

CHAPITRE 20

**L'examen gynécologique :
Comment examiner le vagin et l'utérus**

Dans ce chapitre :

Quand pratiquer l'examen gynécologique 374
Minimisez les risques 374

Avant l'examen.....
Aidez la femme à se détendre 375 Posez des questions sur les
antécédents de santé 375

L'examen gynécologique 376
L'inspection visuelle 376 L'examen au spéculum 377

Le cancer du col de l'utérus 383
Traitement par cryothérapie pour
prévenir le cancer du col
de l'utérus 384

L'examen bimanuel (examen à 2 mains) 387

L'examen gynécologique :

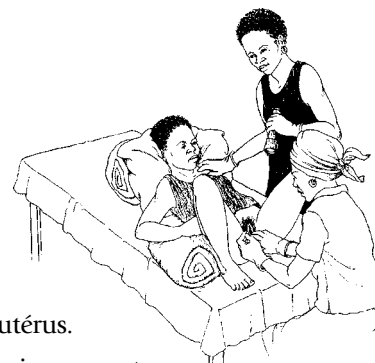
Comment examiner le vagin et l'utérus



L'examen gynécologique permet de se rendre compte de ce qui se passe à l'intérieur du vagin et de l'utérus d'une femme.

L'examen gynécologique peut vous aider à savoir :

- si la femme est enceinte, et de combien de semaines elle est enceinte
- si elle a une infection dans l'utérus ou le vagin
- si elle présente des risques de cancer du col de l'utérus ou de l'utérus.



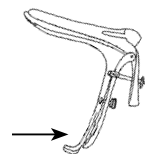
Les sages-femmes doivent aussi pratiquer un examen gynécologique avant de poser un dispositif intra-utérin, ou DIU (ou stérilet ; voir le chapitre 21, à la page 388), ou de faire une aspiration manuelle intra-utérine ou AMIU, voir chapitre le 23, à la page 416). Il n'est pas difficile d'apprendre à faire un examen gynécologique.

La vérification du degré d'ouverture du col de l'utérus pendant le travail est différente de l'examen gynécologique. Voyez page 339 pour la description de l'examen du col.

—● **Remarque :** dans certaines régions, les examens gynécologiques ne sont pratiqués que par des médecins, non par des sages-femmes. Mais n'ayez pas peur d'essayer. Avec une formation et de la pratique, les sages-femmes peuvent apprendre beaucoup de techniques nouvelles. Une sage-femme qui sait faire des examens gynécologiques peut aider les femmes à rester en bonne santé toute leur vie, pas seulement quand elles sont enceintes ou quand elles accouchent.

L'examen gynécologique comporte 3 parties

1. **L'inspection visuelle**, qui permet de détecter les signes d'une infection sur les parties génitales externes (pages 376).
2. **L'examen au spéculum**, qui permet d'examiner l'intérieur du vagin et de vérifier si le col de l'utérus est sain. Cet examen nécessite un instrument appelé spéculum (page 377).
3. **L'examen bimanuel** (en utilisant les 2 mains), qui permet de vérifier l'état de l'utérus et des ovaires, ou, pendant la grossesse, de mesurer la taille de l'utérus. Pour faire un examen bimanuel, on palpe l'utérus avec les doigts d'une main qui est introduite dans le vagin, pendant que l'autre main presse le ventre (page 387).



Il n'est pas toujours nécessaire de faire toutes les 3 parties de cet examen.

Quand pratiquer l'examen gynécologique

Il est utile et sans danger de pratiquer un examen gynécologique quand :

- la femme veut savoir si le col de son utérus, son utérus et ses ovaires sont sains. Vous devriez certainement faire cet examen si la femme présente des signes d'infection ou de cancer. Mais une femme peut avoir une infection ou un cancer du col ou de l'utérus et ne présenter aucun signe. Il faudrait donc, si possible, que les femmes se fassent examiner une fois par an, même si elles ne présentent aucun signe de maladie ;
- la femme est enceinte et que vous voulez savoir depuis combien de temps elle est enceinte ;
- la femme voudrait employer un DIU (stérilet) (voir chapitre 21, page 388) ;
- la femme a des problèmes après une fausse couche ou un avortement (voir chapitre 22, page 400), qui nécessitent une aspiration manuelle intra-utérine (AMIU, voir chapitre 23, page 416).



