



Guide d'information

Interruption de grossesse par médicaments



Clinique des femmes
de l'Outaouais

228, boul. St-Joseph, local 201,
Gatineau (Québec) J8Y 3X4
Tél : 819-778-2055
www.cliniquedesfemmes.com



TABLE DES MATIÈRES

1

INTRODUCTION

page 4

2

A PROPOS DE LA CLINIQUE DES FEMMES

page 5

3

ÉTAPES DE L'INTERVENTION

page 6

- 3.1 La rencontre préparatoire
- 3.2 La rencontre avec l'infirmière et le médecin
- 3.3 Rendez-vous de suivi obligatoire

4

RISQUES ET COMPLICATION POSSIBLES

page 10

5

RECOMMANDATIONS

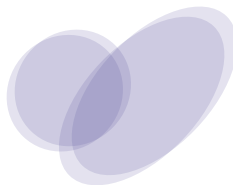
page 12

- 5.1 A la maison
- 5.2 Prévention de l'infection
- 5.3 Saignements
- 5.4 Crampes
- 5.5 Prenez soin de vous

6

RAPPELS

page 16



Vous pouvez rejoindre la Clinique des femmes au **819-778-2055** du lundi au jeudi de 8h00 à 16h00 et le vendredi de 8h00 à 15h00. Si vous avez des préoccupations d'ordre médical en dehors de ces heures, contactez Info-santé en composant le 811, option 1.



1

INTRODUCTION

Vous avez décidé d'interrompre cette grossesse. C'est votre choix, et votre droit, l'avortement étant légal au Canada depuis 1988.

Pour certaines femmes, la décision a été relativement facile à prendre, pour d'autres cela a été plus difficile.

Sachez que votre choix sera respecté par tout le personnel de la Clinique des femmes, et que vous serez traitée avec douceur, compréhension et compétence. Notre rôle est de vous procurer un avortement dans les meilleures conditions possibles, sur le plan médical et sur le plan humain.

Toutes vos démarches demeureront confidentielles.

Nous utilisons généralement le tutoiement dans la majorité de nos interactions pour rendre la relation plus chaleureuse et égalitaire. Nous vous appellerons aussi par votre prénom. Si vous voulez être abordée différemment, veuillez en aviser la réceptionniste.

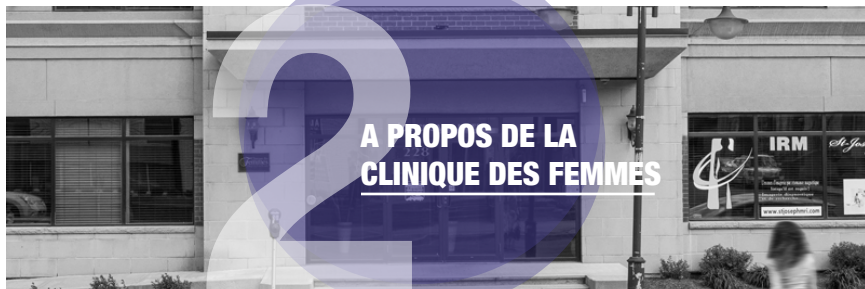
Nous offrons l'avortement chirurgical et l'avortement par médicaments.

Vous avez reçu ce guide puisque vous avez fait le choix d'obtenir un avortement par médicaments. Ce guide vise à vous fournir l'information dont vous aurez besoin pour bien vous préparer à l'avortement. Veuillez l'apporter lors de chaque rendez-vous et le conserver pour vous y référer en cas de doutes à propos de ce qui est normal ou non. Une version complète du livret est aussi disponible en ligne à www.cliniquedesfemmes.com.

Si vous avez des questions ou des inquiétudes, nous préférons que vous nous appeliez d'abord à la Clinique des femmes, puisque l'avortement est notre spécialité.

Nous sommes là pour vous, à chaque étape du processus, que ce soit pour votre prise de décision, avant, pendant et après l'intervention. Si vous avez des questions, n'hésitez jamais à nous appeler.

