquelle vous prodiguez les conseils, vous pouvez influencer votre assemblée et dissuader les comportements nuisibles qui offusquent les femmes.

Textes sacrés utilisés dans le sermon

« ...Et c'en est un autre que d'avoir créé de vous et pour vous des épouses afin que vous trouviez auprès d'elles votre quiétude, et d'avoir suscité entre elles et vous affection et tendresse. » (Coran 30:21)

« N'infligez des douleurs ni à vous-mêmes ni aux autres. » (Propos du Prophète tels que rapportés par Al-Daraqutni à la suite d'Abu Saeed Al-Khudri)

« Tel est Dieu qui a fait pour vous de la Terre un lieu de séjour et du firmament une immense voûte, qui vous a pourvus de formes harmonieuses. » (Coran 40:64)

« Et l'ordre établi par Allah ne saurait être modifié. » (Coran 30:30)

« Il vous est permis, la nuit qui suit une journée de jeûne, d'avoir des rapports avec vos épouses, qui sont un vêtement pour vous autant que vous l'êtes pour elles. » (Coran 2:187)

« Le plus parfait des croyants en ce qui concerne la foi est celui dont le comportement est le meilleur; et les meilleurs d'entre vous sont ceux qui se comportent le mieux avec leurs épouses. »
(Hadith; Ibn-Hanbal, 7396)

« Ô croyants! Il ne vous est pas permis de vous attribuer des femmes par voie d'héritage contre leur gré. Ne les soumettez pas à des contraintes ... » (Coran 4:19)

« Une femme se rendit auprès du Prophète d'Allah et dit, « O Apôtre d'Allah! (Seuls) les hommes bénéficient de vos enseignements, s'il vous plaît, consacrez-nous (une partie de) votre temps, un jour où nous pourrions venir à vous afin que vous nous enseigniez ce qu'Allah vous a enseigné ». L'Apôtre d'Allah dit, « Réunissez-vous de telle heure à telle heure par jour à tel et tel endroit. » Elles se rassemblèrent et l'Apôtre d'Allah vint auprès d'elles et leur enseigna ce qu'Allah lui avait enseigné. » (Hadith; Boukhari Volume 9, Livre 92, Numéro 413)

Suggestions pour le Sermon: Selon le dessein d'Allah

Allah les créa homme et femme. Il est créé pour vivre ensemble et dans une relation enduite de tranquillité et d'amour. Nous lisons dans le Coran, *« ...Et c'en est un autre que d'avoir créé de vous et pour vous des épouses afin que vous trouviez auprès d'elles votre quiétude, et d'avoir suscité entre elles et vous affection et tendresse. »* (Coran 30:21)

Allah a conçu le corps de la femme pour porter les enfants et pour donner et recevoir le plaisir sexuel au cours des rapports avec son mari. Il a conçu le corps de l'homme pour engendrer les enfants, et aussi pour donner du plaisir à sa femme et en recevoir également d'elle de la même manière. Nous devons faire très garde de ne pas modifier la création d'Allah et de ne pas nous insurger contre Ses desseins.

Au fil des années, une pratique nuisible aux filles et aux femmes s'est développée dans un grand nombre de sociétés, et interfère avec les intentions d'Allah. La pratique de l'ablation des organes génitaux des jeunes filles et des femmes est devenue une tradition dans beaucoup de sociétés, et il est probable que beaucoup d'entre nous ne nous demandions pas si cette pratique est bonne ou mauvaise. Notre intention n'est pas de faire du mal à nos filles, nous perpétons une coutume que nos ancêtres nous ont enseignée comme étant une bonne chose.

Cependant, nous savons de nos jours que les mutilations génitales féminines, qui sont douloureuses et traumatisantes, comportent beaucoup de dangers et aucun avantage. Est-cela ce qu'Allah avait prévu? Il est illégal de faire du mal à notre corps et à celui des autres. Comme l'a dit le Prophète, *« N'infligez des douleurs ni à vous-mêmes ni aux autres. »* (Propos du Prophète tels que rapportés par Al-Daraqutni à la suite d'Abu Saeed Al-Khudri)

L'ablation des organes génitaux de nos filles et d'autres jeunes filles de nos familles est nuisible à plusieurs égards. La fille ou la femme peut avoir de graves hémorragies et être vulnérable aux infections. Si la blessure est grave, la conséquence peut même être fatale. Des médecins et d'autres spécialistes de soins de santé se sont rendu compte que lorsqu'une fille excisée devient femme, elle

court plus de risques d'avoir des problèmes et des complications dangereuses au moment de son accouchement.

Une étude récente réalisée par l'Organisation Mondiale de la Santé a montré que les enfants nés de mères ayant été excisées courent un plus grand risque de mourir peu de temps après leur naissance que les enfants nés de mères dont les organes génitaux n'ont pas subi d'ablation. Les femmes dont les organes génitaux ont subi des mutilations sont également plus vulnérables à des hémorragies graves après l'accouchement. Allah a conçu le corps de la femme pour donner naissance aux bébés, et ce n'est pas à nous de changer ce dessein et de nous dresser contre ce qu'Il a créé.