ATTENTION ! Il est risqué de faire un examen gynécologique pendant la grossesse, quand :

- la femme est en travail. Il n'est pas nécessaire de faire d'inspection visuelle, ni d'examen au spéculum, ni d'examen bimanuel alors que la femme est en travail. Si vous devez examiner le col de son utérus pour voir s'il est ouvert, voyez les indications de la page 339.
- la poche des eaux s'est rompue. À ce moment, un examen gynécologique pourrait provoquer une infection de l'utérus.
- la femme est dans ses dernières semaines de grossesse et elle saigne par le vagin : elle pourrait avoir un placenta prævia (voir page 112). Ne faites pas d'examen gynécologique –vous pourriez aggraver les saignements.
- la femme a accouché il y a quelques semaines.

Minimisez les risques de l'examen gynécologique

L'examen gynécologique est généralement sans danger, mais il peut comporter des risques. Quand vous le pratiquez, vous devez vous assurer que vous n'introduisez pas de microbes dans le vagin de la femme. Pour cela :

- vous devez toujours vous laver les mains avant et après l'examen (voir page 53).
- vous devez toujours porter des gants en plastique stérilisés (voir page 54).
- vous devez toujours utiliser des instruments propres.



Si vous ne pouvez pas vous laver les mains ou porter des gants, l'examen devient dangereux.

Il y a d'autres moyens d'obtenir des renseignements sur la santé d'une femme si vous ne pouvez pas faire d'examen gynécologique, si vous ne savez pas comment faire un examen gynécologique, ou si la femme ne veut pas être examinée.

Par exemple, pour savoir si une femme a une infection de l'utérus, commencez d'abord par lui demander si elle des signes d'infection (voir page 325), puis prenez sa température. Vous pouvez aussi essayer de presser son ventre juste au-dessus du pubis. Si elle a une infection, elle ressentira une douleur intense. Ce moyen de détecter une possible infection est sans danger puisque rien n'est introduit dans le vagin de la femme.

Avant l'examen

Aidez la femme à se détendre

L'examen gynécologique est plus facile et moins désagréable pour la femme si elle est détendue et qu'elle n'a pas peur.

Expliquez ce que vous êtes en train de faire et pourquoi vous le faites. Demandez-lui de faire plusieurs respirations profondes, et de relâcher son corps. Agissez avec douceur et arrêtez si vous lui faites mal. Si la femme est en bonne santé, elle ne devrait pas avoir mal. La douleur peut être un signe d'infection, ou un signe qui vous avertit que vous devez avoir des gestes plus doux !

La peur

Certaines femmes ont peur des examens gynécologiques, par exemple celles qui n'en ont jamais eu, et celles qui ont eu des examens douloureux.

Les femmes qui ont subi des violences sexuelles ou physiques peuvent avoir des difficultés à se laisser examiner. On a touché ces femmes à des endroits et à des moments où elles ne voulaient pas être touchées. Demandez à toutes les femmes la permission de les toucher, surtout à celles qui ont été victimes d'abus.

Chaque fois que vous vous sentez mal à l'aise ou que vous avez peur dites-le moi et nous arrêterons l'examen !

D'accord.



La honte

Quand vous faites un examen gynécologique, vous regardez les parties génitales d'une femme. Beaucoup de femmes sont gênées ou ont honte de montrer ces parties de leur corps. Elles ne voudront peut-être pas parler de ces endroits, ni les regarder, ni les laisser voir.

Ces parties du corps représentent quelque chose d'important dans le fait d'être femme. Pendant l'examen, encouragez la femme à poser des questions, et expliquez-lui que ces parties de son corps sont saines et normales. Vous n'arriverez peut-être pas à éliminer son sentiment de honte chez la femme, mais vous pouvez contribuer à le faire diminuer.