Vous pouvez rejoindre la Clinique des femmes au **819-778-2055** du lundi au jeudi de 8h00 à 16h00 et le vendredi de 8h00 à 15h00. Si vous avez des préoccupations d'ordre médical en dehors de ces heures, contactez Info-santé en composant le 811, option 1.



La Clinique des femmes de l'Outaouais est un organisme féministe et à but non lucratif fondé en 1981. Elle offre des services de santé en matière de planification des naissances, notamment l'interruption de grossesse par médicaments et par chirurgie ainsi que la contraception.

Nous offrons aux femmes une gamme de services de soins, d'information, de sensibilisation, d'éducation et de référence. Nous collaborons avec les organismes de santé et les organismes communautaires afin d'assurer un continuum de services de santé des femmes. De plus, nous défendons le droit des femmes au libre choix en exerçant un rôle de veille en matière de politique et ce, en concertation avec les organismes partageant des objectifs similaires.

Notre philosophie d'intervention s'incarne par quatre grands principes :

- Accueillir inconditionnellement chaque femme en reconnaissant et en respectant sa réalité.
- Accompagner les femmes dans leurs choix et leur cheminement.
- Assurer l'accessibilité de nos services aux femmes.
- Adapter nos services et nos outils de travail aux besoins de chacune.

Vous pouvez rejoindre la Clinique des femmes au **819-778-2055** du lundi au jeudi de 8h00 à 16h00 et le vendredi de 8h00 à 15h00. Si vous avez des préoccupations d'ordre médical en dehors de ces heures, contactez Info-santé en composant le 811, option 1.



Après en avoir discuté avec l'infirmière et considéré les deux méthodes disponibles, vous avez décidé d'interrompre votre grossesse à l'aide de médicaments. Cela veut dire que vous prenez le contrôle du processus de l'interruption de grossesse et que vous sentez que vous avez l'assurance et une bonne maîtrise de soi pour le faire.

Un minimum de 3 rendez-vous seront nécessaires pour l'avortement par médicaments :

3.1 La rencontre préparatoire

Lors de cette première visite, vous rencontrerez une infirmière qui complètera votre dossier médical et fera une prise de sang pour déterminer votre groupe sanguin ainsi que votre taux d'hormones de grossesse. Il y aura aussi une échographie par voie vaginale pour évaluer le stade de la grossesse. Il n'est pas nécessaire de boire et d'avoir la vessie pleine.

L'image échographique ne pourra pas vous être remise lors de cette rencontre car elle doit être lue et signée par un médecin.

L'infirmière vous verra d'abord seule. Dans un deuxième temps, si vous le souhaitez, la personne qui vous accompagne pourra se joindre à la rencontre.

Cette première visite durera environ 45 minutes. L'infirmière vous expliquera le déroulement de l'interruption de grossesse ainsi que les risques associés.

Vous aurez l'occasion de discuter de contraception et de votre décision si vous le désirez. C'est une occasion pour de nombreuses femmes de se confier à une personne neutre et attentive. N'hésitez pas à nous poser les questions qui vous préoccupent et à nous faire part de vos inquiétudes. Toutes les questions sont valables.

Vous pouvez rejoindre la Clinique des femmes au **819-778-2055** du lundi au jeudi de 8h00 à 16h00 et le vendredi de 8h00 à 15h00. Si vous avez des préoccupations d'ordre médical en dehors de ces heures, contactez Info-santé en composant le 811, option 1.

Si vous êtes ambivalente ou si vous ressentez le besoin de parler de votre décision à quelqu'un, vous pouvez demander un autre rendez-vous.

3.2 La rencontre avec l'infirmière et le médecin

Prévoyez une visite à la clinique d'une durée de 45 minutes.

L'infirmière et le médecin commenceront par revalider votre décision et revoir le consentement aux soins avec vous.

L'infirmière et le médecin pourraient aussi refaire une échographie par voie vaginale ainsi qu'un examen pelvien au besoin. Un prélèvement au niveau du col de l'utérus sera fait pour dépister 2 infections transmises sexuellement, la chlamydia et la gonorrhée. Nous ne faisons pas de dépistage des autres infections transmises sexuellement telles que le SIDA, l'hépatite, etc. Un test Pap pourra par contre être fait au besoin.