Nous devons considérer avec beaucoup de précaution tout acte qui modifie le corps qu'Allah a créé. Comme nous le dit le Coran, « *Tel est Dieu qui a fait pour vous de la Terre un lieu de séjour et du firmament une immense voûte, qui vous a pourvus de formes harmonieuses.* » (Coran 40:64) C'est vrai, certaines fois, lorsque nous sommes malades ou blessés, il est nécessaire de recourir à la chirurgie pour retrouver la santé, mais l'acte radical consistant à sectionner un tissu sain d'une jeune fille ne restore pas la santé, mais nuit plutôt à celle-ci et peut compromettre le fait qu'elle ait une vie normale comme Allah l'a ordonné. Souvenez-vous de ceci « *Et l'ordre établi par Allah ne saurait être modifié.* » (Coran 30:30)

Nous devrions examiner les raisons qui sous-tendent la pratique de l'ablation des organes des jeunes filles et des femmes, et nous poser sérieusement la question de savoir si de tels actes sont conformes aux plans d'Allah. Lorsque l'on fait subir une ablation ou que l'on sectionne les organes génitaux d'une femme, sa jouissance sexuelle risque de diminuer ou de disparaître, ce qui va à l'encontre du plan d'Allah qui prévoit qu'un homme et sa femme aient des relations harmonieuses. La jouissance résultant des rapports sexuels devrait être la même pour le mari que pour la femme si nous voulons réaliser les desseins d'Allah. Il nous dit, « *Il vous est permis, la nuit qui suit une journée de jeûne, d'avoir des rapports avec vos épouses, qui sont un vêtement pour vous autant que vous l'êtes pour elles.* » (Coran 2:187) Les épouses sont comme des vêtements pour leurs époux, et les époux sont comme des vêtements pour leurs épouses. Les deux sont égaux et ont la même importance l'un pour l'autre. Le plaisir que tire l'homme devrait être le même que celui que tire sa femme. Etant donné que l'ablation des organes génitaux d'une femme remet en cause sa jouissance harmonieuse des relations sexuelles, elle porte atteinte au lien spécial qu'Allah a établi entre un mari et sa femme.

Comme nous l'a ordonné Allah, la relation entre un mari et sa femme devrait être empreinte de tranquillité et d'amour. Il existe une autre pratique dans nos sociétés qui est nuisible aux femmes et qui s'insurge contre les desseins d'Allah. La tranquillité à laquelle Allah nous prédestine devient impossible s'il y a de la violence dans le foyer. Un mari peut en arriver à croire qu'il est permis de porter des coups à sa femme ou de la discipliner en utilisant des moyens physiques lorsqu'il est en colère ou estime qu'elle mérite une certaine punition. Une femme peut en arriver à croire qu'elle doit supporter les sévices corporels et les violences d'ordre moral que lui inflige son mari parce que cela est devenu une habitude. Cependant, une telle attitude est nuisible à la relation que les deux partenaires entretiennent l'un avec l'autre. La compassion, l'entente, la confiance et la paix sont les valeurs que nous devons nous efforcer de rechercher dans nos mariages.

Allah est très regardant vis-à-vis de la manière dont un homme traite sa femme. Le Prophète nous dit, « *Le plus parfait des croyants en ce qui concerne la foi est celui dont le comportement est le meilleur; et les meilleurs d'entre vous sont ceux qui se comportent le mieux avec leurs épouses.* » (Hadith; Ibn-Hanbal, 7396) Un vrai croyant prouvera qu'il a la foi en ayant un bon comportement, qui s'exprime à travers la gentillesse vis-à-vis de sa femme. Un mari administrant des sévices corporels ou perpétuant des violences morales à l'endroit de sa femme ne fait pas preuve de gentillesse. Les actes de violences tels que battre une femme peuvent entraîner des atteintes émotionnelles graves, des blessures physiques, voire même la mort. Les conséquences nuisibles des sévices touchent toute la famille et peuvent même s'étendre à toute la communauté. Ceci est préjudiciable aux enfants en ce sens qu'ils sont témoins de ces actes de violence dans leurs familles. En plus du tort fait aux femmes et à leurs enfants, la communauté aussi subit un tort en ce sens qu'elle perd un membre productif lorsqu'une femme est en proie à une détresse émotionnelle consécutive à des actes de violence.

Devenir femme est une étape très importante dans la vie d'une femme. A quel moment une femme est-elle prête pour franchir cette étape et devenir femme? Pour observer le commandement d'Allah selon lequel les maris et les femmes doivent vivre dans l'amour et la tranquillité—et être l'un pour l'autre un réconfort comme un vêtement—ils doivent être tous les deux physiquement matures et mentalement mûrs. Dans bon nombre de cas, dans nos communautés, les jeunes filles sont mariées de force avant qu'elles ne soient prêtes. Allah nous dit dans le Coran que les femmes et les jeunes filles ne doivent pas être mariées de force contre leur volonté. « *Ô croyants! Il ne vous est pas permis de vous attribuer des femmes par voie d'héritage contre leur gré. Ne les soumettez pas à des contraintes ...* » (Coran 4:19)

Cette pratique qu'est le mariage précoce ou forcé est physiquement et émotionnellement préjudiciable pour la fille. Tomber enceinte avant que son corps en pleine croissance n'ait atteint son développement total est dangereux. Pendant l'accouchement, la fille sera exposée à un travail particulièrement long à cause du fait que son corps non encore mature n'est pas préparé à l'accouchement. Le bébé ne pourra pas traverser la filière génitale, ce qui les expose ainsi, lui et sa mère à un danger de mort ou à des lésions graves.

La croissance d'une jeune fille se poursuit de plusieurs manières, y compris physiquement, émotionnellement et spirituellement. Allah encourage les hommes et les femmes à se cultiver et à développer leur esprit. Dans un Hadith, il nous est dit: « *Une femme se rendit auprès du Prophète d'Allah et dit, « O Apôtre d'Allah! (Seuls) les hommes bénéficient de vos enseignements, s'il vous plaît, consacrez-nous (une partie de) votre temps, un jour où nous pourrions venir à vous afin que vous nous enseigniez ce qu'Allah vous a enseigné ». L'Apôtre d'Allah dit, « Réunissez-vous de telle heure à telle heure par jour à tel et tel endroit. » Elles se rassemblèrent et l'Apôtre d'Allah vint auprès d'elles et leur enseigna ce qu'Allah lui avait enseigné.* » (Boukhari Volume 9, Livre 92, Numéro 413) Les jeunes filles devraient poursuivre leur croissance et s'instruire avant d'avoir des bébés, car le fait d'avoir des bébés trop précocement peut mettre en danger leur santé. Leur esprit devrait se développer en même temps que se développe toujours leur corps. Ainsi, lorsqu'elles deviendront des femmes, elles seront mieux préparées non seulement physiquement, mais aussi spirituellement et émotionnellement.