Posez des questions sur les antécédents de santé de la femme (sa santé dans le passé)

Avant de faire un examen gynécologique, demandez à la femme quand elle a eu ses dernières règles, si elle est enceinte, et si elle a remarqué des signes d'infection au vagin. Le chapitre 7, à partir de la page 84, propose beaucoup d'autres questions à poser pour obtenir des renseignements sur les antécédents de santé d'une femme.

De plus, vous devriez expliquer à la femme ce que vous allez faire pendant l'examen, et répondre à toutes ses questions.

L'examen gynécologique

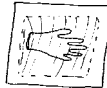
Avant de commencer :

- Assurez-vous que vous êtes toutes les deux seules.
- Préparez tous les instruments dont vous aurez besoin :

un spéculum propre ou stérilisé



des gants en plastique propres ou stérilisés



une torche



un miroir

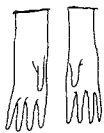
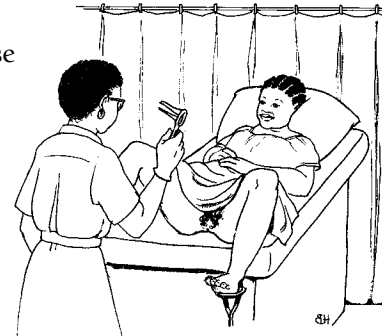


des serviettes propres pour se nettoyer après l'examen



Le spéculum et les gants doivent être stérilisés si vous avez l'intention de faire un examen gynécologique pour poser un DIU, ou pour vider l'utérus par AMIU. À défaut, un spéculum très propre pourra convenir.

- Demandez à la femme d'uriner avant l'examen. Elle se sentira plus à l'aise.
- Demandez à la femme de relever sa jupe, son pagne ou son pantalon. Si elle veut que ses jambes soient couvertes, donnez-lui une couverture ou un drap.
- Demandez-lui de se coucher sur le dos en relevant ses genoux, et de poser ses fesses au bord de la table ou du lit.

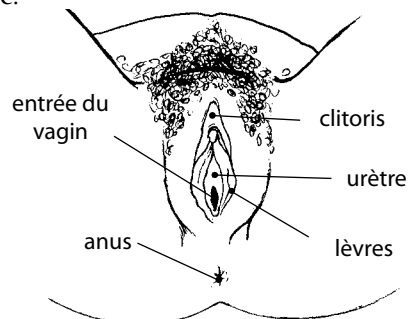


- Lavez-vous les mains avec de l'eau propre et du savon. Vos ongles doivent être courts et propres.
- Mettez des gants propres en plastique.

L'inspection visuelle

La peau des parties génitales doit être lisse et saine. Les parties génitales doivent être propres, mais il est normal de trouver un peu de liquide clair ou blanc qui sort du vagin.

Recherchez des grosseurs, des enflures, des pertes anormales, des lésions, des cicatrices. Parfois vous pouvez sentir avec vos doigts des petites grosseurs que vous ne pouvez pas voir. Les grosseurs ou les lésions pourraient être des signes d'infection ou de blessure (voir le chapitre 18, page 320, sur les infections des parties génitales).



parties génitales saines



Des lésions sur les parties génitales peuvent être un signe d'infection.

L'examen au spéculum

Un spéculum est un instrument qui sert à examiner l'intérieur du vagin d'une femme. Il garde les parois du vagin ouvertes. S'il est bien placé, vous pourrez voir le col de l'utérus, faire un test pour détecter une infection ou un cancer, poser un DIU ou vider l'utérus.

