



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

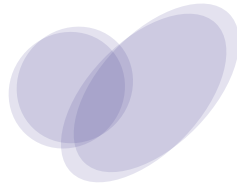
page 12

- 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.



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

Pour certaines personnes, 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 une interruption de grossesse (IG) 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 par votre prénom. Si vous voulez être abordée différemment, veuillez en aviser la réceptionniste. Veuillez aussi nous communiquer vos pronoms et nous nous engageons à les respecter.

Nous offrons l'interruption de grossesse (IG) par médicaments et par chirurgie.

Vous avez reçu ce guide puisque vous avez fait le choix d'obtenir une IG par médicaments. Ce guide vise à vous fournir l'information dont vous aurez besoin pour bien vous y préparer. 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'IG 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 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 sexuelle et reproductive. De plus, nous défendons le droit 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 personne en reconnaissant et en respectant sa réalité.
- Accompagner les personnes utilisatrices de nos services dans leurs choix et leur cheminement.
- Assurer l'accessibilité de nos services.
- Adapter nos services et nos outils de travail aux besoins de chaque personne.

Nous avons le souci de créer un environnement sécuritaire et inclusif pour toutes les personnes qui pourraient bénéficier de nos services.

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 complétera votre dossier médical et fera une prise de sang pour déterminer votre groupe sanguin. Il y aura aussi une échographie abdominale ou 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 de façon individuelle. Dans un deuxième temps, si vous le souhaitez, la personne qui vous accompagne pourra se joindre à la rencontre.

Cette première visite durera environ 50 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 plusieurs 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.

Si vous ressentez de l'ambivalence ou le besoin de parler de votre décision à quelqu'un, vous pouvez demander de rencontrer notre ressource psychosociale.

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.

3.2 La rencontre avec l'infirmière et le médecin

Prévoyez une visite à la clinique d'une durée de 45 minutes. L'infirmière vérifiera votre dossier médical et fera une prise de sang pour déterminer votre taux d'hormones de grossesse. Elle vous expliquera et vous fera signer un consentement aux soins.

L'infirmière et le médecin pourraient aussi refaire une échographie par voie vaginale ainsi qu'un examen pelvien au besoin. On vous demandera de faire un auto-prélèvement pour le dépistage de 2 infections transmises sexuellement, la chlamydia et la gonorrhée. Nous ne faisons pas de dépistage des autres infections transmises sexuellement telles que le VIH, l'hépatite, etc.

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 10 à 14 jours plus tard. Il est généralement possible de faire la rencontre de suivi par téléphone.

Si votre groupe sanguin est négatif, un vaccin vous sera administré en vue d'éviter des problèmes lors des prochaines grossesses. Un document informatif sur les immunoglobulines humaines anti-D est disponible pour fournir davantage d'information à ce sujet.

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

Le médecin vous remettra les médicaments pour effectuer votre IG. Une prescription pour des médicaments pour soulager la douleur et les nausées sera faxée à votre pharmacie.

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 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 Gravol) 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

Vous aurez un rendez-vous de suivi 10 à 14 jours après la prise de la mifépristone. Ce rendez-vous est 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 reprendre une seconde dose de misoprostol ou 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 ou d'un implant contraceptif 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 faire un test de grossesse urinaire 5 à 6 semaines après l'IG par médicaments.

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'IG 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'IG 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 personnes 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 3 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 pensez faire de la fièvre 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 3 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 quelques 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;
 - pas de vibreur;
 - pas de douche vaginale ni de désodorisant vaginal.
- Utilisez seulement des serviettes hygiéniques.
- Pas de natation en piscine, en lac ou à la mer.
- 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 personne à l'autre, et d'une intervention à l'autre chez la même personne.

- Ils peuvent débuter après la prise de la 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 personnes qui sont habituées à utiliser des tampons peuvent avoir l'impression de saigner davantage avec une serviette hygiénique.

5.4 Crampes

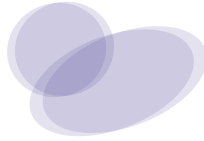
Il est normal d'avoir des crampes importantes pendant une IG par médicaments. Certaines personnes s'inquiètent car elles n'en ont jamais ressenti. Elles peuvent survenir à partir de la prise de la mifépristone mais elles surviendront probablement quelques heures après la prise du misoprostol. Elles peuvent 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.

En cas d'inquiétudes, 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 personne peut ressentir des émotions différentes et c'est normal. Plusieurs personnes se sentent soulagées après une interruption de grossesse, tout en pouvant ressentir de la tristesse, de la déception, de la culpabilité ou un sentiment de perte.

Plusieurs personnes ou couples pourraient vivre 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 ressentir de la fierté d'avoir pris une décision importante.

Cette expérience est l'occasion pour plusieurs 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. Nous offrons des rencontres individuelles et de groupe.

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'IG 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 (argent comptant, Visa ou débit).
- La Clinique des femmes accepte les dons. C'est un geste de solidarité envers d'autres personnes 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 Graval), anti-inflammatoires et anti-douleurs en pharmacie. Des prescriptions à cet effet seront faxées à votre pharmacie lors du rendez-vous avec le médecin.

Si vous éprouvez des inquiétudes 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.