Allah a prévu que la femme soit un partenaire pour son mari—unis dans un lien de mariage empreint d’amour et d’affection. Le mariage devrait être un motif d’épanouissement spirituel et physique. La modification des organes génitaux de la femme, la forcer à se marier trop précocement ou la soumettre à une quelconque forme de violence conjugale n’est pas ce à quoi Allah l’a prédestinée. Nous devrions interpréter les textes sacrés et la parole d’Allah dans le Coran pour qu’ils nous éclairent en nous permettant de fonder des familles où règnent l’amour et la paix, toutes choses auxquelles Allah prédestine Ses Enfants.

Sermon 10: La première nourriture—Tout droit des mains d’Allah

Message: Pratiquer l’allaitement maternel pour un bon envol

Les médecins et les chercheurs savent que l’allaitement au sein constitue la meilleure nourriture possible pour les nouveau-nés et les enfants en bas âge. Il leur procure tous les nutriments dont ils ont besoin pour prendre un bon départ dans la vie. Le lait maternel contient des anticorps permettant de protéger les bébés contre des maladies dangereuses telles que la diarrhée et la pneumonie, qui tuent plus de quatre millions d’enfants chaque année dans le monde entier.

L’allaitement au sein est particulièrement important pour les familles qui n’ont pas accès à de l’eau propre. Les laits infantiles en poudre préparés avec de l’eau non propre exposent les bébés au risque de contracter des maladies d’origine hydrique. En outre, le lait maternel n’occasionne pas des frais pour la famille, ce qui contribue à s’assurer que les enfants reçoivent une alimentation suffisante. Si les familles utilisent les laits infantiles en poudre et sont incapables par la suite de s’en procurer, le débit du lait de la mère risque de diminuer, voire de tarir complètement.

L’allaitement au sein est également utile pour les mères. Il réduit les risques de cancer du sein et du cancer de l’ovaire plus tard dans la vie et aide la nouvelle mère à retrouver son poids d’avant la grossesse. Bien que l’allaitement au sein ne soit pas une méthode contraceptive tout à fait sûre, il y a moins de chances que la mère tombe enceinte pendant qu’elle allaite toujours, du moment qu’elle allaite son bébé exclusivement au sein et qu’elle n’a pas encore eu le retour de couches.

L’Organisation Mondiale de la Santé recommande que les mères allaitent leurs bébés au sein au cours de la première heure suivant la naissance si possible. Le liquide initial s’écoulant du sein est appelé colostrum et contient d’importants anticorps dont le bébé a besoin. Le sein devrait être donné au bébé aussi souvent qu’il a faim, ce qui aidera à augmenter les réserves de lait de la mère et à s’assurer que le bébé reçoit assez de nutriments. Les mères devraient essayer de nourrir leurs bébés uniquement avec le lait maternel pendant les six premiers mois de vie. Elles devraient continuer à



allaiter leurs bébés au sein après six mois tout en introduisant d'autres aliments comme le conseillent leurs prestataires de soins de santé.

Les femmes peuvent avoir besoin du soutien d'autres personnes pour apprendre de bonnes techniques d'allaitement au sein. Une nouvelle maman aura vraisemblablement besoin d'autres femmes allaitantes ou de prestataires de soins de santé formés pour lui enseigner comment nourrir confortablement son bébé au sein. Vous devriez encourager les femmes de votre assemblée à s'entraider si besoin est. Les centres de santé devraient pouvoir offrir de l'aide aux nouvelles mamans. Toute la famille, en particulier le père, devrait appuyer et aider la mère dans tous les domaines où elle en a besoin, de sorte à ce qu'elle puisse continuer à nourrir son bébé au sein.

En partageant avec les membres de votre assemblée les avantages de l'allaitement au sein et en les encourageant à observer cette pratique, vous pouvez les aider à donner aux enfants de votre assemblée un bon envol dans la vie.

Textes sacrés utilisés dans le Sermon

« Il a accédé à presque toutes vos demandes, au point que si vous essayez de compter les bienfaits du Seigneur, vous ne sauriez les énumérer. » (Coran 14:34)

« Créateur des Cieux et de la Terre...Il a tout créé, Lui dont la science embrasse toute chose. » (Coran, 6:101)

« Nous avons recommandé à l'homme d'être bienveillant envers son père et sa mère. Sa mère le porte dans la douleur et le met au monde dans la douleur. Et pendant trente mois, elle endure les fatigues de sa gestation et de son allaitement. » (Coran 46:15)

« Le meilleur d'entre vous aux yeux d'Allah est celui qui est le plus charitable et celui qui prend le plus soin de sa famille. » (Hadith; Tirmiji 3830)

« Les mères qui veulent parfaire l'allaitement de leurs bébés les allaiteront deux années entières. Le père de l'enfant est tenu de pourvoir à la nourriture et à l'habillement de la mère d'une manière convenable. Mais à l'impossible nul n'est tenu. » (Coran 2:233)

Suggestions pour le Sermon: La première nourriture – Tout droit des mains d'Allah

Allah ne laisse pas inachevée Sa création. Il est possible que vous ne connaissiez pas le plan d'Allah pour vous. Cela peut prendre plusieurs années pour développer véritablement les aptitudes et les talents qu'Allah a prévu pour vous, Mais Il vous a donné la base pour être la personne que vous deviendrez. Tout cela était déjà prévu dès votre naissance.