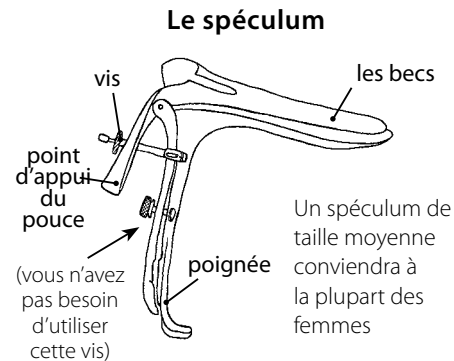
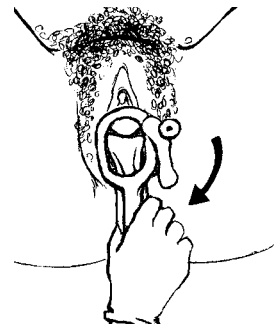
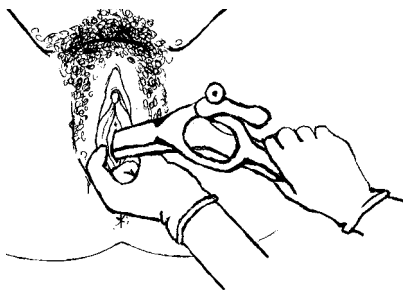
Avant de vous en servir pour un examen, exercez-vous à ouvrir et à fermer un spéculum pendant quelques temps, pour que vous sachiez comment il fonctionne.

Certaines sages-femmes montrent bien le spéculum à la femme avant de l'examiner, ce qui peut l'aider à comprendre l'examen.

1. Aidez la femme à se détendre en touchant sa jambe, en lui demandant de respirer, en ayant des gestes doux et lents. Rappelez-lui de vous dire si le spéculum lui fait mal, pour que vous arrêtiez l'examen.



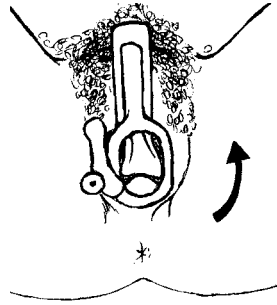
2. Réchauffez le spéculum avec de l'eau propre chaude, ou en le tenant dans vos mains gantées.
3. Demandez à la femme si elle est prête. Quand elle est prête, ouvrez doucement les lèvres du vagin avec une main, pour voir l'entrée de son vagin. Expliquez-lui tout ce que vous êtes faites, à mesure que vous le faites.
4. Tenez le spéculum de l'autre main. Tournez la poignée vers un côté du vagin, et glissez les becs fermés dans le vagin. Si vous le faites avec douceur les becs glisseront dans le vagin sans faire mal à la femme.



Le spéculum de taille petite convient aux femmes jeunes, aux femmes qui n'ont jamais eu de rapports sexuels, aux femmes plus âgées qui sont en ménopause ou qui n'ont pas de rapports sexuels réguliers, ou aux femmes qui ont subi des mutilations génitales féminines/excisions (voir page 367). Un spéculum plus grand convient mieux pour les femmes qui ont eu beaucoup d'enfants.

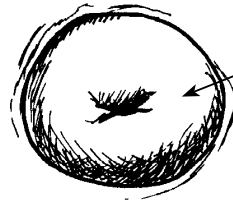
Quand vous introduisez le spéculum dans le vagin, tournez sa poignée vers le bas. Faites attention de ne pas tirer la peau ou les poils. Poussez doucement le spéculum vers l'intérieur. La poignée doit reposer sur la peau qui se trouve entre le vagin et l'anus.

● **Remarque :** si la femme est sur un lit ou une table, et que vous n'avez pas assez d'espace pour que la poignée soit en bas, vous pouvez l'introduire avec la poignée vers le haut.



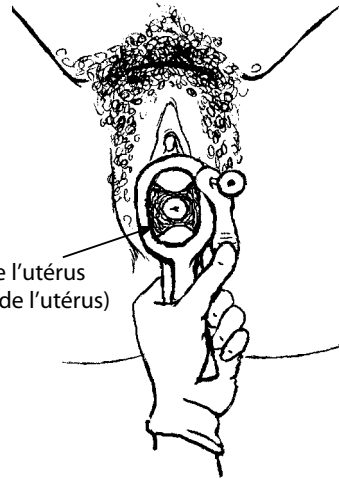
5. Ouvrez les becs du spéculum en appuyant doucement le point d'appui avec votre pouce. Quand vous arrivez à voir le col de l'utérus entre les becs, serrez la vis qui est sur le point d'appui pour garder le spéculum ouvert.

