



*L'interruption
volontaire
de la grossesse*

Votre guide d'accompagnement

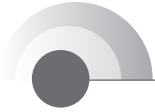


Table des matières

| | |
|---|-----------|
| Introduction | 2 |
| La préparation à l'intervention | 3 |
| Que va-t-il se passer lors de la première rencontre? | 3 |
| Que devez-vous faire pour vous préparer à l'intervention? | 4 |
| En quoi consiste la préparation du col de l'utérus? | 5 |
| | |
| Le déroulement de l'intervention | 7 |
| Que devez-vous faire le matin de l'IVG? | 7 |
| Comment se déroule l'IVG? | 8 |
| Que va-t-il se passer après l'IVG? | 8 |
| | |
| Conseils après l'intervention | 10 |
| Que devez-vous savoir? | 10 |
| Quelles complications peuvent arriver après l'IVG? | 14 |
| Que devez-vous faire si vous présentez des signes et symptômes d'une complication? | 15 |
| | |
| Mémo | 16 |



Nous vous souhaitons la bienvenue à la Clinique de planification des naissances du CHUL.

Vous songez ou avez décidé d'interrompre votre grossesse. C'est votre choix et votre droit puisque l'avortement est légal au Canada depuis 1988.

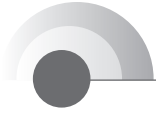
Pour certaines femmes, la décision est relativement facile à prendre, pour d'autres, elle s'avère plus difficile.

Soyez assurée que votre choix sera respecté par tout le personnel de la clinique et que votre démarche demeurera confidentielle.

Notre rôle est de vous offrir des soins dans les meilleures conditions possibles, tant sur le plan médical que sur le plan humain. Votre bien-être est au centre de nos préoccupations professionnelles.

L'interruption volontaire de grossesse est couverte par la Régie de l'assurance maladie du Québec pour les résidentes du Québec (RAMQ). Des frais sont exigés pour les femmes non couvertes par la RAMQ.





Que va-t-il se passer lors de la première rencontre?

Lors de cette visite, le déroulement d'une interruption volontaire de grossesse (IVG) vous est expliqué et vous rencontrez plusieurs intervenant(e)s.

Qui sont les membres de l'équipe?

- **L'équipe médicale (médecin et infirmière)** complète votre dossier, réalise un examen physique et gynécologique ainsi qu'un dépistage pour les infections transmises sexuellement (ITS) telles que la chlamydia et la gonorrhée.

Une **échographie** sera faite pour mieux évaluer le stade de la grossesse.

Vous êtes invitée à poser des questions et à exprimer vos inquiétudes.

Vous pouvez également discuter avec l'équipe des méthodes de contraception.

Vous aurez une **prise de sang** pour déterminer votre groupe sanguin et confirmer votre test de grossesse.

Selon votre état de santé, d'autres examens peuvent s'avérer nécessaires avant l'intervention.

La date et l'heure de l'intervention sont fixées avec vous.

- Une rencontre avec la **travailleuse sociale** vous permet de parler de votre vécu et de votre décision. C'est souvent le moment pour de nombreuses femmes de se confier à une personne neutre et attentive.

Que devez-vous faire pour vous préparer à l'intervention?

7 jours avant:

- évitez de prendre des médicaments contenant de l'acide acétylsalicylique (Aspirine^{MD});
- **assurez-vous d'avoir un thermomètre pour surveiller votre température après l'IVG;**
- prévoyez la présence d'une personne pour vous accompagner;
- confirmez la date et l'heure de l'intervention à la personne qui vous accompagnera.

La veille:

- évitez de consommer de l'alcool et des drogues.

Si l'IVG a lieu le matin:

- cessez les aliments solides à partir de minuit la veille;
- vous pouvez boire des liquides clairs (*eau, jus, boissons gazeuses, thé et café*) jusqu'à 6 h.

Si l'IVG a lieu en après-midi (après 12 h 15):

- prenez un petit déjeuner avant 7 h;
- vous pouvez boire des liquides clairs jusqu'à 10 h.

En quoi consiste la préparation du col de l'utérus?

Habituellement, la préparation du col de l'utérus est nécessaire avant une IVG **pour une grossesse de plus de 10 semaines**. Elle peut débuter la veille de l'intervention ou quelques heures avant.

Deux méthodes vous sont proposées :

1. L'insertion de tige(s) laminaire(s)

OU

2. L'utilisation de comprimés de misoprostol (Cytotec^{MD})

Les membres de l'équipe médicale vous guideront pour le choix d'une méthode.