Comme nous le lisons dans le Coran, *« Il a accédé à presque toutes vos demandes, au point que si vous essayez de compter les bienfaits du Seigneur, vous ne sauriez les énumérer. »* (Coran 14:34) Allah a tout ce qu'il nous faut. Nous devons écouter les paroles d'Allah qui nous éclairent et recourir

à Lui pour étancher notre soif spirituelle. C'est la même chose pour les bébés et leurs mères. Le lait maternel d'une mère possède tous les nutriments dont son bébé a besoin pour survivre et se développer.

Qu'est-ce qui pourrait être une nourriture plus adaptée pour un nouveau bébé que le lait qui a été spécialement conçu pour ce bébé ? Allah a créé la terre et toutes les créatures qu'elle renferme, en ayant une parfaite connaissance de leurs besoins et en pourvoyant avec amour à ces besoins. **« Créateur des Cieux et de la Terre...Il a tout créé, Lui dont la science embrasse toute chose. »** (Coran, 6:101)

Les médecins et les chercheurs savent que le lait maternel constitue la meilleure nourriture possible pour les nouveau-nés et pour les enfants en bas âge. Il procure aux bébés tous les nutriments dont ils ont besoin pour un bon départ dans la vie. Le lait maternel contient des substances qui contribuent à protéger les bébés de maladies dangereuses telles que la diarrhée et la pneumonie, qui sont responsables de la mort de plus de quatre millions d'enfants dans le monde chaque année. L'allaitement au sein devrait commencer le plus tôt possible après la naissance. Le premier liquide qui s'écoule avant que ne vienne le lait maternel est appelé colostrum et contient des anticorps qui aident à lutter contre les maladies.

La mère devrait continuer à nourrir son bébé au sein aussi longtemps que possible, et le lait maternel devrait être la seule substance donnée au bébé pendant les six premiers mois de vie. Après six mois, d'autres aliments peuvent être introduits conformément aux conseils des prestataires de soins de santé. L'allaitement au sein est également plus sûr que l'alimentation par le lait artificiel, en particulier lorsque le lait en poudre est utilisé et mélangé avec de l'eau non potable. Ceci peut rendre le bébé malade du fait de l'eau contaminée et lui faire souffrir d'une diarrhée grave.

Les textes sacrés contiennent un certain nombre de passages se rapportant à l'allaitement maternel. Le Coran nous dit en particulier qu'une mère devrait allaiter son bébé au sein, et devrait essayer de l'allaiter au sein pendant environ deux ans, si possible. **« Nous avons recommandé à l'homme d'être bienveillant envers son père et sa mère. Sa mère le porte dans la douleur et le met au monde dans la douleur. Et pendant trente mois, elle endure les fatigues de sa gestation et de son allaitement. »** (Coran 46:15)

L'allaitement au sein est également utile pour les mères. Il réduit le risque de cancer du sein et du cancer de l'ovaire plus tard dans la vie et aide la nouvelle maman à retrouver son poids d'avant la grossesse. Bien que l'allaitement au sein ne soit pas une méthode de contraception tout à fait sûre, il y a moins de chances que la mère tombe enceinte pendant qu'elle allaite toujours, à condition qu'elle allaite son bébé exclusivement au sein et qu'elle n'ait pas encore eu le retour de couches.

Un autre avantage de l'allaitement au sein est qu'il ne s'accompagne aucun frais. La mère peut offrir le précieux aliment à son bébé en se servant de son propre corps. Elle doit avoir une alimentation saine et absorber plus de calories qu'elle ne consomme habituellement. Cependant, les avantages qu'elle tire du lait maternel en valent bien la peine.

Il nous est rappelé qu'Allah attend d'un père qu'il pourvoie aux besoins de sa femme et de ses enfants. Le Prophète dit, « *Le meilleur d'entre vous aux yeux d'Allah est celui qui est le plus charitable et celui qui prend le plus soin de sa famille.* » (Hadith; Tirmiji 3830) Le père a un rôle important à jouer en offrant une assistance au bébé et à la mère, et devrait contribuer à garantir que l'enfant est correctement entretenu et nourri au lait maternel. « *Les mères qui veulent parfaire l'allaitement de leurs bébés les allaiteront deux années entières. Le père de l'enfant est tenu de pourvoir à la nourriture et à l'habillement de la mère d'une manière convenable. Mais à l'impossible nul n'est tenu.* » (Coran 2:233)

Mères, il se peut que vous ayez besoin d'aide pour apprendre comment allaiter vos bébés. Si tel est le cas, n'hésitez pas à demander l'aide dont vous avez besoin. D'autres femmes dans votre communauté qui ont pratiqué l'allaitement au sein peuvent vous aider. Vous pouvez également demander l'aide des prestataires de soins de santé. Ils devraient être capables de vous aider ou de vous dire où vous pouvez obtenir de l'aide pour apprendre les bonnes techniques pour rendre l'allaitement au sein plus confortable pour vous et pour votre bébé.

Allah nous a donné la nourriture suprême de nos âmes et de nos corps. Nous devons recourir à Ses prescriptions dans les textes sacrés pour nourrir nos âmes. Nous nous tournons vers nos frères et sœurs pour obtenir de l'aide de temps en temps pour interpréter Sa parole, et nous aidons ceux qui se tournent vers nous. De même, Allah nous a donné le lait maternel—la nourriture parfaite pour nos enfants. Nous devrions également nous tourner vers nos familles et notre communauté pour demander de l'aide afin de nous assurer que nous offrons cette nourriture à nos enfants. C'est notre responsabilité d'aider nos familles et les mères de nos enfants quand elles donnent ce cadeau, cette nourriture parfaite, qu'est le lait maternel à un bébé. Rappelons-nous de ce que le Coran nous dit à propos d'Allah. « *Il a accédé à presque toutes vos demandes ...* » Réjouissons-nous des faveurs qu'Il nous fait.