Si vous ouvrez le spéculum et que ne voyez pas le col, refermez le spéculum, puis retirez-le partiellement. Réessayez en reprenant l'étape 4. Le col de l'utérus peut s'être légèrement déplacé d'un côté. C'est normal. Parfois le col se montre si la femme tousse ou pousse vers le bas comme si elle voulait aller à la selle pendant que le spéculum est ouvert dans son vagin.



Le col a généralement cette taille.

col de l'utérus
(entrée de l'utérus)



6. Observez le col de l'utérus – il doit être lisse et rose, ou si la femme est enceinte, un peu bleu.

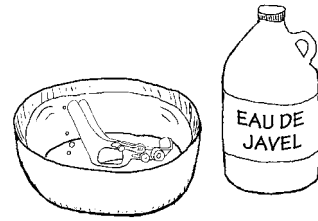
Si vous trouvez de petites grosseurs sur le col de l'utérus, celles-ci sont généralement normales, mais les lésions ou les verrues sont signes d'infection.

Observez s'il y a un écoulement (pertes) ou du sang qui sortent du col de l'utérus. Des pertes légères, blanches ou claires, sont normales. Des pertes vertes, jaunes, grises, grumeleuses (qui ont des petites masses, comme le lait caillé), ou qui sentent mauvais peuvent être signes d'infection.



7. Si la femme veut voir son col, vous pouvez utiliser un miroir et une torche pour l'aider à voir. Pour la femme, c'est une occasion de mieux connaître son corps.
8. Testez le col de l'utérus pour détecter des signes de cancer, soit en utilisant du vinaigre, soit en faisant un frottis cervical (voir page 379).
9. Pour enlever le spéculum, tirez-le un peu vers vous jusqu'à ce que les becs sortent de la zone du col. Desserrez la vis du point d'appui, et laissez les becs se refermer doucement tout en tirant le spéculum vers le bas et hors du vagin. Les becs doivent être fermés quand vous avez retiré le spéculum.

10. Donnez à la femme une serviette ou un morceau de tissu propres pour essuyer les pertes venant de son vagin.
11. Assurez-vous de bien nettoyer le spéculum après l'avoir utilisé.



Tests de détection des infections et du cancer

L'examen au spéculum est important car il permet de vérifier l'état du col de l'utérus et donc de détecter une infection (voir le chapitre 18 sur les infections sexuellement transmissibles), ou un cancer. Les femmes qui ont eu des résultats normaux au test peuvent être testées tous les 3 ans, ou quand vous les voyez pendant une grossesse. Les femmes dont les tests ont détecté une IST doivent être dépistées plus souvent. Les femmes qui ont des signes de maladie doivent être dépistées immédiatement.

Deux sortes de tests peuvent dépister le cancer du col. Il n'est pas nécessaire de faire ces 2 tests à la fois. Choisissez le test que vous pouvez pratiquer le plus facilement là où vous vivez

Le dépistage au vinaigre

ou

Le frottis cervical (ou Test de Pap)

Le test au vinaigre est facile à il ne coûte pas cher et il n'est pas nécessaire d'avoir un laboratoire dans les environs pour connaître les résultats. Si une femme a des cellules anormales sur le col de l'utérus, l'application de vinaigre les rendra blanches. Les taches blanches peuvent indiquer des cellules cancéreuses ou précancéreuses ; mais parfois, c'est un problème autre que le cancer qui est dépisté.

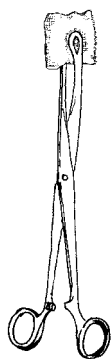


Le frottis cervical détecte aussi les cellules anormales, mais il coûte cher et il vous faut avoir accès à un laboratoire pour connaître les résultats ; de plus, ces résultats ne vous seront donnés qu'au bout de 2 à 3 semaines. Mais le frottis montre si les cellules sont cancéreuses, précancéreuses, ou s'il s'agit d'un problème autre que le cancer.

Si le test au vinaigre fait apparaître des taches blanches, ou si le frottis cervical détecte un pré-cancer du col, il est conseillé d'enlever les cellules anormales au moyen d'un traitement par le froid, ou « cryothérapie » (voir page 384). Si le frottis cervical dépiste un cancer, ou si le test au vinaigre montre une zone de cellules anormales trop grande pour être traitée par cryothérapie, la femme doit obtenir une assistance médicale immédiatement. Si un cancer est détecté et traité avant qu'il ne s'étende, il peut être guéri.