1. L'insertion de tige(s) laminaire(s)

Ce que vous devez savoir :

- l'insertion d'une ou plusieurs tige(s) laminaire(s) permet de dilater le col de l'utérus de façon lente et progressive;
- des compresses sont insérées dans le vagin afin d'empêcher le déplacement de la ou des tiges;
- il est possible qu'après l'insertion, vous ayez un peu de difficulté à uriner et que vous constatiez de légères pertes sanguines vaginales. Ne vous inquiétez pas, cela est normal.

Ce que vous devez faire :

- après l'insertion des tiges, suivez les recommandations suivantes :
 - ne pas prendre de bain, seule la douche est permise;
 - ne pas avoir de relations sexuelles.
- pour soulager les crampes abdominales, vous pouvez prendre un médicament contenant de l'acétaminophène (Tylenol^{MD}) ou de l'ibuprofène (Advil^{MD}, Motrin^{MD}) à chaque 4 heures ou encore le médicament qui vous a été prescrit;
- si vous perdez les compresses vaginales ou tige(s) laminaire(s), avisez l'infirmière à votre arrivée à la clinique, le jour de l'IVG.

2. L'utilisation de comprimés de misoprostol (Cytotec^{MD})

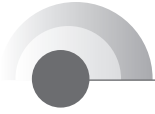
Ce que vous devez savoir :

- le misoprostol (Cytotec^{MD}) est un médicament approuvé par Santé Canada pour protéger l'estomac des personnes qui prennent des anti-inflammatoires;
- bien que non approuvé par Santé Canada à cette fin, le misoprostol s'est avéré efficace pour dilater le col de l'utérus avant l'IVG;
- cependant, il peut causer des malformations sévères au fœtus. Il ne doit donc pas être utilisé si vous n'êtes pas encore sûre de votre décision d'interrompre votre grossesse;
- vous pouvez ressentir les malaises suivants après l'absorption des comprimés : douleur au ventre, saignement vaginal, fièvre, frissons, nausées, vomissements et diarrhée;
- il existe aussi un risque que la grossesse soit expulsée spontanément avant l'intervention.

Du lundi au vendredi

De 8 h 45 à 11 h 45 et 12 h 45 à 15 h 30

Téléphone : **418 654-2167**



Que devez-vous faire le matin de l'IVG?

- Prévoyez une journée d'absence et libérez-vous de vos engagements pour la journée.
- Si vous avez un contretemps, il est IMPORTANT de nous aviser le plus rapidement possible.
- Apportez les objets suivants :
 - votre carte d'assurance maladie valide ou attestation de la RAMQ;
 - des serviettes hygiéniques (2 à 3);
 - un sous-vêtement de rechange;
 - une collation légère (*fruits, muffin, jus*).
- Présentez-vous à la Clinique de planification des naissances à la date et l'heure prévues.

Ce que vous devez savoir :

- L'IVG a lieu à la Clinique de planification des naissances et votre séjour durera environ 2 h 30.
- À votre arrivée, vous serez installée dans une salle de repos. L'infirmière vous renseignera au sujet des derniers préparatifs à l'intervention. Un soluté sera installé sur votre bras et vous recevrez une prémédication.
- Par la suite, vous serez reconduite à la salle d'intervention et installée sur la table gynécologique. L'infirmière prendra vos signes vitaux (*tension artérielle, pouls, oxygénation*).
- Une médication intraveineuse vous sera administrée avant que votre médecin débute l'intervention. Ceci augmentera votre état de détente et diminuera l'inconfort.

- L'infirmière demeurera présente près de vous tout au long de l'intervention pour vous accompagner et vous expliquer ce qui se passe. La procédure durera environ 15 à 20 minutes.
- Si vous le souhaitez, la personne qui vous accompagne pourra être présente dans la salle de repos et la salle d'intervention.

Comment se déroule l'IVG?

- Votre médecin retire la ou les tiges laminaires, s'il y a lieu. Un examen gynécologique est fait pour évaluer la position et la taille de l'utérus.
- L'IVG est réalisée en trois étapes :
 1. votre médecin fait l'anesthésie locale du col utérin. Il est possible que vous ressentiez un pincement ou un picotement;
 2. il fait graduellement l'ouverture du col à l'aide de dilateurs;
 3. L'intervention se termine avec l'aspiration et le curetage.

Que va-t-il se passer après l'IVG?

- Vous êtes ramenée sur pied à la salle de repos pour une période de récupération et d'observation d'environ 1 heure.
- Lors du congé de la clinique, vous devez obligatoirement être accompagnée. Vous ne pouvez pas conduire votre voiture. Si vous devez prendre l'autobus, un taxi ou quitter à pied, vous devez également être accompagnée. Vous prenez le risque que votre IVG soit annulée si vous n'avez pas pris les dispositions nécessaires pour respecter cette directive.

Le saviez-vous?

