



# Le Misoprostol sauve la vie des femmes

Comment transmettre aux femmes de l'information sur le Misoprostol ?

**Women on Waves**

[www.womenonwaves.org](http://www.womenonwaves.org)



<b>1- Historique .....</b>	<b>3</b>
Pourquoi cette information sur le Misoprostol est-elle nécessaire? .....	3
Principes du projet .....	4
Base légale.....	4
<b>2- Connaissances de base.....</b>	<b>5</b>
Menstruation.....	5
Contraceptifs.....	6
Maladies sexuellement transmissibles (MST) .....	7
Sexe à haut risque et viol .....	7
Grossesse .....	8
Accouchement.....	9
Notes pour le formateur.....	10
<b>3- Prévention de l'Hémorragie Post Partum (HPP) avec le Misoprostol</b>	<b>11</b>
Notes pour le formateur.....	12
<b>4- Avortement sûr avec le Misoprostol .....</b>	<b>13</b>
Précautions.....	13
Comment la femme peut-elle se procurer le Misoprostol ?.....	14
Comment utiliser le Misoprostol pour un avortement ?.....	14
Effets .....	14
Quand la femme doit-elle contacter un médecin ou aller à l'hôpital ?.....	15
S'assurer que l'avortement a eu lieu .....	15
Après avoir pris le Misoprostol .....	16
Aide à l'avortement en ligne.....	16
Notes pour le formateur.....	17
<b>4- Formation .....</b>	<b>18</b>
Jeu de rôle: Un conseiller partage des informations avec une femme .....	18
Checklist pour un conseiller.....	18
<b>5 - Comment aborder les pharmaciens .....</b>	<b>19</b>
<b>6- Q &amp; A .....</b>	<b>21</b>



## HISTORIQUE

### Pourquoi cette information sur le Misoprostol est-elle nécessaire?

Les comprimés de Misoprostol figurent sur la liste des médicaments essentiels de l'Organisation Mondiale de la Santé. Il peut être utilisé par les femmes elles-mêmes pour sauver des vies de femmes.

Le Misoprostol peut être utilisé pour:

- Provoquer un avortement sûr
- Pour prévenir l'hémorragie post-partum
- Pour traiter une fausse-couche / un avortement incomplet(e)
- Pour provoquer l'accouchement

1. L'avortement est l'acte médical le plus courant au monde. Selon l'Organisation Mondiale de la Santé, chaque année 42 millions de femmes choisissent d'avoir un avortement pour toutes sortes de raisons personnelles. Cependant, beaucoup de femmes n'ont pas accès à des services d'avortement sûr et sont obligées de mettre en danger leur santé et leur vie. L'avortement non sûr est une des causes principales de mortalité maternelle. Sur 300 femmes qui font un avortement non sûr, il y en a une qui mourra. Au niveau mondial, 70 000 femmes meurent chaque année alors que c'est évitable. Beaucoup d'autres femmes souffrent de complications à long terme, telles que l'infertilité et des douleurs chroniques. L'information sur les possibilités d'avortement sûr aide les femmes à préserver leur santé et leur vie, particulièrement dans des pays où on trouve facilement le Misoprostol. Il a été prouvé qu'un avortement à l'aide du Misoprostol est sûr et fonctionne dans 80 à 85% des cas quand le Misoprostol est pris dans les 9 premiers mois de la grossesse. Il est beaucoup plus sûr que les méthodes non sûres que les femmes utilisent quand elles tentent désespérément de mettre fin à une grossesse non désirée.

2. L'hémorragie post-partum (HPP) est une des principales causes de mortalité après l'accouchement (25 %). 14 millions de femmes ont une hémorragie après l'accouchement et 125.000 femmes en meurent. En d'autres mots, 1 femme sur 10 aura une hémorragie après l'accouchement. Et sur 100 femmes qui ont une hémorragie après l'accouchement, 1 mourra. L'utilisation du Misoprostol directement après l'accouchement réduit le risque d'hémorragie de 50%.

3. Une fausse-couche / un avortement incomplet(e) peut provoquer des fortes hémorragies et des infections et peut facilement être traitée avec du Misoprostol pour prévenir les complications. C'est normalement un médecin qui s'en charge.

4. Le Misoprostol pour provoquer l'accouchement ne doit être utilisé que par un médecin et en aucun cas par les femmes elles-mêmes. Ce manuel n'approfondira pas ce point.

Le Misoprostol est bon marché, résiste à la chaleur et peut être conservé des années. Le Misoprostol est également commercialisé sous les noms de Misotac, Cytotec, Kontrac, Misoprostol, Isovent.



## Principes de Projet

Le but de ce projet est de faire en sorte que toutes les femmes sachent ce qu'elles peuvent faire elles-mêmes pour préserver leur santé reproductive. Women on Waves croit que des conseillers volontaires n'ayant pas forcément de formation professionnelle médicale mais bien informés et soutenus par des professionnels médicaux, sont tout à fait aptes à répondre aux besoins d'information des femmes sur des questions telles que « comment rendre l'accouchement et l'avortement aussi sûrs que possible et comment utiliser le Misoprostol de manière correcte.

Ce projet a pour but de former des volontaires à aider directement les femmes :

- 1- A prévenir l'hémorragie après l'accouchement (PPH)
- 2- A donner expliquer aux femmes comment pratiquer elles-mêmes un avortement sûr.

L'information peut être transmise dans les communautés par des volontaires bien entraînés. Les volontaires ne peuvent pas donner d'information médicale professionnelle, mais ils peuvent être une excellente ressource pour répondre aux questions que les femmes se posent sur l'accouchement sûr, l'avortement et la santé reproductive. Et enfin, ils peuvent être un intermédiaire orientant les femmes vers l'attention dont elles ont besoin.

## Base légale

L'article 19 de la Déclaration Universelle des Droits de l'Homme dit que « Tout individu a droit à la liberté d'opinion et d'expression, ce qui implique le droit de ne pas être inquiété pour ses opinions et celui de chercher, de recevoir et de répandre, sans considérations de frontières, les informations et les idées par quelque moyen d'expression que ce soit.

Comme les volontaires sont basés dans des pays où l'avortement est illégal, il est important de comprendre pourquoi ils NE violent PAS le code pénal. Les volontaires doivent s'assurer qu'ils sont toujours en train de transmettre des informations, pas en train d'inciter les femmes à commettre un acte illégal. De cette façon, ils ne pourront pas être poursuivis pour incitation, participation ou complicité de crime.

Dans presque tous les pays, il y a des exceptions qui autorisent l'avortement pour préserver la vie ou la santé de la femme. Il est important de bâtir des arguments qui montrent clairement comment le fait de transmettre des informations sur l'avortement permet de préserver la santé et / ou la vie de la femme.