Vous pouvez faire l'un ou l'autre de ces tests à une femme à tout moment, y compris quand elle a ses règles, ou pendant une grossesse. Le moment des règles n'est pas indiqué pour faire un frottis cervical, car le sang rend l'analyse difficile. Mais il est préférable de faire le test pendant les règles que ne pas le faire pas du tout. Si la femme a ses règles, utilisez une longue tige dont le bout est entouré de coton (ou « écouvillon ») pour essuyer doucement le sang qui est sur et autour du col, avant de faire le test.

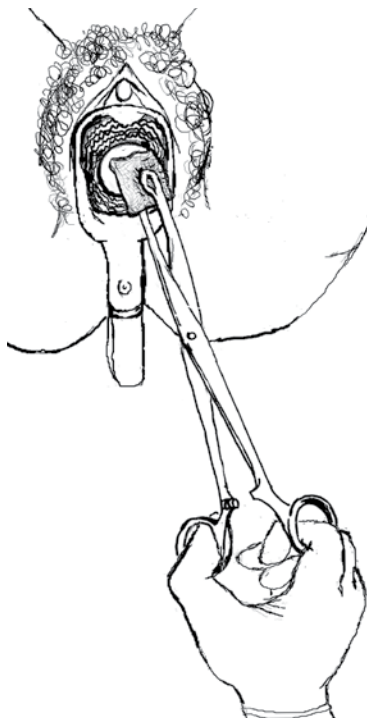
Le dépistage au vinaigre pour détecter un cancer ou un pré-cancer



Le dépistage au vinaigre est un moyen très simple de vérifier si une femme a des cellules anormales sur le col de l'utérus. Les cellules anormales peuvent être signe d'un cancer ou d'un pré-cancer.

1. Introduire un spéculum et examiner le col.
2. Tenez un morceau de gaze ou de tissu stérile avec une pince normale, ou de longues pinces à dissection stérilisées. Vous pouvez utiliser aussi un long écouvillon, si vous en avez.
3. Trempez la gaze dans du vinaigre blanc pur (n'importe quel vinaigre blanc convient, pourvu qu'il contienne 4 à 5 % d'acide acétique) et mouillez l'utérus avec le vinaigre. Enlevez la gaze. Le vinaigre n'endommagera pas le col, mais il pourrait piquer un peu.
4. Attendez 1 minute. S'il y a une infection au papillomavirus humain, ou VPH (voir plus bas), vous verrez des taches blanches sur le col de l'utérus.

Si vous trouvez des taches blanches, la femme devra aller sans attendre dans un centre médical pour se faire soigner. Si les taches blanches ne sont pas trop étendues, les cellules pourront être gelées et enlevées (voir page 384) pour prévenir un cancer. La femme pourra aussi faire d'autres tests pour voir s'il s'agit d'un cancer ou d'un pré-cancer. Vous pouvez donc sauver la vie d'une femme en l'aidant à se faire dépister et soigner le plus tôt possible.



Le papillomavirus humain (VPH) et le cancer du col de l'utérus

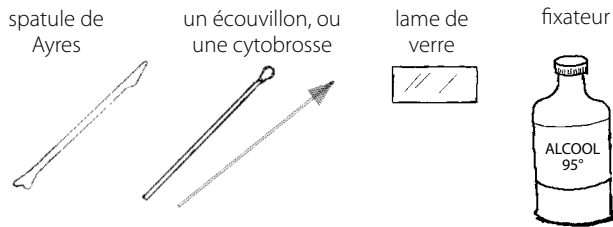
Beaucoup de gens sont infectés un virus appelé papillomavirus humain, qui se transmet sexuellement. Le VPH s'attrape pendant un rapport sexuel avec une personne infectée. Certains types de VPH causent des verrues génitales (voir page 333). D'autres types de VPH sont plus dangereux et causent un cancer du col de l'utérus. La plupart des gens qui ont le VPH n'ont pas de verrues, ni d'autres signes visibles de la présence du virus. Si une femme est infectée par un type dangereux de VPH depuis longtemps, sans avoir été soignée, elle risque de développer un cancer du col de l'utérus.