La médication administrée pendant l'intervention peut causer de la maladresse, des problèmes d'équilibre, des étourdissements, de la faiblesse et même affecter le jugement.

Pour les prochaines 24 heures suivant l'intervention, il est recommandé de :

- s'abstenir de prendre de l'alcool, des drogues ou des médicaments causant de la somnolence, autre que ceux prescrits par votre médecin;
- ne pas conduire une automobile ou manipuler de la machinerie dangereuse;
- s'abstenir de prendre des décisions importantes.





Que devez-vous savoir?

Reprise des activités :

Vous pouvez recommencer à manger et à boire selon votre tolérance.

Dès le départ de l'hôpital, vous pourrez reprendre progressivement vos activités. Cependant vous devez vous reposer si vous en ressentez le besoin.

Hygiène :

Il est permis de prendre une douche dès votre retour à la maison. Il est préférable d'attendre 3 jours avant de prendre un bain.

Relations sexuelles :

Pendant 2 semaines, il ne doit pas y avoir de pénétration vaginale lors des relations sexuelles.

La première semaine, dans le but de prévenir les infections, il est recommandé de ne rien introduire dans votre vagin.

Saignements vaginaux :

Utilisez seulement des serviettes hygiéniques. Vous devez éviter les tampons, les douches vaginales, les crèmes et les ovules vaginaux pendant 2 semaines.

Pendant quelques jours et jusqu'à 4 semaines après l'intervention, vous pouvez avoir des pertes sanguines vaginales plus ou moins abondantes, **avec ou sans caillot(s)**.

Si vous imbiblez complètement une serviette hygiénique à chaque heure durant 3 heures consécutives, communiquez avec nous (voir encadré page 6).

Contraception et prochaines menstruations :

Le saviez-vous?

Après l'IVG, vous redevenez fertile. Il y a un risque de grossesse si vous avez des relations sexuelles sans utiliser une méthode contraceptive.

Si vous avez choisi comme moyen de contraception **la pilule, le timbre** ou **l'anneau**, vous serez menstruée dès la fin du premier échantillon. Nous vous conseillons de débiter votre méthode contraceptive le dimanche immédiatement après l'IVG.

Si vous n'êtes pas menstruée à la fin de votre 1^{er} mois de contraception, ne vous inquiétez pas. Reprenez un deuxième mois de contraceptifs et vos menstruations apparaîtront à la fin de celui-ci.

Par contre, si votre méthode de contraception est **le condom, le diaphragme** ou **le stérilet en cuivre**, la prochaine menstruation devrait se produire 4 à 6 semaines après l'intervention.

L'insertion d'un stérilet peut se faire au moment de l'IVG, deux semaines plus tard ou lors de votre prochaine menstruation.

Symptômes de grossesse :

Après l'IVG, vous pouvez continuer à ressentir de la fatigue, des nausées et une sensibilité aux seins.

Ces symptômes disparaîtront progressivement au cours des 7 jours suivants l'IVG.

Le saviez-vous?

Un test de grossesse peut demeurer positif jusqu'à 3 semaines après l'intervention.

Douleurs abdominales :

Pendant quelques heures et jusqu'à 2 à 3 jours après l'IVG, vous pouvez avoir des douleurs abdominales légères.

Pour soulager la douleur, vous pouvez prendre de l'acétaminophène (Tylenol^{MD}, Atasol^{MD}) ou de l'ibuprofène (Advil^{MD}, Motrin^{MD}) à toutes les 4 à 6 heures au besoin.

Le saviez-vous?

L'acide acétylsalicylique (Aspirine^{MD}) est à éviter car il peut provoquer des saignements.

Montée de lait :

Un engorgement des seins ou une montée laiteuse peut survenir quelques jours après l'IVG. C'est un phénomène normal qui disparaîtra après quelques jours.

Pour diminuer l'inconfort lié à l'engorgement des seins, nous vous recommandons de :

- diminuer l'ingestion de liquide;
- appliquer au besoin des compresses froides;
- porter un soutien-gorge bien ajusté;
- prendre un analgésique au besoin;
- ne pas extraire du liquide des seins car cela stimule la production de lait.

Émotions :

Vous vivez probablement des moments intenses. Prendre la décision d'avoir une IVG peut être facile pour certaines et difficile pour d'autres.

Certaines peuvent le vivre comme une PEINE D'AMOUR, se sentir triste, déçue, coupable. Chaque femme réagit à sa façon.

Il se peut que vous observiez certains changements dans vos relations avec les autres : le goût de vous rapprocher ou de vous éloigner peut-être... Permettez-vous de vous écouter.

Si vous avez envie de parler de ce que vous ressentez, faites-le. C'est bon de partager avec quelqu'un en qui vous avez confiance.