## CONNAISSANCES DE BASE

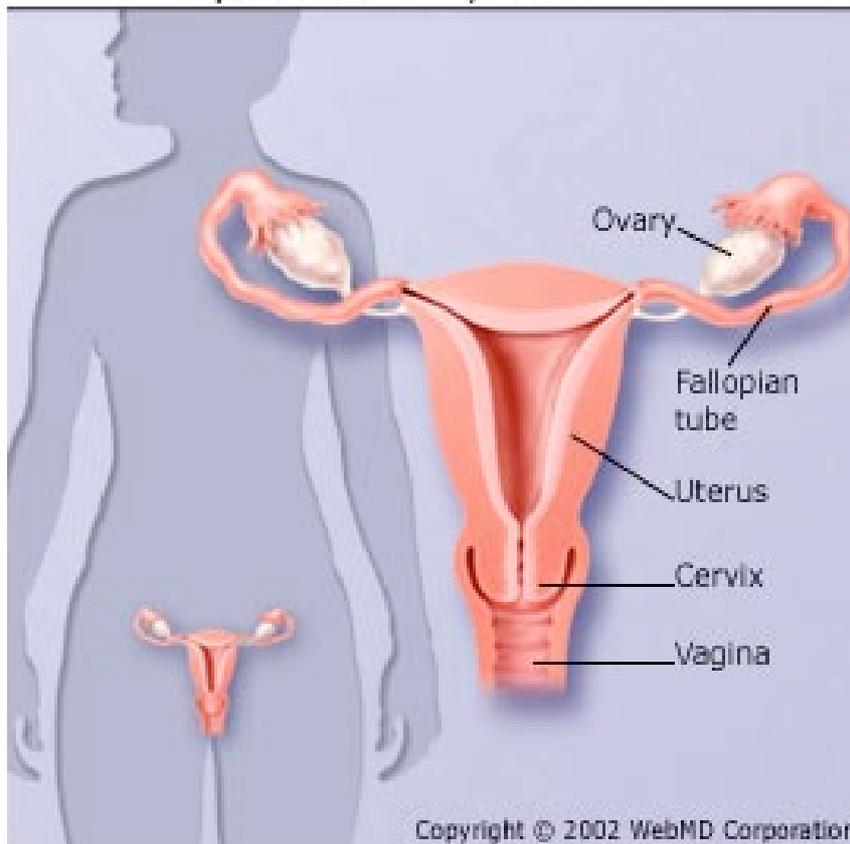
### Menstruation

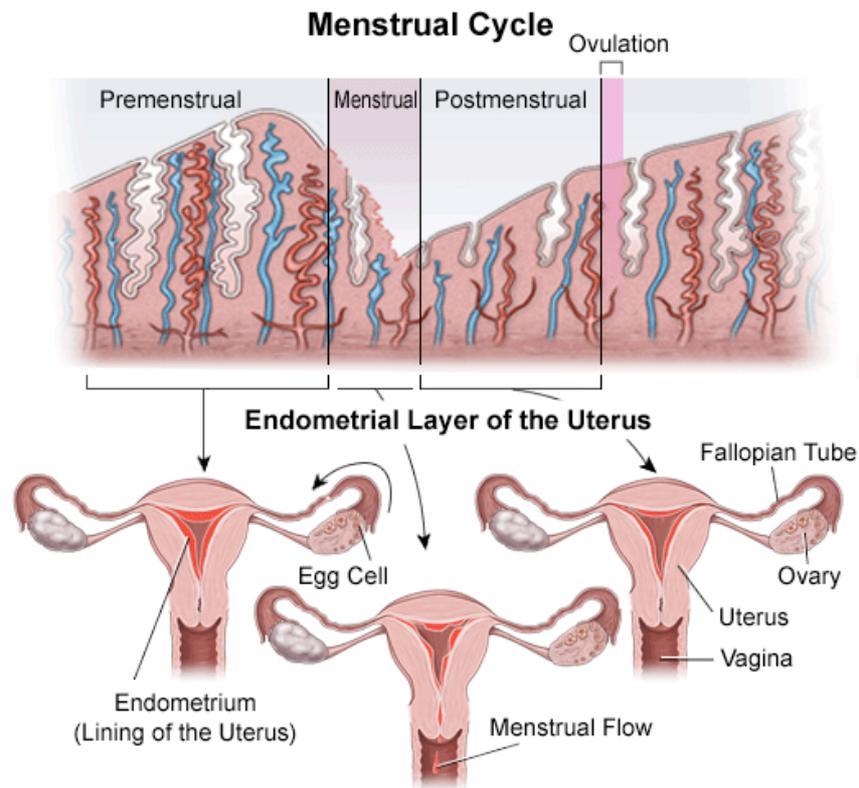
Quand une jeune femme atteint la puberté, elle commence à ovuler –un processus durant lequel un ovule est expulsé par les ovaires. Il peut y avoir une grossesse si la femme a une relation sexuelle et que le sperme d'un homme féconde l'ovule. Une femme est généralement plus féconde (apte à tomber enceinte) quelques jours avant, pendant et après l'ovulation. Pendant les règles, l'endomètre se détache et cela provoque des saignements qui s'écoulent à travers le vagin. Cela se passe habituellement 14 jours après l'ovulation si la femme n'est pas tombée enceinte.

Comme un cycle normal dure 28 jours (commençant le premier jour des règles et se terminant le premier jour des règles suivantes), la plupart des femmes ovulent le 14<sup>e</sup> jour. Selon les femmes, la durée du cycle peut varier de 23 à 35 jours. Le stress, certains exercices difficiles ou des régimes particuliers peuvent affecter le début des règles et la régularité du cycle mensuel.

Une femme peut tomber enceinte tout au long du cycle mensuel.

### Female Reproductive System





## Contraceptifs

Environ 85% des femmes sexuellement actives qui n'utilisent pas de moyen de contraception tombent enceintes en 1 an. Une femme peut aussi tomber enceinte pendant l'allaitement, aussitôt que 10 jours après l'accouchement et également pendant ses règles. Ni le retrait du pénis avant l'éjaculation pendant les rapports, ni la technique de l'abstinence périodique n'empêchent de tomber enceinte.

Vous pouvez éviter de tomber enceinte en :

- 1- Pratiquant l'abstinence totale
- 2- Utilisant un moyen de contraception. Aucun moyen de contraception de protège à 100%.

For la femme:

- Le diaphragme est disponible sur prescription uniquement et doit être placé par un professionnel médical.
- Les contraceptifs oraux (les pilules contraceptives) protègent de la grossesse grâce à une combinaison d'hormones. Les pilules doivent être prises tous les jours, comme spécifié, et ne fonctionnent pas après des vomissements ou de la diarrhée.
- Le préservatif féminin, qui ne peut être utilisé qu'une seule fois. Le préservatif féminin est une méthode efficace pour réduire les risques d'infections au VIH / SIDA ou à toute autre infection sexuellement transmissible (IST).
- Le Depo-provera est un contraceptif hormonal qu'on injecte dans un muscle du bras ou de la fesse. Il faut répéter l'injection tous les 3 mois.
- L'implant est une petite tige de caoutchouc, insérée chirurgicalement sous la peau dans le haut du bras, où elle libère l'hormone contraceptive.
- Le Stérilet est un dispositif en forme de T qui est inséré dans l'utérus par un professionnel médical. Il permet aussi de prévenir une grossesse après des rapports non



protégés s'il est placé dans les 5 jours suivant ces rapports non protégés. Le stérilet peut rester en place pendant 5 à 10 ans.

- La stérilisation est pratiquée chirurgicalement. C'est une méthode de contraception permanente.

La contraception d'urgence doit être prise dans les 72 heures de rapports non protégés afin de prévenir une grossesse non désirée. La femme peut prendre la pilule du lendemain officielle, appelée Norlevo.

Mais, à part la Norlevo, la plupart des pilules combinées (contenant des oestrogènes et de la progestérone) classiques (contraception orale) peuvent aussi être utilisées. Dans ce cas, il faut prendre, dans les 72 heures suivant les rapports non protégés, une dose de 100 µg ethinylestradiol + 500 µg levonorgestrel (2-4 pilules classiques, en fonction de leur composition), et 12 heures plus tard une 2<sup>e</sup> dose.

Pour l'homme :

- Le préservatif, qui ne peut être utilisé qu'une seule fois. Le préservatif est la méthode la plus efficace pour réduire les risques d'infections au VIH / SIDA ou à toute autre Infection sexuellement transmissible (IST).
- La stérilisation est une opération rapide pratiquée sous anesthésie locale. La capacité à avoir une érection et ou une éjaculation ne disparaît pas. C'est une méthode de contraception permanente.

### **Infections sexuellement transmissibles (IST)**

Une Infection sexuellement transmissible (IMST) est presque toujours la conséquence de rapports sexuels sans utilisation de préservatif. Les symptômes peuvent inclure:

Des sécrétions vaginales verts-jaunes ou grisâtres.

Sécrétion anormale du vagin ou du pénis

Sensation de gêne pendant les rapports

Rapports douloureux

Odeurs vaginales anormales

Douleurs abdominales

Saignements entre les périodes de règles

Sensation douloureuse ou de brûlure quand on urine

Irritations et démangeaisons dans la zone génitale de la femme

Une plaie sur au niveau du pénis, de la vulve, du vagin, du col de l'utérus, de la langue, des lèvres ou à d'autres endroits du corps.

Des verrues au niveau du pénis, du vagin, du col de l'utérus, de l'anus ou du scrotum.

Fièvre

Cependant, il arrive que certaines personnes ne présentent aucun symptôme.

### **Sexe à haut risque ou viol**

Après des rapports sexuels à haut risque (ou un viol), la femme peut réduire le risque de contracter le VIH /SIDA en prenant des médicaments appelés prophylaxie post-exposition (PPE). Cependant, ce traitement n'est pas disponible dans beaucoup d'endroits. S'il est disponible, la femme doit commencer à prendre les médicaments aussi vite que possible après le viol ou les rapports non protégés. Si plus de 72 heures (3



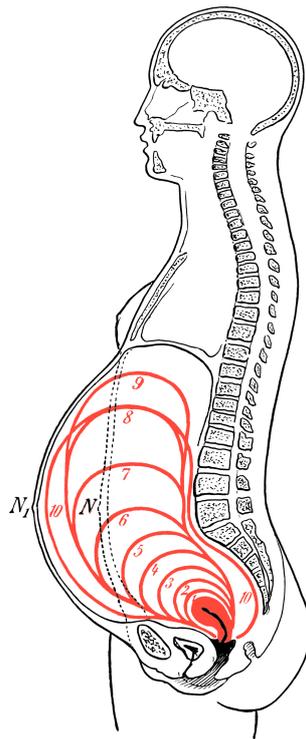
jours) sont passées après le viol, il est trop tard pour que ces médicaments réduisent le risque de contracter le VIH / SIDA. La PPE ne peut jamais être considérée comme 100% efficace. La femme devrait également prendre des antibiotiques afin d'empêcher la transmission d'Infections sexuellement transmissibles (IST)

La contraception d'urgence (ou la pilule du lendemain) doit être prise 72 heures après des rapports non protégés afin de prévenir une grossesse non désirée.

## **Grossesse**

Une femme sait qu'elle est enceinte quand ces règles n'arrivent pas. Elle peut avoir des nausées et des vomissements, une fatigue inhabituelle, des envies spécifiques pour certains aliments, et un besoin plus fréquent d'uriner, surtout pendant la nuit.

La grossesse peut être avérée par un test de grossesse qui détermine la présence d'une hormone spécifique à la grossesse (hCG) dans le sang ou dans l'urine. Une femme peut faire une estimation raisonnable de combien de temps elle est enceinte. Elle doit savoir quand était le premier jour de ses dernières règles, et commencer à compter (ce jour-là y compris) jusqu'au jour d'aujourd'hui. La taille de l'utérus peut aussi permettre de déterminer l'âge de la grossesse. Si une femme connaît des complications durant la grossesse, elle doit toujours accoucher à l'hôpital.