Annexe I: Principales causes de décès et de lésions chez les mères et leurs bébés

Chaque année, plus d'un demi million de femmes meurent de causes liées à la grossesse et 20 million d'autres femmes souffrent de maladies graves ou de handicaps durables. Sur les 130 millions de bébés qui naissent chaque année, environ quatre millions d'entre eux meurent au cours des quatre premières semaines de vie. La plupart de ces décès sont consécutifs à des causes évitables et pourraient être évités grâce à des soins de santé appropriés.

Causes de décès et de lésions chez la mère

Les cinq principales causes de décès chez une mère sont : l'hémorragie grave, l'infection, l'éclampsie (également connue sous le nom de convulsions), le travail qui dure plus longtemps que la normale et les complications liées à l'avortement à risque ou à un traitement incorrect.

Saignements abondants (hémorragie): La perte de sang pendant le travail peut conduire très rapidement à la mort en l'absence de soins vitaux immédiats et appropriés tels que des médicaments pour arrêter les saignements, le massage de l'utérus pour stimuler les contractions ou la transfusion sanguine.

Septicémie (consécutif à des infections): la septicémie, qui représente 15% des décès maternels, est souvent due au manque d'hygiène pendant l'accouchement ou aux maladies sexuellement transmissibles non traitées. Il est possible de prévenir les infections grâce à l'adoption de bonnes pratiques d'hygiène pendant l'accouchement et à la détection ainsi qu'au traitement des maladies sexuellement transmissibles pendant la grossesse.

L'éclampsie (convulsions): L'éclampsie représente environ 12% des décès maternels. Elle est un trouble hypertensif (hypertension artérielle). Ces décès peuvent être évités grâce à un suivi rigoureux pendant la grossesse et à un traitement à l'aide de médicaments anticonvulsifs tels que le sulfate de magnésium.

Long travail: Le travail qui dure plus longtemps que la normale représente environ 8% des décès maternels, et peuvent survenir lorsque la tête du bébé ne peut pas passer à travers le bassin de la mère ou lorsque le bébé est mal positionné pour franchir la filière génitale. Lorsque les mères sont exceptionnellement petites, soit à cause d'une mauvaise alimentation, soit parce qu'elles sont très jeunes et que leur corps ne s'est pas encore totalement développé, elles courent un risque accru de souffrir d'un long travail.

Avortements à risque: Les complications liées à des avortements pratiqués dans de mauvaises conditions de sécurité sont responsables de 13% des décès maternels. Ces décès peuvent être évités si les femmes ont accès à des informations et à des services relatifs à la planification familiale, ainsi qu'à des soins de santé appropriés de prise en charge des complications liées à l'avortement.

Causes de décès chez le bébé

Les causes majeures de décès chez le nouveau-né dans le monde entier sont :

Infections : 36% de tous les décès chez les nouveau-nés sont dus aux infections, dont la septicémie/la pneumonie (26%), le tétanos (7%) et la diarrhée (3%)

Naissance avant terme (bébés nés trop précocement)/faible poids à la naissance : 28% de tous les décès chez les nouveau-nés sont dus à des naissances avant terme ou à des naissances de faible poids. Les bébés pesant moins de la normale sont soit nés trop précocement, ou nés à terme mais qui sont plus petits que la normale. Les bébés trop petits sont incapables de conserver la température de leur corps, de lutter contre les infections et de s'alimenter normalement.

Asphyxie : 23% de tous les décès chez les nouveau-nés sont dus à l'asphyxie, qui se produit lorsqu'un bébé ne reçoit pas assez d'oxygène avant, pendant ou juste après la naissance. Beaucoup de raisons expliquent la survenue de la mort apparente du nouveau-né.

Les anomalies congénitales (également connues sous le nom de malformations congénitales): 14% de tous les décès chez les nouveau-nés sont dus à des anomalies congénitales. On ignore la plupart des causes des anomalies congénitales, mais certaines peuvent être évitées.

Solutions visant à sauver la vie des mères et des bébés

Les stratégies suivantes ont donné la preuve de leur capacité à réduire le nombre de décès maternels et néonataux.

1. Rechercher l'aide d'agents de santé et de personnel soignant compétents:

- Effectuer au moins quatre consultations auprès d'un agent de santé à commencer dès les premiers moments de la grossesse
- L'accouchement devrait être assuré par un personnel compétent, telle qu'une sage-femme, un médecin ou un(e) infirmier(ère)

2. La mère devrait avoir des comportements sains pendant la grossesse:

- La mère avoir une alimentation saine, absorber des suppléments de fer et des vitamines conformément à la prescription de l'agent de santé, et se vacciner contre le tétanos

3. Prévention contre le paludisme:

- Dormir sous une moustiquaire imprégnée d'insecticide
- Prendre des médicaments de prévention contre le paludisme (sulphadoxine-pyriméthamine) tel que prescrits par l'agent de santé

4. Être préparé à faire face aux imprévus:

- Elaborer un plan d'accouchement, en y prévoyant un moyen de transport d'urgence, en cas de besoin

5. Reconnaître les signes de danger et prendre des actions immédiates:

- Saignements, boursoufflures, maux de tête intenses, convulsions et très grande fatigue

6. La mère et le bébé doivent subir un bilan de santé le plus vite possible après l'accouchement:

- En l'intervalle de 24 heures, aux troisième et septième jours après l'accouchement.