Au besoin, vous pouvez revoir la **travailleuse sociale** de la clinique.

Votre sexualité :

Après une interruption de grossesse, il est possible que vous n'ayez pas envie d'avoir de relations sexuelles pendant un certain temps.

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.

Visite de contrôle :

Vous n'avez pas besoin d'être revue pour un examen de contrôle après votre IVG, sauf si un problème survient. N'hésitez pas à communiquer avec la clinique au besoin.

Prenez note que si une **pose de stérilet** a été faite après votre IVG, vous devez revenir à la clinique 3 à 6 semaines après l'IVG pour une vérification de routine.

Quelles complications peuvent arriver après l'IVG?

L'IVG comporte certains risques. Des complications quoique rares, peuvent survenir.

Les complications les plus fréquentes sont : l'infection de l'utérus, un avortement incomplet, l'hémorragie, l'échec de l'avortement, la rétention de caillots, la lacération du col, la perforation de l'utérus et la réaction allergique médicamenteuse; de plus, il y a une possibilité minimale d'erreur dans l'estimation de la durée de grossesse ou de sa localisation. Pour les grossesses de moins de 7 semaines, le risque d'échec de l'avortement est légèrement augmenté. Le risque de décès suite à une IVG est extrêmement faible.

Les signes et symptômes d'une complication:

- de la fièvre (température buccale à 38° C ou 101° F et plus) à 2 reprises consécutives avec un intervalle de 4 heures entre chaque prise ou des frissons;
- des douleurs ou des crampes abdominales importantes qui persistent et qui vont en augmentant;
- des saignements vaginaux rouges clairs, abondants soit : une serviette hygiénique et plus complètement imbibée en 1 heure durant 3 heures consécutives;
- aucune menstruation au cours des 8 semaines qui suivent l'intervention.

Que devez-vous faire si vous présentez des signes et symptômes d'une complication?

AVISER SANS TARDER LA CLINIQUE DE PLANIFICATION DES NAISSANCES

Du lundi au vendredi

De 8 h 45 à 11 h 45 et 12 h 45 à 15 h 30

Téléphone : **418 654-2167**

Autre numéro de téléphone utiles:

- **INFO-SANTÉ: 811**
- **SOS GROSSESSE: 418 682-6222**
- Si vous êtes inquiète et que vous vous sentez de moins en moins bien d'heure en heure, présentez-vous à l'**URGENCE** la plus près de chez vous.
- En cas d'urgence, vous pouvez contacter le **911**.

Préparation à l'intervention :

Si votre rendez-vous est le matin :

- À jeun d'aliments solides à partir de minuit la veille de l'intervention
- Liquides clairs permis jusqu'à 6 h le matin de l'intervention (voir page 4)

Si votre rendez-vous est l'après-midi (à partir de 12 h 15) :

- Petit déjeuner permis avant 7 h le matin de l'intervention
- Liquides clairs permis jusqu'à 10 h le matin de l'intervention (voir page 4)

N.B. *À moins d'avis contraire, vous pouvez prendre les médicaments que vous prenez régulièrement.*

Préparation du col de l'utérus (voir page 5) :

- Insertion de tige(s) laminaire(s) :

Date : _____ Heure : _____

- Utilisation de comprimés de misoprostol (Cytotec^{MD})

Date : _____ Heure : _____

L'intervention

Date de l'intervention : _____

Heure d'arrivée : _____

À quel endroit : **Porte 1185**

Numéro de téléphone pour nous rejoindre : **418 654-2167**

Rédaction

Jean Drouin, *médecin, CHU de Québec*

Suzanne Marquis, *AIC,
Clinique de planification des naissances, CHUL*

Révisé par Liane St-Pierre, *infirmière clinicienne AIC,
Clinique de planification des naissances, CHUL*

Collaboration

Odette Joncas,
infirmière clinicienne spécialisée, CHU de Québec

Denise Laliberté,
infirmière clinicienne spécialisée, CHU de Québec

Graphisme

Maude Baillargeon, *illustratrice médicale, CHUL*

Secrétariat

Karine Laroche, *secrétaire de direction, DSI, HSFA*

Impression

Reprographie, *HSFA, R-3110*

Remerciements

À tous les professionnels qui ont participé
à la lecture du document.

Aucune reproduction complète ou partielle de ce document
n'est permise sans l'autorisation écrite du CHU de Québec.

© CHU de Québec, 2014

CLINIQUE DE PLANIFICATION DES NAISSANCES

CHUL – 2705, boulevard Laurier, local 1185, 1^{er} étage
Québec (Québec) G1V 4G2

Téléphone : **418 654-2167**
Fax : 418 654-2172