**Évolution de la taille de l'utérus durant la grossesse.**

## **Accouchement**

Un accouchement normal a lieu entre 37 et 42 semaines après les dernières règles.

Si la grossesse est normale, la femme peut accoucher à la maison avec l'aide d'une sage-femme expérimentée. Malheureusement, une sage-femme n'est pas toujours disponible et parfois la femme est seule ou accompagnée de quelqu'un de non expérimenté durant l'accouchement.

On considère que la femme commence le travail quand elle commence à avoir des contractions utérines régulières. Si l'accouchement dure longtemps et que le bébé ne peut pas sortir, la femme doit être emmenée à l'hôpital pour accoucher sous supervision médicale. Il se peut aussi qu'une césarienne soit nécessaire.

Une fois que le bébé est né, il se peut que la femme ait une hémorragie. La principale cause de l'hémorragie après l'accouchement est que l'utérus ne se contracte pas (70-90 %). Le Misoprostol peut aider à provoquer des contractions de l'utérus qui aide l'utérus à expulser le placenta. L'utérus ne pourra se contracter complètement qu'après l'expulsion du placenta.



## Notes pour le formateur

Après avoir présenté ces informations sur les bases de la santé reproductive, mettez en évidence les points les plus importants en demandant à l'assistance de répondre aux questions suivantes, tous ensemble ou en petits groupes. Vous pouvez le faire après chaque sujet ou après avoir présenté toutes les informations sur la santé reproductive.

**1. Combien de jours compte un cycle moyen ?**

Réponse: 28 jours

**2. Le cycle peut-il être plus long ou plus court ?**

Réponse: Le cycle peut durer entre 23 et 35 jours

**3. A quel moment du cycle une femme peut-elle tomber enceinte ?**

Réponse: A n'importe quel moment du cycle!

**4. La femme peut-elle tomber enceinte si elle allaite ?** Réponse: Oui

**5. La femme peut-elle tomber enceinte pendant ses règles?** Réponse: Oui

**6. Comment la femme peut-elle éviter de tomber enceinte ?**

Réponse: Abstinence ou utilisation de contraceptifs

**7. Quels sont les moyens de contraception disponibles au niveau local pour les hommes et pour les femmes?**

**8. Qu'est-ce que la PPE ?**

Réponse: La Prophylaxie post-exposition aide les femmes à réduire le risque de contracter le VIH /SIDA, s'il est pris dans les 72 heures après le viol ou des rapports non protégés.

**9. La PPE est-elle disponible auprès des pharmacies et hôpitaux locaux?**

**10. Comment une femme peut-elle savoir si elle est enceinte ?**

Réponse: Grâce à un test de grossesse ou un examen du médecin.

**11. Comment la femme peut-elle calculer depuis combien de temps elle est enceinte ?**

Réponse: Elle doit savoir quel était le premier jour de ses dernières règles, et compter depuis ce jour inclu jusqu'au jour d'aujourd'hui.

**12. Combien de jours une femme est-elle enceinte avant l'accouchement ?**

Réponse: Normalement l'accouchement intervient entre 37 et 42 semaines après les dernières règles.

**13. Un accouchement à domicile est-il sûr ?**

Réponse: S'il s'agit d'une grossesse normale, la femme peut accoucher à la maison avec l'aide d'une sage-femme expérimentée. Si la femme a eu des complications pendant la grossesse, elle devrait toujours accoucher dans un hôpital.



## PREVENTION DE L'HÉMORRAGIE POST PARTUM HPP AVEC LE MISOPROSTOL

La femme peut le faire elle-même ou demander à quelqu'un de présent de l'aider.

Il est possible de prévenir l'HPP dans 60% des cas si les mesures suivantes sont prises une fois que le bébé est né ET avant que le placenta ne soit expulsé.

**1-** Immédiatement après l'accouchement, sécher le bébé et le poser sur le ventre de sa mère. Couvrir la tête du bébé avec un tissu ou une couverture chaude.

**2-** Dans la minute de la naissance du bébé:

- Palper le ventre pour être sûr qu'il n'y a pas d'autre bébé.!!!
- Mettre 3 comprimés de 200 µg de Misoprostol sous la langue de la femme.
  - o L'utérus va se contracter.
  - o Il est aussi possible que la femme ait de la fièvre, des frissons, des nausées, des vomissements, de la diarrhée ou des douleurs.

**3-** Couper le cordon pour permettre l'expulsion du placenta.

**4-** Masser l'utérus (à l'extrémité la plus haute) après l'expulsion du placenta et jusqu'à ce que l'utérus se contracte (il devient dur comme une balle). Répéter toutes les 15 minutes pendant 2 heures.

*Emmener toujours la femme immédiatement à l'hôpital si:*

- Le placenta n'est pas expulsé dans les 30 minutes.
- Si la femme commence ou continue à perdre beaucoup de sang après avoir pris le Misoprostol



## Notes pour le formateur:

Après avoir présenté l'information sur l'utilisation du Misoprostol pour l'accouchement, mettez en évidence les points importants en demandant à l'assistance de répondre aux questions suivantes, ensemble ou en petits groupes. Vous pouvez aussi poser quelques unes des questions #30-41 de la section Q&A à la page 21 ou demander à votre groupe de se diviser en groupes plus petits pour travailler eux-mêmes sur la section Q&A.

### 1. Qu'est-ce que l'Hémorragie Post Partum (HPP) ?

Réponse: Une hémorragie après l'accouchement qui peut provoquer la mort de la femme.

### 2. Quels sont les 4 étapes à suivre quand on utilise le misoprostol pour prévenir l'HPP?

Réponse:

1. Sécher le bébé et le mettre sur le ventre de sa mère.
2. 1 minute après la naissance du bébé:
  - Palper le ventre pour s'assurer qu'il n'y a pas d'autre bébé dans l'utérus (jumeaux)
  - Mettre 3 comprimés 200 mcg de Misoprostol sous la langue de la femme. Elle doit laisser les comprimés se dissoudre pendant 30 minutes avant d'avaler.
- 3- Couper le cordon et attendre l'expulsion du placenta.
- 4- Masser l'utérus après l'expulsion du placenta. Il faut le faire toutes les 15 minutes pendant les 2 heures qui suivent.

### 3. Quand la femme doit-elle aller à l'hôpital ?

Réponse: Si le placenta n'a pas été expulsé dans les 30 minutes ou si la femme commence ou continue à perdre beaucoup de sang après avoir pris le misoprostol.



## AVORTEMENT SÛR AVEC LE MISOPROSTOL

L'utilisation du Misoprostol seul pour provoquer un avortement sera efficace dans 80-90% des cas. Cette information est basée sur des recherches menées par l'Organisation Mondiale de la Santé.

Les femmes certaines de vouloir mettre un terme à leur grossesse et qui n'ont vraiment pas accès à d'autres moyen sûr doivent d'abord lire attentivement les instructions. Il est conseillé d'en discuter avec un(e) ami(e).

Le Misoprostol provoque des contractions de l'utérus. En conséquence, l'utérus expulse le produit de la grossesse. L'expérience et les risques d'un avortement provoqué par le Misoprostol sont similaires à ceux d'une fausse-couche. Environ 10% des grossesses se terminent en fausse-couche.

### Précautions

*1- La femme ne doit jamais être seule.*

Pendant l'avortement, il est important d'être accompagnée par quelqu'un de proche ; ça peut être le partenaire, un(e) ami(e) ou une connaissance qui sait ce que c'est qu'un avortement médical et peut aider en cas de complications.

*2- La femme ne peut pas se provoquer un avortement elle-même si elle a plus de 12 semaines de grossesse.*

Une grossesse de 12 semaines signifie 84 jours depuis le premier jour des dernières règles. La femme peut faire une estimation raisonnable de l'âge de la grossesse Elle doit savoir quand était le premier jour de ses dernières règles, et commencer à compter (ce jour-là y compris) jusqu'au jour d'aujourd'hui. La taille de l'utérus peut aussi permettre de déterminer l'âge de la grossesse. Si la femme pense ou si l'échographie montre qu'elle a plus de 12 semaines de grossesse, elle ne peut pas se provoquer un avortement elle-même.

*3- Le Misoprostol ne doit être utilisé sans supervision médicale que si la femme n'a aucune maladie grave.*

La plupart des maladies ne sont pas une contre-indication pour l'avortement médical. Des maladies graves, telles qu'une forte anémie, peuvent créer des problèmes à cause des grandes pertes de sang. Certaines maladies graves sont parfois une raison pour un avortement légal, même dans les pays où la loi est très restrictive.

S'il y a un risque de infection sexuellement transmissible, telle que la Chlamydia ou la Blennorragie, il est conseillé de consulter un médecin pour traiter l'infection correctement. Les femmes atteinte du VIH / SIDA peuvent utiliser le Misoprostol de manière sûre, mais il pourrait il y avoir un risque plus élevé d'anémie ou d'infection.

Le Misoprostol ne peut pas être utilisé dans le cas d'une grossesse ectopique (extra-utérine). Les médecins traitent les femmes dans ce cas dans tous les pays, même dans les pays où l'avortement n'est pas légal. Une grossesse ectopique ne peut pas être traitée avec du Misoprostol.



Le Misoprostol ne peut pas être utilisé si la femme a un stérilet, ou est allergique au Misoprostol.

- 4- *Le Misoprostol ne doit être utilisé que dans le cas où il y a un hôpital à moins de quelques heures. De cette manière, si des complications se présentent, l'assistance médicale sera proche.*

### **Comment la femme peut-elle se procurer le Misoprostol ?**

Certaines pharmacies locales ont du Misoprostol. Parfois il est vendu sans prescription, parfois une prescription est nécessaire.

