

Interruption volontaire
de grossesse
PAR MÉTHODE MÉDICAMENTEUSE



MON LIVRET D'INFORMATIONS

SOMMAIRE

Le déroulement normal de l'avortement médicamenteux à domicile p.4

Après l'avortement, que se passe-t-il ? p.7

La visite de suivi p.9

Quand faut-il s'inquiéter et que faire ?..... p.10

Votre planning personnel p.12

Vous êtes une femme victime de violences, vous pouvez être aidée p.14

Même si l'entrave à l'IVG est un délit puni par la loi, de nombreux sites anti-avortement sont malheureusement présents sur le net.

Pour avoir des informations fiables, voilà les sites officiels :

<https://ivglesadresses.org/>

<https://ivg.gouv.fr/>

GLOSSAIRE :

CMS : Centre Municipal de Santé
Fernand-Goulène de Noisy-Le-Sec

Planning familial de Montreuil : Centre de
planification et d'éducation familiale de l'hôpital
André-Grégoire à Montreuil



Pour une femme, la gestion de sa fertilité de la puberté à la ménopause représente parfois un vrai challenge. L'interruption Volontaire de Grossesse ou IVG est l'une des options à sa disposition pour y parvenir. L'IVG fait partie de la vie des femmes depuis toujours et partout dans le monde et 1 femme sur 3 y aura recours en France au cours de sa vie.

Vous avez souhaité interrompre votre grossesse par méthode médicamenteuse sans hospitalisation, une grande partie de la méthode se déroulant à votre domicile, il est important :

- **D'être accompagnée le jour de la prise du médicament à domicile** d'une personne soutenant prévenue que vous avez décidé d'interrompre votre grossesse
- **De ne pas avoir prévu de voyage ou d'évènement important** dans les 3 jours qui suivent la prise du comprimé à domicile ni de déplacement à l'étranger avant la visite de suivi
- **De lire cette fiche d'information** avec la personne accompagnatrice afin de savoir à quoi vous attendre toutes les deux
- **De pouvoir vous rendre rapidement** (moins d'une heure de trajet), si nécessaire, dans un hôpital ayant des urgences gynécologiques, et si possible dans l'établissement de santé avec lequel nous avons signé une convention



HÔPITAL ANDRÉ-GRÉGOIRE

56 boulevard de la Boissière
93100 Montreuil-sous-Bois
Accès par le bâtiment LAMAZE
rue du Docteur Fernand-Lamaze

Secrétariat du Planning familial :

01 49 20 34 69 du lundi au
vendredi de 9 h à 16 h 45

Poste infirmier :

01 49 20 33 20 du lundi
au vendredi de 8 h 30 à 15 h 30

**Les urgences gynécologiques sont accessibles 7 jours/7 et 24h/24 et se situent au 2^e étage du bâtiment LAMAZE :
Appelez le 01 49 20 30 40 puis demandez le poste du médecin de garde 61938 ou le poste de l'infirmière des urgences 1031**

LE DÉROULEMENT NORMAL DE L'AVORTEMENT MÉDICAMENTEUX À DOMICILE

LA MÉTHODE CONSISTE À PRENDRE 2 MÉDICAMENTS DIFFÉRENTS

Médicament **1** Pris au CMS puis médicament **2** Pris à la maison

Jour 1

24 h à 48 h plus tard

La **mifépristone** (Mifégyne®) interrompt la grossesse. Elle bloque l'action de l'hormone nécessaire au maintien de la grossesse (la progestérone), favorise les contractions de l'utérus et l'ouverture du col utérin.

Elle doit être prise aujourd'hui en présence de la sage-femme, au CMS.

Le **misoprostol** (MisoOne®), augmente les contractions et provoque l'expulsion de l'œuf. Il doit être pris 24 h à 48 h plus tard, à domicile.

Dans tous les cas, il faut au minimum 24 heures entre la prise du comprimé **1** de mifépristone (Mifégyne®) et la prise du comprimé **2** de misoprostol (MisoOne®).