L'infirmière et le médecin reverront les étapes à suivre pour la procédure d'interruption de grossesse par médicaments et fixeront un rendez-vous de suivi obligatoire 10 à 14 jours plus tard. Si votre groupe sanguin est négatif, vous recevrez un vaccin WinRho par injection intramusculaire.

Si vous avez choisi une méthode de contraception, nous pourrions vous indiquer quand la débiter.

Le médecin vous remettra les médicaments pour effectuer votre avortement. Il vous donnera aussi une prescription pour soulager la douleur et les nausées.

L'avortement par médicaments se fait en deux étapes avec deux types de médicaments, la mifépristone et le misoprostol.

Première étape:

Vous devrez tout d'abord prendre un comprimé de mifépristone et l'avalier sur place à la Clinique. Ce médicament bloque l'effet de la progestérone, ce qui interrompt la grossesse. Le processus n'est pas réversible à partir de ce moment.

Deuxième étape :

Vous repartirez à la maison avec 4 comprimés de misoprostol que vous devrez prendre par voie buccale, 24 à 48 heures après la prise du mifépristone. Vous devrez mettre les 4 comprimés dans votre bouche, 2 comprimés dans chaque joue entre la gencive inférieure et la joue. Vous devrez laisser fondre les comprimés pour au moins 30 minutes et ensuite prendre un verre d'eau pour avaler ce qui ne s'est pas dissout.

Vous pouvez rejoindre la Clinique des femmes au **819-778-2055** du lundi au jeudi de 8h00 à 16h00 et le vendredi de 8h00 à 15h00. Si vous avez des préoccupations d'ordre médical en dehors de ces heures, contactez Info-santé en composant le 811, option 1.



Ce médicament est une prostaglandine qui stimule les contractions de l'utérus pour expulser la grossesse. Il faut choisir un moment favorable et un endroit confortable compte tenu des crampes et des saignements qui débiteront dans les heures suivantes.

Vous allez ressentir des crampes utérines et avoir des saignements vaginaux. Vous pourrez peut-être apercevoir des tissus de grossesse ainsi que des caillots dans vos saignements. Gardez votre calme, cela signifie que le processus est en place. Si vous avez des crampes et saignements intenses, cela ne devrait durer que quelques heures. Ils devraient ensuite diminuer en intensité.

Dans 60% des cas, l'avortement se produit dans les 4 heures après la prise du misoprostol. Dans 40% des cas, l'avortement se produit dans les 24 à 72 heures.

Après l'expulsion de la grossesse, les saignements diminuent et durent en moyenne 16 jours. Il se peut que de légers saignements persistent jusqu'à 30 jours.

Un anti-inflammatoire pourra être utilisé pour contrôler la douleur, selon les recommandations du fabricant et si vous n'avez aucune contre-indication. Pour aider à prévenir la douleur, vous pourriez prendre l'anti-inflammatoire avec un peu de nourriture, une heure avant la prise du misoprostol. Si vos crampes sont sévères vous pouvez prendre l'anti-douleur tel que prescrit.

Il est aussi possible d'avoir des diarrhées ou des frissons après la prise du misoprostol. Pour prévenir la nausée ou les vomissements, vous pouvez utiliser un anti-nausée (exemple Graval) une heure avant la prise du misoprostol. Si besoin, répéter la prise d'anti-nausée aux 6 à 8 heures.

Vous pouvez rejoindre la Clinique des femmes au **819-778-2055** du lundi au jeudi de 8h00 à 16h00 et le vendredi de 8h00 à 15h00. Si vous avez des préoccupations d'ordre médical en dehors de ces heures, contactez Info-santé en composant le 811, option 1.



3.3 Rendez-vous de suivi obligatoire

Vous aurez un rendez-vous de suivi 10 à 14 jours après la prise de la mifépristone. Ce rendez-vous est obligatoire et très important pour assurer que le processus est bien complété. En choisissant l'interruption de grossesse par médicaments, vous vous engagez à participer au rendez-vous de suivi. Sachez que le misoprostol peut causer des malformations de l'embryon s'il y avait poursuite de la grossesse.