Si la femme a des problèmes pour obtenir le Misoprostol dans une pharmacie, il faut en essayer une autre, ou demander au partenaire ou à un ami homme d'essayer parce qu'il est possible qu'ils aient moins de problèmes pour l'obtenir. La femme peut aussi trouver un médecin qui accepte de lui faire une prescription. En général, c'est plus facile dans les plus petites pharmacies.

Si un pharmacien demande à la femme pourquoi elle a besoin du médicament, elle peut dire que sa sœur ou son amie est en train d'accoucher et en a besoin urgemment pour prévenir l'hémorragie.

Parfois les médicaments peuvent aussi être achetés sur le marché noir. Dans ce cas cependant, soyez certains qu'il s'agit réellement du Misoprostol et non d'une contrefaçon ou de quelque autre médicament. La femme doit acheter au moins 12 comprimés de 200 µg de Misoprostol.

### **Comment utiliser le Misoprostol pour un Avortement ?**

- 1- La femme doit mettre 4 comprimés de 200 microgrammes (au total 800 mcg) de Misoprostol sous la langue. N'avalez pas! Laissez dissoudre au moins 30 minutes !**
- 2- Après 3 heures, la femme doit mettre encore 4 comprimés de Misoprostol sous la langue. N'avalez pas! Laissez dissoudre au moins 30 minutes !**
- 3- La femme doit mettre 4 autres comprimés de Misoprostol sous la langue pour une troisième fois, après 3 heures. N'avalez pas! Laissez dissoudre au moins 30 minutes !**

Le taux de réussite est de 80-90%

Cela signifie que 8 à 9 femmes sur 10 auront un avortement après cette procédure.

### **Effets**

Après la première dose de Misoprostol, une femme peut avoir :

1. Des contractions et des douleurs. Si la femme veut soulager la douleur, elle peut utiliser des antidouleurs tels que le Paracetamol (Tylenol, acetaminophin) ou l'Ibuprofen.
2. Des nausées, des vomissements et de la diarrhée. La femme peut également avoir de la fièvre et des frissons.
3. Le saignement commence la plupart du temps dans les quatre heures après l'utilisation des comprimés, mais quelquefois plus tard. Le saignement est souvent le premier signe que l'avortement a commencé. Si l'avortement se poursuit, les saignements et les crampes s'intensifient. Le saignement est souvent plus abondant qu'une menstruation normale et il peut y avoir présence de caillots. Plus la



grossesse est avancée, plus les crampes et les saignements seront intenses. Le saignement continue de manière plus légère pendant 1 à 2 semaines après l'avortement, mais parfois il dure moins ou plus longtemps. Les règles normales reviennent après 4 à 6 semaines.

Si l'avortement est terminé, les saignements et les crampes diminuent. Une perte de sang plus importante accompagnée d'une augmentation de douleur et de contractions indique le moment pendant lequel l'avortement se produit. En fonction du stade de la grossesse, une petite membrane vitelline entourée de tissus peut être ou ne pas être observée. Par exemple, si la femme n'est enceinte que de cinq à six semaines, il n'y aura pas de membrane visible. À neuf semaines, une femme pourrait voir une membrane ou poche vitelline et le fœtus avec le sang. Entre 9 et 12 semaines, le risque de complications est plus élevé.

Si aucun saignement n'a lieu après la 3<sup>e</sup> dose, l'avortement n'a pas eu lieu et la femme peut réessayer quelques jours plus tard (si elle a vérifié lors d'une échographie qu'elle n'a pas une grossesse ectopique) ou tenter de trouver un médecin qui serait prêt à l'aider. Si elle a moins de 9 semaines et a accès à internet, elle peut demander l'aide de Women on Web (voir Aide à l'avortement en ligne, plus bas)

### **Quand une femme doit-elle contacter un médecin ou aller à l'hôpital ?**

- 1- Si la femme a un saignement abondant (1%) qui dure plus que 2-3 heures et qui imbibe plus que 2 serviettes maxi en une heure (si le sang coule comme de l'eau sortant d'un robinet ouvert). Avoir le vertige ou se sentir étourdie est possiblement un signe d'une trop grande perte de sang et peut être dangereux pour la santé de la femme.
- 2- Si la femme a des douleurs aiguës qui ne disparaissent pas quelques jours après la prise des médicaments.
- 3- Si elle a des sécrétions vaginales.
- 4- Si elle a de la fièvre (> 38 degrés Celsius) pendant plus de 24 heures, ou si elle a plus de 39 degrés Celsius.

Le traitement en cas de complications est le même que pour les complications d'une fausse-couche. S'il y a un problème, la femme peut toujours aller à l'hôpital ou chez un médecin et dire qu'elle a eu une fausse-couche. Il n'y a aucun moyen pour le médecin de voir qu'elle a pris ce médicament. Le traitement est un curettage ou d'une aspiration, pendant lequel le médecin va vider l'utérus. Les médecins ont l'obligation d'aider dans tous les cas.

### **S'assurer que l'avortement a eu lieu**

Certaines femmes saignent sans avoir un avortement. C'est pourquoi il est important que la femme s'assure que l'avortement a bien eu lieu. Il peut se passer 3 à 4 semaines avant qu'un test de grossesse devienne négatif. Donc, si elle le souhaite, elle peut faire une échographie environ 1 semaine après l'avortement pour être sûre que l'utérus est vide. Si l'avortement a fonctionné, les symptômes de la grossesse devraient disparaître et elle devrait ne plus se sentir enceinte.

La probabilité que le Misoprostol ne provoque pas un avortement est de 6%. La femme peut essayer d'utiliser les comprimés à nouveau après quelques jours, mais elle doit savoir que même en répétant la procédure, cela pourrait de nouveau ne pas fonctionner. Si la procédure ne marche pas et que la femme a plus de 12 semaines, et si aucun médecin n'est prêt à l'aider, elle peut aller dans un autre pays pour avoir un avortement sûr et légal ou bien garder la grossesse.



Si la grossesse continue après une tentative d'avortement avec le Misoprostol, il y a un petit risque d'anomalies de naissance comme des malformations des mains ou des pieds et des problèmes avec les nerfs du fœtus.

### **Après avoir pris le Misoprostol**

Rien ne devrait pénétrer le vagin pendant 5 jours après l'avortement (il ne faut pas avoir de rapports sexuels) car il y a un risque légèrement plus élevé d'infections. Il faut aussi savoir que la femme peut retomber enceinte à n'importe quel moment après l'avortement. Elle devrait choisir une méthode de contraception adéquate pour prévenir une nouvelle grossesse indésirée.

### **Aide à l'avortement en ligne**

Si la femme a accès à internet et est enceinte de moins de 9 semaines, elle peut demander à [www.womenonweb.org](http://www.womenonweb.org) de l'aide pour accéder à un avortement sûr. Elle peut recevoir par la poste chez elle des médicaments appelés Mifeprestone et Misoprostol qui, combinés, sont 99% efficaces pour provoquer un avortement. Le paquet prend à peu près une semaine à arriver. Elle peut écrire à [info@womenonweb.org](mailto:info@womenonweb.org)



## Notes pour le formateur:

Après avoir présenté l'information sur l'utilisation du Misoprostol pour un avortement sûr, mettez en évidence les points importants en demandant à l'assistance de répondre aux questions suivantes, ensemble ou en petits groupes. Vous pouvez aussi poser quelques-unes des questions #1-29 de la section Q&A à la page 21 ou demander à votre groupe de se diviser en groupes plus petits pour travailler eux-mêmes sur la section Q&A.

### **1. Quelles sont les 5 précautions que les femmes doivent connaître quand vous leur expliquez l'utilisation du misoprostol pour un avortement sûr ?**

Réponse:

- Une femme ne doit jamais le faire seule.
- Une femme ne doit pas faire un avortement médical elle-même si elle a plus de 12 semaines.
- Elle ne doit pas avoir de maladies graves ni de stérilet
- Elle doit être à moins de quelques heures d'un hôpital
- Elle n'est pas contrainte et choisit d'avorter de son propre gré.

### **2. Quelle est la bonne façon d'utiliser le Misoprostol pour un avortement sûr avant 12 semaines ?**

Réponse : La femme doit mettre 4 comprimés de 200 mcg (au total 800 mcg) de misoprostol sous la langue et ne pas avaler pendant 30 minutes. Après 3 heures, elle doit mettre 4 autres comprimés de Misoprostol sous la langue. Après encore 3 heures, elle doit à nouveau mettre 4 comprimés de misoprostol sous la langue.

### **3. Quels sont les symptômes habituels après l'utilisation du misoprostol pour un avortement sûr ?**

Réponse: Des saignements et des contractions. Il peut également y avoir des nausées, des vomissements, de la diarrhée, une légère fièvre ou des frissons.

### **4. Quels sont les signes de complications éventuelles ?**

Réponse:

- Saignements abondants qui dure pendant plus de 2-3 heures et souille plus de 2 serviettes hygiéniques maxi par heure pendant plus de 2 heures (si le flux de sang est comparable au débit d'un robinet ouvert).
- Des vertiges ou des étourdissements
- Des douleurs aiguës qui ne disparaissent pas quelques jours après la prise des médicaments.
- Sécrétions vaginales malodorantes.
- Fièvre (> 38 degrés Celsius) pendant plus de 24 heures, ou plus de 39 degrés.