Cette méthode est efficace dans 95 % des cas. Néanmoins, une visite de suivi au CMS sera nécessaire 2 semaines plus tard afin de confirmer que vous n'êtes plus enceinte. En effet, une grossesse peut se poursuivre même si vous avez eu des douleurs ou des saignements. C'est le résultat de la prise de sang de contrôle qui permettra de confirmer le succès de la méthode.

« L'IVG ça rend stérile »

FAUX

De manière générale, l'avortement médicamenteux ne diminue pas votre fertilité ultérieure et l'arrivée de cette grossesse prouve d'ailleurs votre fertilité.

Après la prise du comprimé ① de mifépristone (Mifégyne®) : que peut-il se passer ?

Si vous vomissez dans les 30 minutes suivant la prise de ce médicament, vous devez contacter le CMS ou les urgences gynécologiques les plus proches de chez vous afin de renouveler la prise du médicament.

Au-delà de 30 minutes, le médicament a eu le temps de faire son effet et si vous vomissez, rien de plus n'est nécessaire.

Dans la majorité des cas vous pouvez mener vos activités habituelles.

Quelquefois vous pouvez saigner comme des règles, vous sentir fatiguée. Il est possible que vous ressentiez des nausées ou quelques douleurs. N'hésitez pas à prendre les calmants prescrits.

Très rarement, vous pouvez saigner plus abondamment, avec des caillots, ressentir des sensations ressemblant à celles des règles, voir exceptionnellement, avoir évacué l'œuf. Toutes ces situations sont normales.

Les saignements, plus ou moins importants, ne sont pas la preuve que la grossesse est éliminée. Il est donc indispensable de poursuivre le protocole et de prendre le comprimé ② de misoprostol (MisoOne®).

Si vous avez changé d'avis et que vous décidez finalement de mener la grossesse à terme, il est important d'en parler à la personne qui suivra votre grossesse afin de bénéficier d'une surveillance prénatale avec échographies répétées, car aucune garantie ne peut être donnée sur l'absence de risque pour la poursuite de la grossesse.



Ramenez les médicaments non utilisés,
il ne faut en **AUCUN CAS** les donner
à quelqu'un d'autre.

LE DÉROULEMENT NORMAL DE L'AVORTEMENT MÉDICAMENTEUX À DOMICILE

Après la prise du comprimé 2 de misoprostol (MisoOne®) que peut-il se passer ?

Pour la prise du comprimé 2 de misoprostol (MisoOne®) à votre domicile, **il est préférable d'être accompagnée** par la personne de votre choix. Prévoyez de rester chez vous, confortablement installée. Vous pouvez boire et manger mais il est possible que vous ayez des nausées ou des vomissements.

Les contractions utérines provoquent des sensations ressemblant à celles des règles, parfois plus fortes. N'hésitez pas à renouveler les médicaments contre la douleur selon les doses prescrites. En général les douleurs intenses ne durent pas très longtemps : de 1 à 3 heures environ. Elles sont soulagées, en complément des antidouleurs, par la chaleur avec une bouillotte et des massages sur le bas-ventre. Certaines études ont montré une efficacité modérée de la musique alors pourquoi ne pas écouter votre playlist préférée.

Les saignements peuvent se produire très vite après la prise du comprimé 2 de misoprostol (MisoOne®), mais parfois plus tardivement :

- dans 60 % des cas, l'avortement (expulsion de l'œuf) se produit dans les 4 heures suivant la prise,
- sinon il peut avoir lieu jusqu'à 72 heures après la prise.

Vous pourrez peut-être distinguer l'œuf sous forme d'une petite boule blanche gélatineuse de 1 à 3 cm. C'est tout à fait normal et il n'est pas nécessaire ni de vérifier sa présence ni de la recueillir.

Les saignements peuvent être abondants mais ne doivent jamais dépasser 2 serviettes pleines par heure pendant 2 heures de temps.

Si le saignement persiste sur le même rythme, il faut consulter aux urgences gynécologiques. Le médicament peut vous donner un peu de fièvre pendant quelques heures, c'est un effet connu et normal.