Le médecin vous questionnera sur votre expérience, la douleur, les saignements et les symptômes de grossesse. Le médecin vous confirmera si l'interruption de grossesse est complétée ou vous donnera des conseils pour assurer la réussite du processus.

Sachez que même si vous avez eu des saignements avec caillots, le processus n'est peut-être pas complété. Si l'interruption de grossesse n'est pas complète, nous vous informerons de vos options. Vous pourriez avoir besoin d'un curetage.

N'apportez pas les tissus de grossesse expulsés à la clinique. Vous pouvez disposer de ces tissus de la façon qui vous convient le mieux.

Le médecin pourra faire l'installation d'un stérilet si vous avez choisi cette méthode de contraception. Si vous ne prenez aucune méthode de contraception hormonale, sachez que vous aurez un retour de menstruation dans moins de 6 semaines.

Vous pouvez rejoindre la Clinique des femmes au **819-778-2055** du lundi au jeudi de 8h00 à 16h00 et le vendredi de 8h00 à 15h00. Si vous avez des préoccupations d'ordre médical en dehors de ces heures, contactez Info-santé en composant le 811, option 1.



RISQUES ET COMPLICATIONS POSSIBLES

Comme dans toutes les interventions médicales, il y a possibilité de complications. Les complications autour de l'avortement sont très rares et généralement faciles à traiter. Nous vous informons de ces risques pour des raisons légales, afin que vous puissiez signer un consentement éclairé, comme lors de toute intervention médicale.

Voici les complications qui pourraient survenir, décrites de la plus fréquente à la moins fréquente.

Rétention et avortement incomplet :

Dans de rares cas, il peut rester des tissus placentaires ou des membranes dans l'utérus après l'avortement par médicaments. Dans ce cas, diverses options vous seront offertes. Il est important d'être disponible pour votre rendez-vous de suivi. Il est très important que vous sachiez que le misoprostol peut causer des malformations de l'embryon s'il y avait poursuite de la grossesse.

Infection :

Il arrive que des femmes développent spontanément une infection de l'utérus ou des trompes. Si vous présentez un ou des signes d'infection, c'est-à-dire de la fièvre, des douleurs au ventre, des pertes vaginales malodorantes, appelez-nous ou consultez votre médecin. Une infection traitée par antibiotiques rapidement ne laisse habituellement aucune séquelle.

Bien que très rare, un choc toxique peut entraîner le décès, le risque étant de 0,001%. Cette infection se manifeste par des symptômes pseudo-grippaux comme des douleurs musculaires, fatigue, maux de tête et toux sèche.

Hémorragie (saignement abondant):

Ceci consiste à remplir une serviette sanitaire maxi aux demies-heures pendant 2 heures consécutives. Dans ce cas, rendez-vous à l'urgence.

Vous pouvez rejoindre la Clinique des femmes au **819-778-2055** du lundi au jeudi de 8h00 à 16h00 et le vendredi de 8h00 à 15h00. Si vous avez des préoccupations d'ordre médical en dehors de ces heures, contactez Info-santé en composant le 811, option 1.

Allergie médicamenteuse :

Vous devez nous signaler toutes allergies ou intolérances aux médicaments. Nous vous questionnerons aussi à ce sujet. Les risques de réaction aux produits pharmaceutiques que vous utiliserez existent, comme pour n'importe quel médicament distribué en pharmacie.

Danger d'infertilité :

Une complication non traitée pourrait occasionner un problème de fertilité. De nos jours, le risque est très minime. Par contre, assurez-vous de demeurer vigilante à tous signes de complications.