## FORMATION

Le rôle de la formation est de former des professionnels non médicaux à donner des informations importantes centrées sur la femme et permettant de soutenir les femmes et de sauver des vies.

### **Apprendre grâce au jeu de rôle: Un conseiller qui partage des informations avec la femme.**

Il est important de s'entraîner à utiliser la checklist ci-dessus pour transmettre des informations aux femmes ainsi qu'à répondre aux questions que les femmes peuvent avoir. Le jeu de rôle est un moyen facile et agréable d'apprendre à être un bon conseiller.

Une personne joue le rôle de la femme à la recherche d'information. L'autre joue le rôle du conseiller. Utilisez la checklist ci-dessus et les Q&A de la page 21 pour apprendre l'information et apprendre à la transmettre aux autres.

- Il faut être gentil, chaleureux, compréhensif et écouter attentivement pour bien comprendre la demande d'aide.
- Il ne faut jamais « inventer » des réponses dont on est pas sûrs. Il est toujours possible de revenir vers la femme après avoir vérifié l'information auprès d'un expert.
- Il faut respecter la vie privée de chaque femme. Ne jamais parler d'informations privées concernant la femme avec qui que ce soit d'autre.

### **Checklist du conseiller**

Il s'agit d'une liste de l'information essentielle que vous devez recevoir et transmettre !

#### **Information sur l'avortement sûr:**

##### *1- Déterminer le problème:*

- 1- Grossesse non désirée, besoin d'un avortement ?
- 2- Durée de la grossesse, premier jour des dernières règles ?
- 3- Décision de plein gré ?
- 4- Maladies graves, stérilet?

##### *2- Donner des informations:*

- 1- Ne soyez pas seule
- 2- soyez à 2 heures maximum d'un hôpital
- 3- Comment utiliser le misoprostol ?:
  - 4 comprimés de misoprostol sous la langue, sans avaler*
  - 3 heures plus tard, à nouveau 4 comprimés de misoprostol sous la langue, sans avaler*
  - 3 heures plus tard, à nouveau 4 comprimés de misoprostol sous la langue, sans avaler*

##### 4- Effets:

Saignements, frissons, diarrhée, vomissements

##### 5- Quand faut-il aller à l'hôpital ?:

- 1- Forte fièvre,
- 2- Saignements abondants, plus de 2 kanga par heure durant 2 heures.



- 3- Douleurs ininterrompues
- 4- Sécrétions vaginales mal odorantes
- 6- Faire un test de grossesse au bout de 3 semaines pour s'assurer que le traitement a fonctionné

*3- Demandez à la femme de répéter l'information et corrigez si nécessaire.*

### **Information pour un accouchement sûr.**

*1- Déterminer le problème:*

Accouchement à domicile

*2- Donner des informations:*

1- Sécher le bébé et le mettre sur le ventre de sa mère !!

2- Dans la minute qui suit l'accouchement

1- Vérifier qu'il n'y a pas d'autres bébés.

2- S'il n'y en a pas, mettre 3 comprimés sous la langue.

3- Attendre l'expulsion du placenta. Après l'expulsion du placenta, masser l'utérus et sentir s'il se contracte.

4- Il faut aller à l'hôpital si :

1- Le placenta (après la naissance) n'est pas expulsé dans les 30 minutes

2- Si les saignements sont abondants

*3- Demandez à la femme de répéter l'information et corrigez si nécessaire.*



## Comment aborder les pharmaciens

Dans certaines régions, le Misoprostol n'est pas encore disponible dans les pharmacies et il est important d'augmenter la disponibilité du Misoprostol dans votre région. Il faut aborder les pharmaciens ou d'autres petits magasins qui vendent aussi des médicaments.

Demander: Connaissez-vous le Misoprostol (Cytotec, Misotac etc)?

*Si la réponse est non:*

Expliquez qui vous êtes, que vous travaillez sur un projet qui vise à réduire la mortalité maternelle, que le Misoprostol est utilisé pour prévenir l'hémorragie post partum (HPP), mais aussi pour traiter une fausse-couche / un avortement incomplet(e) (si vous jugez approprié d'en parler), que c'est pour ça que le Misoprostol se trouve sur la liste des médicaments essentiels, que le projet consiste à informer les femmes qu'elles peuvent utiliser le misoprostol elles-mêmes pour ça, que vous pensez que, à la suite de cette campagne, beaucoup de femmes vont prochainement essayer de lui acheter du Misoprostol.

Amerait-il (elle) obtenir du Misoprostol pour en vendre aux femmes qui viendront en demander (donner l'adresse du distributeur de Misoprostol dans votre pays) ?

*If la réponse est oui:*

- Est-il possible d'en acheter? (le pharmacien pourrait vous demander pourquoi vous en avez besoin)
- Le vend-il (elle) sans prescription?
- Sait-il (elle) comment il s'utilise (demander à propos de l'HPP et de la fausse-couche)?
- Expliquez qui vous êtes et ce que vous faites (ou prétendez que vous êtes un médecin.
- Serait-il (elle) intéressé(e) d'obtenir le dernier protocole de l'OMS concernant chaque indication ?

Si la réponse est oui, donnez les documents et les autocollants.

Si le pharmacien vous dit qu'il sait qu'on utilise le misoprostol pour faire des avortements, qu'il est contre l'avortement et qu'il ne veut pas en vendre, dites lui que vous comprenez mais que réellement le but est l'accouchement sûr et que, étant donné que beaucoup de femmes accouchent sans l'aide d'une personne expérimentée, le misoprostol peut réduire le risque d'hémorragie de moitié et que vous vous préoccupez réellement de cette femme et de son enfant et que vous espérez que lui aussi.

Ne parlez plus d'avortement, juste de l'HPP.

Si le pharmacien / distributeur / vendeur au marché noir vous dit que les femmes l'utilise pour l'avortement sur un ton neutre, demandez-lui s'il veut savoir ce qu'il faut conseiller aux femmes. Si la réponse est oui, donnez lui le manuel de 1 page, quelques autocollants et demandez lui si il (elle) voudrait prendre un rendez-vous pour recevoir une formation sur l'utilisation du Misoprostol.



## Q&A

### **1. Comment la femme peut-elle savoir si elle est enceinte et depuis combien de temps elle l'est ?**

La majorité des femmes déterminent qu'elles sont enceintes lorsqu'elles sont actives sexuellement et ont manqué un cycle menstruel. Les nausées, le gonflement des seins et la fatigue sont aussi des symptômes communs d'une grossesse précoce. Seule une échographie ou un test de grossesse peut confirmer que la femme est enceinte. Le test de grossesse peut être fait seulement à partir du premier jour où la femme aurait dû avoir ses règles. Avant cela, le résultat n'est pas fiable (le résultat peut être négatif alors qu'en réalité la femme est enceinte). S'il fait une échographie, le médecin peut dire à la femme exactement de combien de temps elle est enceinte.

La femme peut évaluer facilement l'âge de la grossesse. Elle doit commencer à compter depuis le premier jour de ses dernières règles, inclus, et jusqu'aujourd'hui. Le nombre de jour correspond à la durée de la grossesse. Si elle veut savoir la durée de la grossesse en semaines, elle doit diviser ce nombre par 7.

L'âge de la grossesse peut aussi être estimé en fonction de la taille de l'utérus. Habituellement, c'est un professionnel de la santé qui l'estime. Cependant, la femme peut aussi palper son propre ventre. Elle doit d'abord s'assurer que sa vessie est vide (faire pipi). Ensuite elle doit se coucher et palper avec ses 2 mains pour voir si elle arrive à sentir l'utérus (une structure dure et de la forme d'une balle). Si elle sent l'extrémité supérieure de l'utérus juste au-dessus de l'os pubien, elle a environ 12 semaines (84 jours). Si l'utérus est plus grand, elle ne devrait pas utiliser le misoprostol pour faire un avortement.

### **2. J'ai une grossesse non désirée, que puis-je faire ?**

Si une femme a une grossesse non désirée de moins de 12 semaines (84 jours), elle peut essayer de trouver 12 comprimés de Misoprostol et faire l'avortement elle-même. Elle doit mettre 4 comprimés sous la langue (laisser dissoudre pendant au moins 30 minutes avant d'avaler). Après 3 heures, elle doit mettre 4 autres comprimés sous la langue. Encore 3 heures plus tard, de nouveau 4 comprimés.

Si elle a accès à Internet, elle peut demander l'aide de [www.womenonweb.org](http://www.womenonweb.org) par email [info@womenonweb.org](mailto:info@womenonweb.org). Women on Web est un service d'avortement médical en ligne qui aide les femmes à avoir accès l'avortement médicamenteux avec la Mifeprestone et le Misoprostol combinés, une méthode efficace dans 98 % des cas.

### **3. Où puis-je trouver le Misoprostol?**

Les noms commerciaux du Misoprostol sont entre autres : Misotac, Cytotec or Kontrac. Chaque comprimé doit contenir 200 mcg Misoprostol.

Parfois il est possible de l'acheter sans prescription. Parfois, la prescription est nécessaire. Le Misoprostol est aussi utilisé pour prévenir l'Hémorragie Post Partum, pour traiter des ulcères à l'estomac ou l'arthrite.

Pour obtenir ces médicaments, vous pouvez dire que votre sœur ou votre amie vient d'accoucher et qu'elle a besoin de ce médicament pour prévenir l'hémorragie post partum, que c'est très urgent parce qu'elle saigne abondamment.