Au-delà de 72 heures, si vous n'avez eu aucune douleur ni saignement, contactez directement le planning familial de l'hôpital de Montreuil car il est possible que la méthode n'ait pas fonctionné et il n'est pas utile d'attendre plus longtemps.

APRÈS L'AVORTEMENT, QUE SE PASSE-T-IL ?

Après l'avortement, vous pouvez reprendre vos activités en suivant votre rythme. N'hésitez pas à vous reposer si le besoin se fait sentir.

LE RETOUR DE LA FERTILITÉ

Dans la journée de l'avortement, le taux des hormones de grossesse commence à chuter et le cycle ovarien reprend son activité régulière. Il y aura une ovulation au cours du mois qui suit et donc **la possibilité d'une nouvelle grossesse 2 à 4 semaines après votre avortement**. Si vous devez faire un test de grossesse, il faut attendre au moins 3 semaines après l'avortement.

LA CONTRACEPTION

Si vous le souhaitez, il est possible de commencer dès le soir-même ou le lendemain de votre avortement une contraception par pilule oestroprogestative pour les 3 semaines suivantes, quel que soit votre choix de contraception ultérieure.

Cette contraception temporaire aura plusieurs avantages :

- diminuer les saignements après l'avortement,
- vous protéger immédiatement contre une éventuelle nouvelle grossesse,
- faire arriver les règles en fin de plaquette en permettant l'évacuation des résidus restés dans l'utérus.

Par la suite ou à la place, **vous pourrez décider quelle est la contraception que vous souhaitez à plus long terme :**

- Un implant contraceptif (Nexplanon®) peut vous être posé le jour même de l'avortement.
- Une contraception oestroprogestative (pilule ou patch) peut être poursuivie.
- Si vous avez choisi un stérilet au cuivre (Dispositif Intra-Utérin ou DIU) ou un stérilet aux hormones (Système Intra-Utérin au levonorgestrel ou SIU), il peut être posé lors de la visite de suivi, et une autre méthode contraceptive est nécessaire dans l'intervalle en cas de rapport(s) sexuel(s) avec pénétration.
- Une injection hormonale trimestrielle peut vous être faite le jour de la visite de suivi.
- Les méthodes de contraception nécessitant une manipulation vaginale (anneau, diaphragme ou cape cervicale) ne sont pas toujours souhaitées le premier mois après l'avortement en raison des saignements mais elles sont utilisables et efficaces.

APRÈS L'AVORTEMENT, QUE SE PASSE-T-IL ?

LES SIGNES DE GROSSESSE

La fatigue et la tension des seins vont disparaître progressivement. Parfois un écoulement mammaire peut se produire, il faut éviter de stimuler ou d'appliquer de la chaleur sur le bout des seins. Les nausées vont s'atténuer et disparaître en 1 ou 2 jours en moyenne après l'avortement.

LES SAIGNEMENTS

En moyenne, ils durent 10 à 15 jours mais peuvent parfois s'éterniser jusqu'à 6 semaines. Ce n'est pas inquiétant.

Les prochaines règles auront lieu de 4 à 6 semaines après l'avortement et seront probablement plus abondantes que d'habitude ce qui est normal.

D'ici là vous pouvez avoir tous types de saignements (parfois plusieurs associés) parmi les suivants :

- peu de saignements après la prise des médicaments, mais des saignements quelques jours plus tard,
 - des tâches de sang jusqu'aux prochaines règles (appelées spotting),
 - des pertes assez abondantes de 2 à 5 jours,
 - la présence de caillots,
- ou une absence de saignement.

LES HÉMORRAGIES GRAVES SUITE À UN AVORTEMENT SONT RARES, ELLES CONCERNENT MOINS DE 1 % DES FEMMES

LES DOULEURS

Des sensations au bas-ventre, qui ressemblent à celles des règles, peuvent être ressenties pendant quelques jours. Si elles sont inconfortables, n'hésitez pas à prendre les calmants qui vous ont été prescrits.