7. Espacement des grossesses:

- Attendre au moins deux ans après l'accouchement avant de prendre une autre grossesse

8. Le chef de famille devrait être responsable de:

- La santé de la femme pendant la grossesse, l'accouchement et après l'accouchement
- La santé du nouveau-né

9. Faire du plaidoyer contre ces pratiques qui sont nuisibles pour les femmes, les familles et les communautés:

- Les mutilations génitales féminines
- Les violences contre les femmes
- Le mariage forcé
- Les maternités trop précoces

10. Promouvoir l'allaitement au sein pour favoriser un bon envol

Annexe II: Nutrition pendant la grossesse pour des mamans et des bébés bien portants*

Une femme enceinte a besoin d'absorber des nutriments appropriés pour accompagner la croissance de son bébé. Pendant la grossesse, une femme devrait:

- Avoir une alimentation équilibrée composée de haricots et de noix, d'aliments riches en féculents (exemple : les pommes de terre, le manioc, le maïs, des céréales, du riz), de sous-produits animaux (viande, lait, œufs, poisson, yaourt, fromage), et de fruits et légumes.
- Manger divers aliments chaque jour, y compris des aliments riches en:
 - Fer: viande rouge, foie, œufs, arachides, lentilles, des légumes aux feuilles bien vertes et de crustacés. Des substances comme le café ou le thé qui inhibent l'absorption du fer, de

* Les informations contenues dans le présent annexe ont été compilées à partir des documents sur la nutrition et la grossesse du American College of Obstetricians and Gynecologists, 409 12th St., S.W., PO Box 96920, Washington, D.C. 20090-6920; et du Food and Nutrition Information Center of the National Agriculture Library USDA, 10301 Baltimore Ave., Room 105 Beltsville, MD 201705-2351.

même que les suppléments de calcium devraient être évités ou pris deux heures après le repas.

- Vitamine A: Le foie, les produits laitiers, les œufs, la patate douce, les citrouilles, la carotte, la papaye, l'huile de palme, la mangue, la tomate, l'avocat, le gombo, l'épinard et l'amarante.
- Calcium: le lait, les légumes verts foncés, les crevettes grises, le poisson séché, les haricots, les lentilles, les céréales complètes et les oléagineux.
- Magnésium: les céréales, les légumes aux feuilles bien vertes, les fruits de mer, les noix, les légumes et les cacahuètes.
- Vitamine C: les oranges ou d'autres agrumes, la tomate, les légumes verts et la pomme de terre.
- Vitamine E: l'avocat, l'arachide, les noix de cajou, l'huile de maïs, les épinards, le foie, les œufs et la mangue.
- Thiamine (vitamine B1): les céréales complètes; les germes de blé; le maïs, le mil et sorgho; la viande maigre, en particulier le porc, le foie et la volaille ; les œufs ; le poisson ; les haricots secs; les pois et les graines de soya.
- Riboflavine (vitamine B2): les céréales complètes, les germes de blé, le maïs, le mil, le sorgho, le poisson, les viandes maigres, les œufs, les légumes, les noix (arachides, les noix d'acajou, les huîtres), les graines de citrouille, les graines de tournesol, les graines de sésame, les légumes verts, les produits laitiers et le lait.
- Niacine (vitamine B3): les céréales complètes, les germes de blé, le maïs, le sorgho, les produits laitiers, le lait, la volaille, le poisson, les viandes maigres, les noix (en particulier les arachides), les légumes, les champignons, l'avocat, les fruits du baobab et les œufs.
- Vitamine B6: les noix, les légumes, les œufs, les viandes, le poisson, les céréales complètes, la patate douce, l'avocat et les choux.
- Vitamine B12: les œufs, la viande, la volaille, les crustacés, le lait, les produits laitiers et les aliments fermentés, tels que le yaourt et le togwa.
- Acide folique: les haricots et les légumes, les oranges, les mandarines, le tamarin, les citrons verts, les citrons jaunes, la goyave, les fruits du baobab, les raisins, les pamplemousses, le fruit de la passion, mabungo, les fraises, les céréales complètes, les légumes verts, la viande, la volaille, les crustacés, le poisson, le foie et l'avocat.

Les femmes enceintes devraient également:

- Manger au moins un repas principal supplémentaire par jour.
- Manger de petits repas plus souvent, si elles n'arrivent pas à absorber une plus grande quantité de nourriture en un nombre plus réduit de repas.
- Absorber des suppléments (fer et vitamines) suivant les conseils d'un agent de santé.

Il est recommandé que les femmes enceintes et leurs familles consomment les aliments qui sont disponibles au niveau local pour procurer à la femme enceinte les nutriments essentiels dont elle a besoin.

Annexe III: Etes-vous prêts pour accueillir le bébé? Plan de préparation à l'accouchement

Toute femme et tout bébé courent le risque de développer une complication de nature à mettre en danger leur vie. La plupart de ces complications sont imprévisibles à l'avance. Cependant, grâce à une planification détaillée, elles peuvent être gérées. Se préparer à la naissance et aux éventuelles complications peut permettre d'éviter une tragédie et de sauver la vie de la mère et du bébé.

Liste de vérification de la préparation à l'accouchement:

Avant l'accouchement d'une femme, la famille devrait travailler avec un agent de santé pour planifier ce qui suit:

- Où va se dérouler l'accouchement?
- Quel personnel soignant (sage-femme, médecin ou infirmier(ère)) assistera la femme à l'accouchement ?
- Comment prendrez-vous contact avec le personnel compétent ?
- La famille connaît les affaires qui sont nécessaires pour l'accouchement et les ont apprêtées
- Comment la femme se rendra t-elle au centre de santé le moment venu ?
- Comment régler les frais de la prestation des soins ?
- Qui s'occupera des enfants de la famille pendant l'absence de la mère ?
- Toute la famille/ménage connaît le plan

Se préparer pour faire face aux imprévus: Liste de vérification pour gérer les complications:

Dès le début de la grossesse de la femme, la famille devrait travailler avec un agent de santé pour répondre aux questions suivantes:

- Tous les membres de la famille sont-ils capables de reconnaître les signes de danger pendant la grossesse?
- Qui prendra la décision concernant la nécessité de donner à la femme des soins d'urgence? Qui d'autre peut-il prendre cette décision si la personne en question est absente de la maison?
- Quel centre de santé sera t-il utilisé en cas d'apparition de signes de danger?
- Quelles sont les affaires nécessaires et ont-elles été apprêtées?
- Comment la femme enceinte sera t-elle transportée au centre de santé?
- Qui restera auprès des enfants de la famille au cas où il faudra administrer des soins d'urgence à la femme?