S'il est difficile d'obtenir le médicament dans une pharmacie, la femme peut essayer une autre pharmacie, ou envoyer son partenaire ou un ami homme car il est possible qu'ils rencontrent moins de problèmes pour obtenir les médicaments.

Si la pharmacie demande une prescription, la femme peut essayer de trouver un médecin qui accepte de faire la prescription ou faire la prescription elle-même en utilisant une prescription pour d'autres médicaments en remplaçant le nom du médicament par :

“R/ Misoprostol 200 mgr”  
“dtd: 12 comprimés”  
“À prendre sous la langue”

#### **4. Quels sont les risques ?**

*La femme doit chercher consulter un médecin aussi vite que possible dans les cas suivants :*

- 1- Si le saignement est abondant (si elle utilise plus de 2 serviettes maxi par heure pendant plus de 2 heures. Avoir la nausée ou des étourdissements peut être un signe de pertes de sang excessives. C'est dangereux et la femme doit être traitée par un médecin.
- 2- Si elle a plus de 38 degrés Celsius pendant plus de 24 heures ou si elle a plus de 39 degrés.
- 3- Si elle a des sécrétions vaginales malodorantes.

Si une femme pense qu'elle a une complication, elle doit aller voir un médecin immédiatement. Elle ne doit pas dire au personnel médical qu'elle a essayé de provoquer un avortement ; elle peut dire qu'elle a eu une fausse-couche. Les médecins ont l'obligation d'aider dans tous les cas. Les symptômes d'un avortement médicamenteux sont exactement pareils que ceux d'une fausse-couche et le médecin ne pourra trouver aucune preuve qu'il s'agit d'un avortement.

#### **5. Je suis enceinte de plus de 12 semaines. Puis-je toujours utiliser le Misoprostol ? Jusque quand ?**

Le Misoprostol est toujours efficace après 12 semaines de grossesse, mais les risques de complications augmentent (4% à 8% des femmes avec des grossesses du second trimestre -12 semaines de grossesse-, qui tentent de mettre fin à leur grossesse comme décrit ci-dessous, auront des saignements importants). La femme ne doit jamais être seule en le faisant.

Il est fortement déconseillé de faire un avortement médicamenteux après 15 semaines à cause du haut risque de complications et parce que cela peut être très traumatisant. A ce stade, cela devient en effet un accouchement provoqué (la femme entre en travail d'accouchement) et la femme doit être proche d'un hôpital. Il est fortement conseillé que les comprimés soient pris dans la salle d'attente d'un hôpital ou dans un lieu proche d'un hôpital. Dans ce cas, si la femme a besoin d'aide médicale urgente, elle sera proche d'une clinique ou d'un hôpital. Si elle a besoin d'aide d'urgence dans un hôpital, il est très important de dire aux médecins qu'elle a eu une fausse-couche, étant donné que les femmes peuvent être poursuivies pour avortement. Les symptômes et le traitement sont les mêmes.

Pour provoquer un avortement après 12 semaines (84 jours) de grossesse, la femme doit avoir 10 comprimés de Misoprostol 200 mcg.

Toutes les 3 heures, elle doit mettre 2 comprimés dans le vagin. Elle doit continuer à en mettre e toutes les 3 heures jusqu'à ce qu'elle ait une fausse-couche,



mais pas plus de 5 fois.

Il y a 90% de chance qu'elle ait une fausse-couche dans les 24 heures. Il faut mettre les comprimés aussi profondément que possible dans le vagin (à l'entrée de l'utérus). Il faut se laver les mains avant de les introduire. Les comprimés fonctionnent encore mieux si ils sont légèrement humidifiés avec de la salive ou de l'eau stérile avant qu'ils soient introduits.

La femme doit être consciente qu'elle va prendre beaucoup de tissus et de sang et qu'elle peut voir le fœtus (dont la taille dépend de la durée de la grossesse), qu'elle pourra reconnaître en tant que tel. Cela peut être assez traumatisant.

Si une femme a utilisé le Misoprostol par voie vaginale, et qu'elle doit aller chez le médecin parce qu'elle a une complication, elle doit vérifier attentivement avec ses doigts qu'il n'y a pas de restes des comprimés, avant d'aller chez le médecin. Des restes du misoprostol peuvent subsister jusqu'à 4 jours après la prise de Misoprostol. Si elle retire les comprimés, le médecin ne pourra pas dire qu'elle a tenté d'avorter et elle pourra dire qu'elle a eu une fausse-couche.

Le Misoprostol ne doit en aucun cas être utilisé après 20 semaines de grossesse. A ce stade, le fœtus est capable de vivre en dehors de l'utérus. A ce stade, l'utilisation du misoprostol peut résulter dans la naissance d'un bébé vivant.

### ***6. Puis-je faire un avortement médical si je suis en train d'allaiter ?***

Oui, mais il est mieux de ne pas donner le sein pendant les 5 premières heures qui suivent la prise du misoprostol. Il est donc conseillé de jeter le lait produit pendant ces 5 premières heures. Après cela, la femme peut donner le sein normalement. Cependant, si la femme doit absolument allaiter, il est probable que ça ne nuise pas à son enfant.

### ***7. Pourrais-je tomber à nouveau enceinte et avoir des enfants après avoir utilisé le Misoprostol ?***

Un avortement médical avec le Misoprostol n'affecte pas la capacité à concevoir ou à porter un enfant dans le futur. Par contre, si la femme ne souhaite pas tomber enceinte, il est important de commencer à utiliser un moyen de contraception aussitôt qu'elle recommence à avoir des rapports sexuels.

### ***8. Y a-t-il un risque à refaire un avortement médicamenteux si j'en ai déjà fait un dans le passé ?***

Les femmes sont fécondes pendant environ 40 ans. Certaines femmes doivent faire plus d'un avortement médicamenteux parce que par exemple la contraception n'a pas fonctionné, ou parce qu'elle ne choisisse pas quand elles ont des rapports, ou parce qu'elles n'ont pas accès à la contraception ou l'information sur la contraception. Avoir un avortement sûr, ou plusieurs avortements sûrs, n'a pas d'influence sur la santé de la femme ou la capacité de la femme d'avoir des enfants dans le futur.

### ***9. Que se passe-t-il si je ne suis pas enceinte et que je prends quand même le misoprostol ?***

La santé de la femme ne sera pas mise en danger si elle n'est pas enceinte et prend quand même le misoprostol. Cependant, il est probable qu'elle



expérimente quand même les effets secondaires des comprimés, comme les nausées, les vomissements, la diarrhée, les frissons, ou un peu de fièvre pendant environ 24 heures.

### **10. Puis-je prendre du Misoprostol si je suis séropositive ?**

Les femmes séropositives peuvent utiliser le Misoprostol de manière sûre. Les femmes séropositives peuvent avoir un risque un peu plus élevé d'infection ou d'anémie. Elles peuvent prendre des comprimés de fer pour l'anémie et des antibiotiques pour prévenir les infections (doxycycline 100 mg 2 fois par jours pendant 7 jours).

### **11. En combien de temps le misoprostol fera-t-il effet et combien de temps les effets secondaires (maux de ventre, nausées, saignements, etc.) dureront-ils**

Dans la plupart des cas, le Misoprostol aura un effet dans les 4 heures et la femme commencera à saigner et à avoir des contractions. Les effets secondaires (douleurs, saignements plus importants, nausées, diarrhée, etc.) peuvent durer jusqu'à 12 heures mais devraient diminuer une fois que l'avortement est complet.

Si la femme a des saignements prolongés, ou des saignements trop importants (beaucoup plus que pendant les règles normales), des douleurs au ventre qui ne disparaissent pas jusqu'à plusieurs jours après la prise de Misoprostol, des douleurs insupportables, de la fièvre, des saignements importants continus après 3 semaines, ou des douleurs lorsqu'elle appuie sur son estomac, il est possible qu'elle ait un avortement incomplet. Si elle a l'un de ces symptômes, elle doit aller immédiatement à l'hôpital ou consulter un médecin pour terminer l'avortement. Elle ne doit pas dire au personnel médical qu'elle a essayé de provoquer un avortement ; elle peut dire qu'elle a eu une fausse-couche. Il n'existe pas d'examen qui permettent de voir que la femme a fait un avortement médicamenteux. Il est très important de traiter un avortement incomplet car les tissus et le sang qui restent dans le corps peuvent causer des hémorragies importantes et des infections.

### **12. Quelle quantité de sang vais-je perdre et de quelle couleur est ce sang ?**

La règle générale est que le sang frais est rouge et le vieux sang est marron. Quand une femme a un avortement, elle perd beaucoup de sang rouge. Si la femme n'est pas sûre de la couleur de son sang ou de la quantité, il est plus prudent qu'elle vérifie si l'avortement a fonctionné et était complet.

Il est normal d'avoir des saignements légers et irréguliers pendant 3 semaines après l'avortement médicamenteux (parfois même plus longtemps).

### **13. Vais-je voir les produits de l'avortement (placenta, embryon, sang) ? Que dois-je en faire ?**

En fonction de l'âge de la grossesse quand elle font l'avortement médicamenteux, un petit sac avec un peu de tissus peut être visible. Par exemple, si une femme a seulement 5 à 6 semaines de grossesse, il n'y aura pas de sac visible, uniquement du sang et des tissus. A 9 semaines et plus, il est probable qu'elle trouve le sac dans le sang et il est possible qu'elle voit l'embryon. Le mieux est de tirer la chasse ou d'emballer tout dans du papier ménage et de tout jeter.