PRÉCAUTIONS PARTICULIÈRES

Afin d'éviter toute infection au niveau de l'utérus, de permettre à la flore vaginale de se régénérer et au col de se refermer, il est recommandé de ne rien introduire dans votre vagin pendant au moins 3 jours :

- pas de tampon, coupe menstruelle, seulement des serviettes hygiéniques
- pas de piscine ni de bain, les douches sont possibles
- pas de douche vaginale ou d'ovules vaginaux
- pas de pénétration vaginale lors des rapports sexuels (sauf si protégés par un préservatif)

LA VISITE DE SUIVI

Un examen sanguin (dosage des hormones de grossesse ou HCG) de contrôle sera à réaliser juste avant la visite de suivi. **Ne vous inquiétez pas, le résultat sera encore positif après l'avortement même si la méthode a fonctionné.** Il s'agit de comparer au taux précédent afin de confirmer le succès de la méthode.

Cette visite est absolument nécessaire et intervient entre 7 et 14 jours après la prise du comprimé ① de mifépristone (Mifégyne®). La sage-femme vérifie que la grossesse est bien interrompue (risque d'échec de la méthode d'environ 5 %) et s'assure de l'absence de complication. L'efficacité de la méthode est généralement contrôlée par le résultat de l'examen sanguin ou par une échographie.

En cas d'échec, la sage-femme vous orientera vers le Planning familial de Montreuil pour la suite de votre prise en charge : réitération de prise médicamenteuse ou programmation d'une aspiration.

La visite a lieu au CMS avec la sage-femme. Si cette dernière est absente, la visite de suivi peut être faite au Planning familial de Montreuil.

La sage-femme vérifiera que vous disposez d'une contraception appropriée à votre situation.

Si vous le souhaitez, vous pouvez avoir recours à un entretien psycho-social suite à votre avortement.

« On peut se sentir triste après une IVG »

PARFOIS

Après une IVG, il est courant de ressentir des émotions, parfois contradictoires ; dans certains cas, de la tristesse, si la situation de la femme est difficile. Les femmes ressentent le plus souvent un grand soulagement après leur IVG.

Un accompagnement professionnel et bienveillant permet aux femmes de s'exprimer et de vivre au mieux cet événement.

QUAND FAUT-IL S'INQUIÉTER ET QUE FAIRE ?

Les complications de l'avortement médicamenteux sont aujourd'hui très rares.
Si malgré tout un de ces événements se produit :

- vous saignez plus d'une serviette toutes les demi-heures pendant 2 heures (soit plus de 4 serviettes en 2 heures) ou si il y a une reprise des saignements abondants à distance de la prise du comprimé **2** de misoprostol
- vous faites un malaise
- vous avez des douleurs trop intenses malgré la prise des antidouleurs prescrits
- vous avez de la fièvre au-dessus de 38°C pendant plus de 24 h...

Rendez-vous aux urgences gynécologiques pour vérifier que tout va bien ou appelez les pompiers si vous ne pouvez pas vous déplacer.
Pensez à apporter la fiche de liaison que la sage-femme vous a remise ainsi que vos examens liés à l'avortement. **AUCUNE CONSULTATION EN URGENCE NE POURRA ÊTRE RÉALISÉE AU CMS**

« L'IVG, c'est dangereux »

FAUX

Dans les pays où il est interdit, l'avortement, réalisé dans la clandestinité, comporte des risques élevés d'infection, de stérilité, voire de décès. À l'opposé, les complications sont exceptionnelles quand l'IVG est légale, et donc réalisée dans de bonnes conditions comme en France.

Si vous avez des questions ou des inquiétudes, la sage-femme n'est présente au CMS que le lundi matin et le jeudi toute la journée.

Si vous avez une question par téléphone elle pourra vous répondre ces jours-là.