- Qui donnera du sang si le besoin se présente?
- Comment honorera-t-on les frais de la prestation des soins d'urgence?

Signes de danger pendant la grossesse:

Une famille devrait se rendre dans le centre de santé le plus proche au cas où la femme enceinte présente un de ces signes de danger:

- Saignement vaginal ou écoulement d'un liquide malodorant en provenance du vagin
- Difficultés de respiration
- Fièvre
- Diminution/absence de mouvements du fœtus
- Maux de tête intenses
- Douleurs abdominales intenses
- Boursouffures du visage et des mains
- Convulsions/perde de conscience
- Écoulement d'un liquide verdâtre/jaunâtre du vagin
- Fatigue inhabituelle

Instruments nécessaires pour un accouchement aseptique et sans danger et pour l'administration de soins au nouveau-né:

Les familles devraient s'assurer que les affaires suivantes sont disponibles pour l'accouchement et pour le bébé immédiatement après la naissance.

ACCOUCHEMENT	Serviettes hygiéniques/garnitures, savon, draps de lit propres, récipient pour recueillir le placenta, lame de rasoir propre et inutilisée, alèse, attaches propres pour le cordon
NOUVEAU-NE	Couvertures, changes complets, bonnet, vêtements, etc. ayant été lavés et séchés au soleil

Annexe IV: Soins à la nouvelle mère et au bébé après l'accouchement

La mère et le bébé devraient être examinés par un agent de santé pour des bilans en l'intervalle de 24 heures, aux troisième et septième jours après l'accouchement. Il est en outre recommandé que les bébés qui sont petits ou qui ont un faible poids de naissance (pesant moins de 2500g) reçoivent une visite supplémentaire d'un agent de santé cinq jours après la naissance.

En plus de ces bilans, la famille devrait chercher à avoir la visite d'un agent médical si l'un des signes de danger suivants est observé chez la mère ou le bébé.

Signes de danger chez la mère	Signes de danger chez le bébé
<p>Saignement vaginal (abondant ou augmentant soudainement)</p> <p>Difficultés de respiration</p> <p>Fièvre</p> <p>Douleur abdominale intense</p> <p>Maux de tête intenses/troubles de la vue</p> <p>Convulsion/perte de conscience</p> <p>Ecoulement malodorant provenant du vagin ou déchirures/incision</p> <p>Douleurs aux mollets, s'accompagnant ou non de boursouffures</p> <p>Verbalisation/comportement indiquant qu'elle est capable de faire du mal au bébé ou de se faire du mal à elle-même, ou des hallucinations</p>	<p>Difficultés de respiration</p> <p>Bleu</p> <p>Froid au toucher</p> <p>Jaune (jaunisse)</p> <p>Diarrhée</p> <p>Vomissement persistants ou distension abdominale</p> <p>Refus de s'alimenter ou faible succion</p> <p>Membre ou articulation enflé</p> <p>Léthargie (réagissant uniquement sous stimulation)</p> <p>Convulsions, spasmes, perte de conscience ou mal de dos</p> <p>Fébrile (température dépassant 37.5°C)</p> <p>Température en dessous de 35.5°C</p> <p>Respiration rapide (rythme respiratoire plus rapide que 60 respirations par minute)</p> <p>Aspiration de la poitrine (mouvement aspiré de la partie inférieure de la poitrine pendant la respiration)</p> <p>Saignement</p> <p>Pâleur</p> <p>Pus ou rougeur de la peau</p> <p>Torpeur</p>

Nourrir le bébé

L'allaitement au sein possède plusieurs **avantages** pour la femme et le nouveau-né, dont:

- Procure la meilleure nourriture au nouveau-né:
 - Se digère facilement et est absorbé efficacement par l'organisme du bébé
 - Protège contre les infections et d'autres maladies
 - Offre une certaine protection contre les allergies
- Efficace et peu coûteux
- Resserre le lien mère-enfant
- Offre à la femme dans une certaine mesure une protection contraceptive jusqu'au retour de couches (si elle nourrit son bébé exclusivement au sein et que le bébé a moins de six mois)

Principes généraux de l'allaitement immédiatement après l'accouchement et de l'allaitement exclusif:

- Les bébés devraient être mis au sein dès que possible après l'accouchement (de préférence au cours de la première heure) et continuer à être nourris au sein pendant les six premiers mois de vie.
- Le colostrum, le premier lait, devrait être donné au bébé, et non pas jeté.

- Le bébé devrait être nourri exclusivement au lait maternel pendant les six premiers mois de vie. Cela signifie que rien d'autre ne devrait être donné au bébé à boire ou à manger pendant ce temps.
- Le bébé devrait être nourri au sein chaque fois qu'il le désire, de jour comme de nuit (à la demande), ce qui stimule la production par les seins d'une quantité suffisante de lait maternel.

Maintenir le bébé au chaud

- La femme et le bébé devraient être en contact corps contre corps, recouverts d'une couverture propre, sèche aussi longtemps que possible pendant les six premières heures suivant la naissance.
 - Si le bébé ne peut pas être mis en contact corps contre corps avec la femme (ou après six heures), revêtez-le avec un habit ou une couverture supplémentaire, ce qui revient à deux habits ou deux couvertures (en plus de ce qui est confortable pour les adultes).
- Ne donnez pas de bain au bébé au moins pendant les premières 24 heures, et pas avant que la température du bébé ne soit stable.
- Evitez d'habiller le bébé avec des habits/couvertures étroits et restreints parce qu'ils réduisent la rétention de la chaleur.
- Recouvrez la tête du bébé avec un bonnet.
- Maintenez la chambre chaude (25°C ou plus) et à l'abri des courants d'air.
- Vérifiez les pieds du nouveau-né au moins une fois toutes les quatre heures pendant les 24 premières heures ou jusqu'à ce que sa température se stabilise.
 - Si les pieds sont froids comparativement à la peau normale d'un adulte, il faut le recouvrir davantage immédiatement; ajoutez une couche de vêtement et de couverture.
 - Si les pieds sont chauds en comparaison de la peau normale d'un adulte, retirez une couche de vêtement et de couverture.
 - Si les pieds continuent à être froids ou chauds une heure après que vous ayez fait des changements, alors activez le plan de préparation à la gestion des complications.