### **14. J'ai pris la première dose de Misoprostol et j'ai commencé à saigner. Dois-je prendre la 2<sup>e</sup> et la 3<sup>e</sup> doses ?**

Oui, il faut prendre la 2<sup>e</sup> et la 3<sup>e</sup> dose, même si les saignements



ont commencé. Les recherches scientifique ont prouvé que la 2<sup>e</sup> et la 3<sup>e</sup> doses augmentent l'efficacité du traitement et réduit le nombre d'avortements incomplets (des tissus restent dans l'utérus), ce qui signifie que moins de suivi est nécessaire. Les symptômes de la grossesse, tels que les nausées, l'augmentation de la taille des seins et la fatigue devrait disparaître quelques jours après la prise du Misoprostol. Afin de s'assurer que le traitement a fonctionné, la femme doit aller à l'hôpital pour faire une échographie pour voir si tout va bien et si l'avortement a fonctionné.

**15. J'ai utilisé le Misoprostol et je n'ai pas eu de saignement, j'en ai eu très peu ou je n'en ai pas eu autant que je m'imaginai. Est-ce que l'avortement est réussi ?**

Il est très difficile de déterminer si l'avortement est réussi et complet. Si la femme ne saigne toujours pas ou très peu et qu'elle est sûre qu'elle est enceinte, soit sa grossesse continue, soit elle a une grossesse ectopique (en dehors de l'utérus). Si la femme n'est pas sûre que l'avortement s'est produit parce qu'elle a peu ou pas de saignements, elle ne doit pas attendre et vérifier aussitôt que possible si elle est toujours enceinte à l'aide d'une échographie. La femme peut dire au médecin qu'elle pense qu'elle a eu une fausse-couche.

**16. Puis-je manger ou boire pendant que je prends le Misoprostol ?**

La femme ne doit pas boire d'alcool ni prendre de la drogue car cela peut affecter son discernement. Elle peut manger ou boire normalement. Cependant, comme certaines femmes ont des nausées, il est conseillé de manger léger.

**17. Que se passe-t-il si je ne prend pas le Misoprostol exactement 3 heures après la première dose ?**

Jusqu'à 12 semaines de grossesse, la femme doit prendre 3 doses de Misoprostol, chacune de 4 comprimés à intervalles de 3 heures (4 comprimés, attendre 3 heures, 4 comprimés, attendre 3 heures, 4 comprimés, soit 12 comprimés au total).

Même si d'autres dosages seront moins efficaces, Il peut être pris jusqu'à 12 heures après la dose initiale, et cela n'affectera pas la santé de la femme.

La femme ne doit jamais prendre plus de 12 comprimés au total ou plus que 10 comprimés au total après 12 semaines. Une overdose peut être dangereuse pour la santé ! Mais elle peut répéter la prise de misoprostol après quelques jours, si le premier essais n'a pas fonctionné.

**18. J'ai utilisé le Misoprostol mais le test de grossesse est toujours positif. Que dois-je faire ?**

Parfois les tests de grossesse sont encore positifs 3 à 4 semaines après l'avortement, parce que les hormones sont encore dans le sang. La seule façon de vous assurer si vous êtes encore enceinte ou pas c'est de faire une échographie. Si ça n'est pas possible nous vous conseillons de répéter le test de grossesse 3 ou 4 semaines après. Si les symptômes de la grossesse n'ont pas disparu quelques jours après la prise des médicaments, il est possible que la femme soit encore enceinte. La perte de sang ne signifie pas forcément que l'avortement a réussi ; c'est pour ça qu'il est très important de vérifier si la grossesse continue ou pas en faisant une échographie ou alors un test de grossesse.

**19. Quels sont les symptômes que la grossesse continue et que peut faire la femme dans ce cas ?**



Si les symptômes de la grossesse tels que nausées, augmentations des seins, et fatigue ne disparaissent pas après l'avortement médicamenteux, il est possible que la grossesse qui continue. Elle peut faire une échographie ou faire un test de grossesse après 3-4 semaines. Si la femme n'est pas sûre que l'avortement s'est produit parce qu'elle sent qu'elle est enceinte, elle ne doit pas attendre et doit faire une échographie pour vérifier si elle est encore enceinte. Si sa grossesse continue, elle peut réutiliser le Misoprostol quelques jours plus tard. Il est possible que le misoprostol ne fonctionne de nouveau pas ; il provoque un avortement uniquement dans 80-90% des cas.

Si la grossesse continue et la femme a accès à Internet, elle peut demander l'aide de [www.womenonweb.org](http://www.womenonweb.org) par email [info@womenonweb.org](mailto:info@womenonweb.org). Women on Web est un service d'avortement médical en ligne qui aide les femmes à avoir accès l'avortement médicamenteux avec la Mifepristone et le Misoprostol combinés, une méthode efficace dans 98 % des cas.

### **20. J'ai utilisé le Misoprostol il y a quelques jours et j'ai encore beaucoup de douleurs, est-ce normal ?**

Si le traitement a fonctionné, la femme ne doit plus avoir de douleur, seulement des saignements. S'il y a de nombreux restes de la grossesse dans l'utérus (avortement incomplet), cela peut provoquer des douleurs. La seule façon de vérifier si tout va bien est de faire une échographie. Les petits restes dans l'utérus sont généralement expulsés avec les règles suivantes. De grands restes, cependant, pourraient ne pas être expulsés naturellement. Si l'avortement est incomplet, la femme peut avoir besoin d'une dose supplémentaire de misoprostol (2 comprimés sous la langue, laisser dissoudre pendant au moins 30 minutes) ou un d'un curetage ou d'une aspiration, procédé avec lequel le médecin retirera les restes de tissus de l'utérus.

### **21. Quel est le traitement pour un avortement ou une fausse-couche incomplet(e) ?**

Si l'avortement est incomplet, la femme peut avoir besoin d'une dose supplémentaire de misoprostol ou un d'un curetage ou d'une aspiration, procédé avec lequel le médecin retirera les restes de tissus de l'utérus. Les médecins ont l'obligation d'aider dans tous les cas. La dose additionnelle de Misoprostol pour un avortement incomplet est de 2 comprimés sous la langue, laisser dissoudre pendant au moins 30 minutes.

### **22. Comment est-ce que je sais que j'ai une infection ?**

Si la femme a:

- plus de 38 de fièvre pendant plus de 24 heures ou plus de 39.
  - ou si la femme se rend compte que ses sécrétions vaginales ne sont pas normales –elles sentent mauvais, ne sont pas comme d'habitude)
- elle doit aller chez le médecin aussitôt que possible. Ces symptômes peuvent être un signe d'infection. Une infection peut être traitée avec des antibiotiques (l'antibiotique le plus commun pour traiter ce genre d'infection est la doxycycline).

### **23. Quels sont les symptômes d'une grossesse extra utérine et quels sont les traitements ?**

Si la femme ressent des faiblesses ou des douleurs abdominales extrêmes, elle doit immédiatement consulter un médecin ou aller à l'hôpital, car il peut s'agir d'une rupture de grossesse ectopique (en dehors de l'utérus). C'est une situation dangereuse pour la vie de la femme et le médecin l'aidera dans tous les cas. Le traitement se



fait avec un médicament appelé methotrexate ou par retrait chirurgical de la grossesse ectopique, et il est nécessaire pour sauver la vie de la femme.

#### **24. Que puis-je dire si je dois aller chez le médecin ou à l'hôpital à cause d'une complication?**

Il n'est pas nécessaire de dire au personnel médical que la femme a essayé de provoquer un avortement. Elle peut dire qu'elle a eu une fausse-couche. Les médecins ne peuvent PAS voir la différence. Le traitement pour un avortement incomplet ou une fausse-couche est le même.

#### **24. Le Misoprostol peut-il être détecté dans le sang ou dans d'autres types de tests ?**

Les prises de sang ou autres types de tests (comme des biopsies) NE montrent PAS qu'une femme a utilisé le Misoprostol. Les médecins ne peuvent pas voir la différence entre une fausse-couche et un avortement provoqué sauf s'ils trouvent des traces des comprimés.

#### **26. Quels sont les chances que le fœtus soit malformé si la grossesse continue après l'utilisation de misoprostol ?**

Afin d'éviter complètement le risque de malformation, il est mieux de mettre un terme à la grossesse si la tentative de provoquer un avortement avec du misoprostol n'a pas fonctionné. Il y a un lien entre certaines malformations et le misoprostol : certaines malformations crâniennes ou dans les membres (syndrome de Möbius). Cependant, le risque relatif d'avoir un enfant malformé après avoir pris du misoprostol est faible (moins de 1 malformation sur 1000 naissances quand le fœtus a été exposé au misoprostol)

A titre de comparaison : le risque normal d'avoir un enfant atteint du syndrome de Down est de 1 sur 1300 pour une femme de 25 ans ; à 35 ans, le risque augmente à 1 sur 365. Il s'agit d'un risque plus élevé que le risque de malformations suite à la prise de Misoprostol. Si la femme craint des malformations après une tentative non fructueuse de provoquer un avortement avec le misoprostol, elle devrait aller consulter un médecin et faire une échographie. Les malformations apparaissent sur l'échographie.