Les autres jours vous pourrez contacter les numéros suivants :

Numéro vert « Sexualités, Contraception, Avortement » :

0800 08 11 11

Par le Mouvement Français pour le Planning Familial (appels anonymes et gratuits du lundi au samedi de 9 h à 20 h)

Numéro du Planning familial de Montreuil :

De jour et en semaine **01 49 20 34 69**

Numéro des urgences gynécologiques 24h/24 7 jours/7 :

01 49 20 30 40 puis demander le poste du médecin de garde 61938
ou le poste de l'infirmière des urgences 1031

PMI des découvertes :

01 49 42 67 22

Ouvert lundi, mardi, jeudi et vendredi de 9 h 30 à 16 h 30

PMI de la Maison des Solidarités :

01 71 29 20 30

Mardi de 9 h à 12 h 30 et mercredi de 9 h à 17 h

Planning familial de l'hôpital d'Avicenne :

01 48 95 57 71 ou **01 48 95 57 73**

Pour témoigner en ligne, de manière anonyme, auprès de l'ARS île-de-France de difficultés rencontrées lors d'une interruption volontaire de grossesse afin d'améliorer le parcours avortement :
<http://www.ars-iledefrance.fr/questionnaireavortement/formulaire/>

« L'IVG une affaire de femmes ? »

FAUX

L'IVG, une histoire d'hommes aussi. Si la décision d'interrompre la grossesse appartient bien entendu à la femme, les hommes concernés peuvent avoir un rôle à jouer. Ils ont parfois les mêmes questionnements et peuvent par leur présence et accompagnement bienveillants soutenir les femmes dans ce parcours.

VOTRE PLANNING PERSONNEL

La veille de la prise du médicament à la maison soit le :

- Préparer une pochette, si besoin d'aller à l'hôpital, avec :
 - la fiche de liaison
 - la carte de groupe sanguin
 - la pièce d'identité
 - la carte vitale et la carte de mutuelle
- Prévoir des serviettes hygiéniques taille maxi en quantité, du papier toilette et de quoi se restaurer sans avoir besoin de sortir faire des courses, les nausées peuvent disparaître très rapidement.
- Avoir prévenu quelqu'un pour venir passer la journée avec vous.

La prise du médicament le :

Commencer tôt pour avoir la possibilité de contacter des professionnel·le·s si besoin.

- ...h.... : Prendre un anti-nauséeux si besoin :
- ...h.... : Prendre un petit déjeuner et le médicament contre la douleur :
.....
- ...h.... : Prendre 1 comprimé de MisoOne®, le mettre entre la joue et les dents et le laisser fondre 20 minutes puis l'avaler. Il faut 20 minutes pour que cela soit efficace. Si après ces 20 minutes vous vomissez, ça n'est pas gênant pour l'efficacité du médicament
- Prendre l'autre calmant si vous en ressentez le besoin :
Néfopam (Acupan®) 1 ampoule à mettre sur un sucre et à laisser fondre sous la langue.
-

Par la suite vous pouvez reprendre :

- Ibuprofène 200 mg toutes les 4 heures sans dépasser 6 comprimés/24h.
- Néfopam (Acupan®) 1 ampoule toutes les 6 heures

.....

Le soir : Si vous avez choisi une contraception par pilule ou patch, débutez le soir même ou le lendemain matin.

Contrôle de l'efficacité de la méthode le :

Faites la prise de sang (dosage HCG) dont l'ordonnance vous a été remise lors de la prise du premier médicament par la sage-femme.

Visite de suivi le :

Pour votre visite avec la sage-femme du CMS, vous devrez vous munir de :

- votre résultat de dosage des hormones de grossesse (HCG) qui sera probablement encore positif donc ne vous inquiétez pas !,
- votre contraception si vous avez choisi un implant ou un stérilet que votre sage-femme pourra vous poser le jour de la visite de suivi,
- votre fiche de liaison que vous terminerez de remplir avec la sage-femme.