Prévention des infections

Les pratiques suivantes sont particulièrement importantes au cours des premiers mois de vie compte tenu du fait que le système immunitaire du bébé (protection contre les infections) est toujours en train de se mettre en place et peut être plus fragile face aux infections:

- En général, la femme et les autres personnes devraient se laver les mains avant de toucher le bébé ou de prendre soin de lui. Ils devraient également se laver les mains après avoir nettoyé le bébé ou avoir changé ses couches.
- La mère devrait s'occuper elle-même de son bébé autant que possible.
- Il faudrait éviter que d'autres bébés et d'autres enfants utilisent eux-aussi les articles et les affaires du bébé.

- Les enfants et les adultes malades devront rester à distance du bébé à cause du risque d'infection croisée (d'une personne à une autre).
- Le bébé doit être protégé de la fumée, qui peut entraîner des problèmes respiratoires.
- La mère devrait demeurer vigilante face aux signes d'infection et à d'autres signes de danger menaçant le nouveau-né. Si un de ces signes est observé, elle devrait activer immédiatement le plan de préparation à la gestion des complications.
- D'autres pratiques, comme celles qui suivent, contribuent à protéger le bébé contre les infections:
 - L'allaitement au sein
 - De bons soins du cordon ombilical
 - L'obtention des vaccinations recommandées
 - Le fait de dormir sous une moustiquaire imprégnée dans les zones où le paludisme est endémique.

Lavage et bain

- Le bébé ne devrait pas recevoir de bain au cours des premières 24 heures, et pas avant que la température du bébé ne se stabilise.
- Il n'est pas nécessaire d'utiliser du savon, et il ne faudrait jamais en utiliser sur le visage du bébé. Un savon doux peut être utilisé sur le reste du corps du bébé.
- En lavant le nouveau-né, la famille devrait rester vigilante et surveiller les signes d'infection et d'autres signes de danger, en particulier dans les zones des plis autour du coup et de l'aîne.
- Il n'est pas nécessaire de laver le nouveau-né tous les jours, en particulier s'il est difficile de garantir un cadre de bain qui soit chaud; cependant, l'aîne/les organes génitaux et les fesses du bébé devraient être lavés et séchés chaque fois que la couche se salie/est humide.

Vaccins

Le bébé devrait être vacciné suivant le calendrier ci-dessous:

VACCIN	PERIODE
BCG pour le protéger contre la tuberculose	Après l'accouchement
OPV-0 pour le protéger contre la poliomyélite	Après l'accouchement
HB-1 pour le protéger contre l'hépatite B	Après l'accouchement

Références

Badawi, Dr. Jamal A., *The Status of Woman in Islam, Kingdom of Saudi Arabia* Foreigners Guidance Center, 1991.

Le Saint Coran.

Jhpiego, Family Care International et Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health. 2004. *Monitoring Birth Preparedness and Complication Readiness, Tools and Indicators for Maternal and Newborn Health*. Jhpiego: Baltimore, MD.

Kinzie B et Gomez P. 2004. *Basic Maternal and Newborn Care: A Guide for Skilled Providers*. Jhpiego: Baltimore, MD.

Lawn JE, Cousens S et Zupan J. 2005. 4 million neonatal deaths: when? Where? Why? *Lancet* Mar 5-11; 365(9462): 891–900.

Ronsman C et Graham WJ. 2006. Maternal mortality: who, when, where and why? *Lancet* Sep 30; 368(9542): 1189-200.

Sullivan R, Blouse A, McIntosh N et al. 1998. *Clinical Training Skills for Reproductive Health Professionals*. Jhpiego: Baltimore, MD.

Compilation de textes musulmans de l'Université de la Californie du Sud, traduction par Sahih Boukhari, Livre 92.

Organisation Mondiale de la Santé (OMS). 2006. Female genital mutilation and obstetric outcome: WHO collaborative prospective study in six African countries. *Lancet* 367: 1835–1841.

Organisation Mondiale de la Santé (OMS). 2005. *WHO Multi-country Study on Women's Health and Domestic Violence against Women*. OMS: Genève.

Organisation Mondiale de la Santé (OMS)/FNUAP/UNICEF/Banque Mondiale. 1999. *Reduction of Maternal Mortality: A Joint WHO/UNFPA/UNICEF/World Bank Statement*. WHO: Genève.

Organisation Mondiale de la Santé (OMS). 1996. *Mother-Baby Package: Implementing Safe Motherhood in Countries*. OMS: Genève.

Organisation Mondiale de la Santé (OMS). Regional Office for the Eastern Mediterranean. At: <http://www.emro.who.int/Publications/HealthEdReligion/IslamicPerspective/Chapter3.htm>

Pour plus d'informations :

The ACCESS Program
Jhpiego
1615 Thames Street
Baltimore, MD 21231
Tel: 410.537.1800
info@jhpigo.net
www.accesstohealth.org

IMA World Health
PO Box 429, Building Old Main
New Windsor, MD 21776
Tel: 410.635.8720
imainfo@imaworldhealth.org
www.imaworldhealth.org



The ACCESS Program is the U.S. Agency for International Development’s global program to improve maternal and newborn health. The ACCESS Program works to expand coverage, access and use of key maternal and newborn health services across a continuum of care from the household to the hospital—with the aim of making quality health services accessible as close to the home as possible. Jhpiego implements the program in partnership with Save the Children, Constella Futures, the Academy for Educational Development, the American College of Nurse-Midwives and IMA World Health.