#### **27. Puis-je tomber enceinte à nouveau directement après la prise de misoprostol ?**

Oui. Si une femme ne veut pas retomber enceinte tout de suite, il est très important qu'elle commence à utiliser un moyen de contraception.

Le préservatif peut être utilisé immédiatement.

La pilule contraceptive, et toutes les autres méthodes de contraception hormonale comme le patch, l'anneau, l'injection peuvent être commencés le jour de la prise du misoprostol. Si pour une raison ou une autre, l'avortement médical n'a pas fonctionné et la femme est encore enceinte, les hormones utilisées dans la pilule, le patch, l'anneau ou l'injection ne sont pas dangereuses pour le fœtus. La femme doit toujours confirmer que l'avortement a fonctionné. Avant que la femme n'ait à nouveau ses règles, les contraceptifs hormonaux sont moins efficaces. Il est donc conseillé d'utiliser une méthode barrière également (comme le préservatif). Le stérilet peut être mis en place dès 4-14 jours après la prise du misoprostol, même s'il y a encore des saignements. La femme peut aussi attendre les règles suivantes pour faire insérer le stérilet, mais elle devra utiliser une autre méthode entre temps si elle ne veut pas tomber enceinte.

Si la femme désire tomber enceinte après l'avortement médicamenteux, il est conseillé d'attendre après les règles suivantes. Il est donc mieux d'utiliser un moyen de contraception jusque là. Même si cela peut prendre quelques semaines (en



général 4 à 6 semaines) après l'avortement avant le retour des règles, il est possible que la femme ovule dans la ou es premières semaines après l'avortement et donc elle pourrait tomber enceinte immédiatement.

### **28. Quand puis-je avoir des rapports sexuels après un avortement ?**

Il est conseillé d'attendre 4-7 jours après avoir pris le Misoprostol. Juste après l'avortement, le col de l'utérus peut être légèrement ouvert, et il y a un plus grand risque d'infection si vous avez des relations sexuelles durant cette période. Il est conseillé de ne pas introduire de tampon ni rien d'autre dans le vagin pendant 4-7 jours.

### **29. Vais-je avoir des problèmes émotionnels après avoir fait un avortement ?**

La plupart des femmes n'ont pas besoin d'un soutien psychologique après avoir avorté. Les sentiments de regrets après l'avortement sont rares. En effet, la réaction émotionnelle la plus courante après l'avortement est le soulagement. Des sentiments de culpabilité, de tristesse, de perte sont communs mais la plupart des femmes peuvent surpasser les sentiments négatifs qui peuvent les affecter. Il est tout à fait normal de se sentir émotive après un avortement. Même si vous ressentez de la tristesse ou du chagrin, ces sentiments disparaîtront au bout de quelques jours. Mais dans les pays où il existe le tabou et l'accusation sociale entourant l'avortement les femmes ont plus souvent un sentiment de culpabilité et de honte.

Certaines femmes se sentent mal parce qu'elle ne se sentent pas coupables d'avoir fait un avortement. Elles pensent qu'elles devraient se sentir coupables. En général, comprendre la douleur émotionnelle peut aider à laisser aller le deuil, la culpabilité, la rage ou la honte. Si la femme n'est pas certaine qu'un avortement médicamenteux est la bonne chose pour elle, elle doit en discuter avec un ami de confiance.

Une femme qui a un avortement n'est pas une mauvaise personne pour autant. Elle n'est pas toute seule non plus à choisir de faire un avortement. Beaucoup de femmes soit étonnées d'apprendre que environ 42 millions de femmes au monde ont un avortement chaque année.

### **30. Est-il sûr d'accoucher à domicile ?**

Si la grossesse s'est déroulée normalement, la femme peut accoucher à domicile avec l'aide d'une sage-femme expérimentée. Malheureusement, une sage-femme expérimentée n'est pas toujours disponible et la femme est seule ou accompagnée de quelqu'un qui n'a pas ne sait pas comment guider une naissance.

S'il s'agit d'une grossesse avec des complications comme de l'hypertension, du diabète, une anémie sévère, trop ou trop peu de liquide, croissance anormale du fœtus ou problèmes avec le placenta, la femme doit toujours accoucher à l'hôpital.

La femme peut commencer l'accouchement à domicile mais pendant le processus développer des problèmes parce que le bébé est trop grand, parce qu'il ne se présente pas bien (dans la bonne position), la naissance prend trop longtemps, les contractions de l'utérus ne sont pas suffisamment fortes. Dans ces cas-là, la femme doit être transportée aussi vite que possible à l'hôpital pour accoucher sous surveillance médicale.

### **31. Qu'est-ce que l'Hémorragie Post Partum (HPP) et quand cela arrive-t-il ?**

L'hémorragie Post Partum est un saignement vaginal excessif qui se produit dans les 24 heures de l'accouchement. Excessif veut dire plus de 500 ml de perte de sang.

Même si tout le processus d'accouchement semble s'être bien passé, une femme peut toujours avoir une HPP. C'est la plus grande cause de mortalité après



l'accouchement (25% de tous les décès maternels dans le monde) 125 000 des 515 000 femmes qui meurent pendant leur grossesse meurent à cause d'une hémorragie.

### **32 Comment est-ce que je reconnais l'HPP quand cela arrive ?**

Il est souvent difficile d'estimer les pertes de sang après la naissance. Le saignement peut être lent et se produire sur plusieurs heures.

### **33. Qu'est-ce qui provoque l'HPP?**

La principale raison de l'Hémorragie Post Partum est que l'utérus ne se contracte pas (70-90%). D'autres causes sont :

De grosses lésions aux voies de l'accouchement

Le placenta n'est pas expulsé

L'utérus s'est déchiré

L'utérus s'est inversé

Coagulation intra vasculaire disséminée (coagulation anormale dans les veines)

### **34. Quand le placenta est-il généralement expulsé ?**

Dans 90% des cas, le placenta est expulsé dans les 15 minutes. Il y a 6 fois plus de risque d'HPP si le placenta n'est pas expulsé dans les 15 minutes.

### **35. Pourquoi il arrive que l'utérus ne se contracte pas ?**

S'il le placenta est toujours dans l'utérus.

Si l'utérus est très grand, dans le cas d'une grossesse multiple, parce que le bébé est gros, qu'il y a beaucoup de liquide.

Si le travail a été très long ou très rapide.

Si la vessie est pleine.

### **36. Que puis-je faire pour prévenir une HPP ?**

Il est possible de prévenir l'HPP dans 60% des cas si les mesures suivantes sont prises une fois que le bébé est né ET avant que le placenta ne soit expulsé (3<sup>e</sup> stade du travail).

Ces mesures sont :

**1-** Immédiatement après l'accouchement, sécher et stimuler le bébé et le poser sur le ventre de sa mère ou près de sa poitrine si elle veut lui donner le sein (les femmes séropositives car ça augmente le risque d'infection su bébé). Couvrir la tête du bébé avec un tissu ou une couverture chaude.

**2-** Dans la minute de la naissance du bébé:

- Palper le ventre pour être sûr qu'il n'y a pas d'autre bébé.
- S'il n'y a pas d'autre bébé, mettre 3 comprimés de 200 µg de Misoprostol sous la langue de la femme pour que l'utérus se contracte. La femme peut le faire elle-même si une sage-femme expérimentée n'est pas présente.

Il est aussi possible que la femme ait de la fièvre, des frissons, des nausées, des vomissements, de la diarrhée ou des douleurs.

**3-** Attendre 2-3 minutes après l'accouchement avant de couper le cordon.

Si une sage-femme est présente, elle peut aider l'utérus à



expulser le placenta plus rapidement : après avoir donné le Misoprostol, elle peut couper le cordon ombilical, mettre sa main sur le bas du ventre pour soutenir l'utérus et tirer doucement sur le cordon quand l'utérus se contracte (traction contrôlée sur le cordon)

4- Masser l'utérus (à l'extrémité la plus haute) après l'expulsion du placenta et jusqu'à ce que l'utérus se contracte (il devient dur comme une balle). Répéter toutes les 15 minutes pendant 2 heures. La femme peut aussi se masser elle-même l'utérus ou demander à quelqu'un de le faire.

**37. Que dois-je faire si l'hémorragie continue après la prise de Misoprostol ?**

Même si on essaye de prévenir l'HPP, 3% des femmes vont perdre plus de 1000 ml de sang. Si la femme commence ou continue à perdre beaucoup de sang après l'utilisation du Misoprostol, elle doit être emmenée à l'hôpital le plus vite possible !

**38. Que se passe-t-il s'il y a encore un autre bébé dans l'utérus quand la femme prend le misoprostol ?**

S'il y a encore un bébé, il y a un risque de rupture de uterus y mort de autre bebe.

**39. Y a-t-il de médicaments qui permettent de contracter l'utérus ?**

Oui, des injections d'Oxytoxine ou d'Ergométrine, mais celles-ci ne peuvent être administrées que par du personnel médical expérimenté. Le misoprostol peut être donné par des non professionnels. Il ne nécessite pas de réfrigération et est bon marché.

**40. Quels sont les effets secondaires de l'utilisation de misoprostol après l'accouchement ?**

La femme peut avoir de la fièvre, des frissons, des nausées, des vomissements, de la diarrhée, des douleurs...

**41. Puis-je donner le sein immédiatement après pris le Misoprostol après la naissance ?**

Oui, la femme peut commencer à donner le sein normalement.

Quand il est pris en prévention de l'HPP, le Misoprostol n'est pas une contre-indication pour l'allaitement.