EN RÉSUMÉ

Vous devez téléphoner à la Clinique des femmes ou consulter un médecin si vous présentez un des problèmes suivants:

- **Une température élevée (plus de 38 °C ou 100,4 °F) pendant plus de 6 heures. Il est très important de prendre votre température si vous vous sentez fiévreuse puisqu'on peut avoir une sensation de chaleur sans véritablement faire de fièvre.**
- **Des douleurs intenses et persistantes au bas-ventre non soulagées par la prise d'analgésiques de manière régulière.**
- **Des symptômes pseudo-grippaux comme des douleurs musculaires, fatigue, céphalée ou toux sèche.**

Vous devez vous rendre à l'urgence d'un centre hospitalier si vous avez :

- **Des saignement anormaux, c'est-à-dire remplir une serviette hygiénique super absorbante à la demi-heure pendant plus de 2 heures.**

Pour toutes questions ou inquiétudes, n'hésitez pas à nous appeler. Si la Clinique des femmes est fermée, veuillez contacter le 811.

Vous pouvez rejoindre la Clinique des femmes au **819-778-2055** du lundi au jeudi de 8h00 à 16h00 et le vendredi de 8h00 à 15h00. Si vous avez des préoccupations d'ordre médical en dehors de ces heures, contactez Info-santé en composant le 811, option 1.



RECOMMANDATIONS

5.1 À la maison

- Si vous avez de jeunes enfants, prévoyez quelqu'un pour s'occuper d'eux pour les heures qui suivront la prise de misoprostol.
- Mangez selon vos goûts, et buvez abondamment.
- Évitez toute activité physique trop intense pour une période de 7 jours.
- Reposez-vous si vous en sentez le besoin.

5.2 Prévention de l'infection

Pendant 7 jours suite à la prise du misoprostol (comprimés dans les joues):

- N'introduisez rien dans le vagin :
 - pas de relations sexuelles avec pénétration;
 - pas de tampon, ni de coupe menstruelle (Diva Cup ou Keeper);
 - pas de vibreur;
 - pas de douche vaginale ni de désodorisant vaginal.
- Utilisez seulement des serviettes hygiéniques.
- Pas de natation en piscine ou en lac.
- Pas de bain tourbillon ou spa.
- Vous pouvez prendre votre douche ou votre bain à la maison.

Vous pouvez rejoindre la Clinique des femmes au **819-778-2055** du lundi au jeudi de 8h00 à 16h00 et le vendredi de 8h00 à 15h00. Si vous avez des préoccupations d'ordre médical en dehors de ces heures, contactez Info-santé en composant le 811, option 1.

5.3 Saignements

Les saignements peuvent varier d'une femme à l'autre, et d'une intervention à l'autre chez la même femme.

- Ils peuvent débuter après la prise du mifépristone mais débuteront habituellement après la prise du misoprostol.
- Ils peuvent être abondants mais diminueront progressivement sur une période de deux semaines.
- Ils peuvent contenir des caillots, être rouges ou brunâtres.
- Ils peuvent sembler plus abondants quand vous vous levez le matin, quand vous allez à la toilette, ou si vous êtes très active physiquement.
- Les femmes qui sont habituées à utiliser des tampons peuvent avoir l'impression de saigner davantage avec une serviette hygiénique.

5.4 Crampes

Il est normal d'avoir des crampes importantes pendant un avortement par médicaments. Certaines femmes s'inquiètent car elles n'en ont jamais ressenties. Elles peuvent survenir à partir de la prise du mifépristone mais elles surviendront probablement quelques heures après la prise du misoprostol. Elles peuvent être plus fortes que des crampes menstruelles.

Conseils pour soulager les crampes :

- Vous pouvez prendre des anti-inflammatoires selon la recommandation du fabricant, si vous n'avez aucune contre-indication.
- Prendre les comprimés anti-douleur tels que prescrits.
- Vous reposer et mettre quelque chose de chaud/ froid sur votre bas ventre ou dans le bas de votre dos.

Si vous êtes inquiètes, appelez-nous.

Vous pouvez rejoindre la Clinique des femmes au **819-778-2055** du lundi au jeudi de 8h00 à 16h00 et le vendredi de 8h00 à 15h00. Si vous avez des préoccupations d'ordre médical en dehors de ces heures, contactez Info-santé en composant le 811, option 1.



5.5 Prenez soin de vous

Vos ÉMOTIONS

Vous vivez probablement des moments intenses en émotions. Chaque femme peut ressentir des émotions différentes et c'est normal. Beaucoup de femmes se sentent soulagées après une interruption, ce qui n'empêche pas qu'on puisse se sentir triste, déçue, coupable, seule ou qu'on ait un sentiment de perte.