VOUS ÊTES UNE FEMME VICTIME DE VIOLENCES,

URGENCES

- Si vous êtes en danger, **appelez en urgence le 17**
- Pour signaler des violences conjugales, sexuelles ou sexistes en ligne via un tchat animé par les services de police et de gendarmerie. 24 h/24 et 7 jours/7
<https://www.service-public.fr/cmi>
- Enfance en danger : **119**
- Pour un hébergement d'urgence : **115**

SOUTIEN, ÉCOUTE ET INFORMATIONS

- **3919** Violence Femmes Info (anonyme et gratuit)
- Association SOS Femmes 93
01 48 48 46 80
- Viols femmes informations : **0800 05 95 95** anonyme et gratuit
- Intervenante sociale au commissariat de Noisy-Le-Sec : **01 48 10 12 91** ou **06 78 46 69 46**
- Écoute Violences Femmes Handicapées : **01 40 47 06 06** (Femmes pour le Dire, Femmes pour Agir)



VOUS POUVEZ ÊTRE AIDÉE

- L'Association européenne contre les Violences faites aux Femmes au Travail : **01 45 84 24 24**
- Le tchat d'en avant toutes : <https://commentonsaime.fr/j-ai-besoin-d-aide/le-tchat/> (10 h-21 h 7jours/7)

INFORMATIONS ET CONSEILS JURIDIQUES

Pour obtenir des informations et conseils juridiques :

- Point d'accès aux droits de Noisy-le-Sec : **01 83 74 55 35**
- CIDFF 93 : **01 48 36 99 02** et page Facebook : [m.facebook.com/cidff93/](https://www.facebook.com/cidff93/)
- Consultation gratuite par un avocat du barreau de Seine-Saint-Denis tous les vendredis de 10 h à 18 h au **01 48 96 20 95**



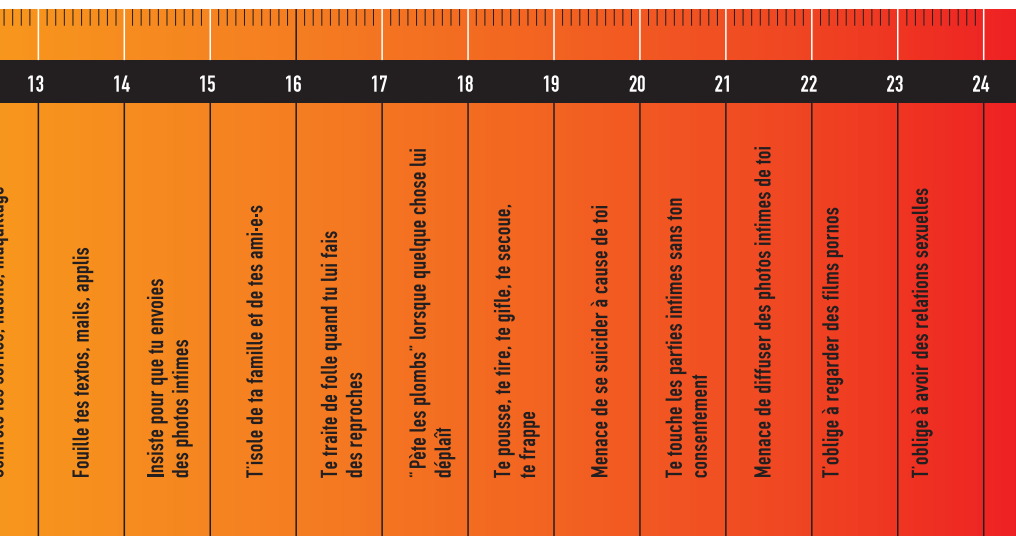
SEINE-SAINT-DENIS
LE DÉPARTEMENT



Lutter contre les violences faites aux jeunes femmes

Le violentomètre

Le consentement, c'est quoi ? C'est le fait de donner son accord de manière consciente, libre et explicite à un moment donné pour une situation précise. Tu peux revenir sur ce choix quand tu le souhaites et selon les raisons qui te sont propres. Tu n'as pas à te justifier ou subir des pressions.



PROTÈGE-TOI, DEMANDE DE L'AIDE

Tu es en danger quand il...



CMS
CENTRE
MUNICIPAL
DE SANTÉ

**CENTRE MUNICIPAL DE SANTÉ
FERNAND-GOULÈNE**

5, rue Pierre-Brossolette 93130

Noisy-le-Sec

Tél. : 01 49 42 67 20

01 49 42 64 32 (infirmierie)