Plusieurs femmes ou couples vivront une période de deuil. La tristesse est une émotion saine et elle s'apaise avec le temps.

On peut aussi avoir l'impression d'être plus mature, plus responsable ou même se sentir fière d'avoir pris une décision importante.

Cette expérience est l'occasion pour bien des femmes de faire un bilan de leur vie, d'apprendre à mieux se connaître et à s'affirmer.

Si vous avez envie de parler de ce que vous ressentez, que ce soit maintenant ou plus tard, faites-le. C'est bon de partager avec quelqu'un en qui vous avez confiance. Votre santé émotive est aussi importante que votre santé physique.

Vous pouvez aussi nous téléphoner et nous pourrions vous proposer une rencontre ou vous diriger vers d'autres services qui pourraient vous aider.

Votre SEXUALITÉ

Vous pouvez reprendre vos activités sexuelles après votre visite de suivi, si le médecin confirme que l'interruption de grossesse est complète.

N'oubliez pas que vous êtes fertile immédiatement après l'avortement et qu'il faut planifier une contraception si vous voulez éviter une grossesse.

Il est possible qu'après une interruption de grossesse, vous observiez des changements par rapport à votre vie sexuelle, par exemple, que vous n'avez pas envie de faire l'amour pendant un certain temps, même s'il n'y a pas à ce moment-là de contre-indication médicale.

Soyez à l'écoute de votre corps et prenez le temps de retrouver votre désir.

S'il y a des aspects de votre sexualité qui ne vous plaisent pas, prenez aussi le temps d'en parler et de chercher une solution.

Vous pouvez rejoindre la Clinique des femmes au **819-778-2055** du lundi au jeudi de 8h00 à 16h00 et le vendredi de 8h00 à 15h00. Si vous avez des préoccupations d'ordre médical en dehors de ces heures, contactez Info-santé en composant le 811, option 1.





Age de la grossesse: _____ en
date du _____

1) Prise de la mifépristone le _____
à _____
à la Clinique des femmes.

2) Une heure avant la prise du misoprostol, vous pouvez prendre un anti-inflammatoire tel que prescrit.

3) Faire fondre les comprimés de misoprostol dans les joues 24 à 48 heures après la prise du mifépristone, soit entre le _____ et le _____ au plus tard.

4) Suivi obligatoire le _____ à _____ à _____.

Autre rendez-vous au besoin le _____ à _____.

Il est très important que vous respectiez l'heure de vos rendez-vous. Si cela vous est impossible, avisez nous à l'avance en appelant au : 819-778-2055

Ayez avec vous lors de vos visites:

- Votre carte d'assurance maladie valide ou votre attestation temporaire. Dans le cas où vous n'auriez pas votre document en main, vous devrez défrayer le coût de l'intervention.
- La Clinique des femmes accepte les dons (argent comptant, VISA, Interac). C'est un geste de solidarité envers d'autres femmes qui ne pourraient autrement pas avoir accès aux services de la clinique.
- Pour un bon déroulement, veuillez vous assurer d'avoir en votre possession des serviettes sanitaires. Nous vous conseillons aussi de vous procurer des anti-nausées (ex Gravol), anti-inflammatoires et anti-douleurs en pharmacie. Des prescriptions à cet effet vous seront données en même temps que les comprimés de Mifépristone.

Si vous êtes inquiète ou si vous avez des questions, appelez-nous au 819-778-2055. En dehors des heures d'ouverture, veuillez joindre Info-Santé en composant le 811.

Pour toute urgence qui requiert des soins immédiats, faites le 911.

Pour une consultation à l'urgence, veuillez vous rendre à l'urgence de l'hôpital le plus proche. En Outaouais, les gynécologues sont à l'hôpital de Gatineau mais si la situation est urgente, toutes les salles d'urgence pourront vous traiter.

Veillez conserver ce guide et l'apporter à toutes les étapes de l'interruption de grossesse.