Vous pouvez vous-même faire à la femme un dépistage du VPH qui cause le cancer du col. Le test se fait de la même façon que le frottis cervical (voir page 381), et peut coûter cher. Vous devrez envoyer une lame de verre qui contient un échantillon de tissu à un laboratoire, et attendre 1 à 2 semaines pour recevoir les résultats. Si les résultats sont positifs, cela ne veut pas obligatoirement dire que la femme a un cancer. Elle devra aussi faire un dépistage au vinaigre ou un frottis cervical, pour savoir si elle a des cellules anormales sur le col à cause du VPH.

Le frottis cervical pour détecter un pré-cancer ou un cancer

Pour pratiquer un frottis cervical, il faut avoir accès à un laboratoire. Vous gratterez les tissus du col de l'utérus et du vagin pour en obtenir un très petit échantillon, que vous déposerez sur une fine plaque de verre appelée lame. Vous enverrez la lame au laboratoire, où des personnes qualifiées examineront le petit morceau de tissu au microscope, pour voir s'il est sain.

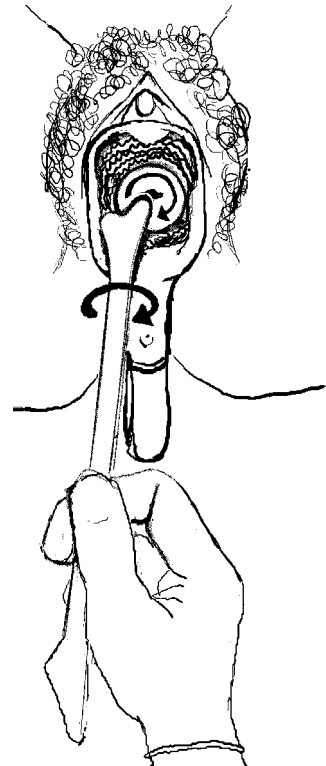
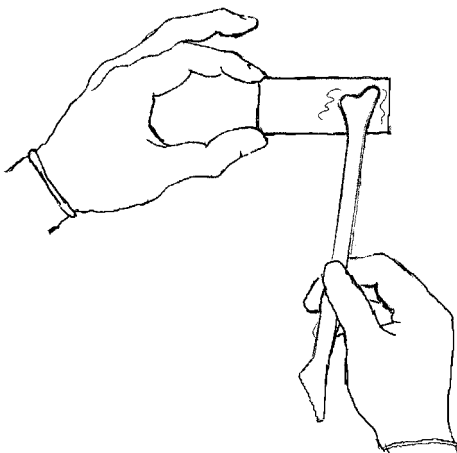
Avant le test, rassemblez ce matériel :



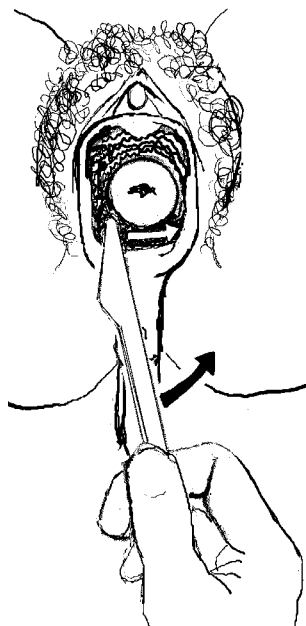
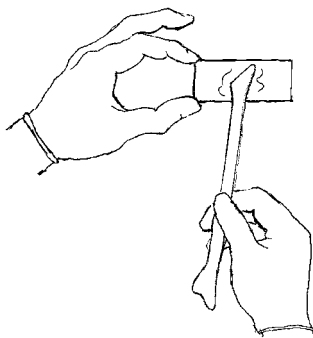
1. Introduisez le spéculum.
2. Placez le bout de la spatule qui a 2 pointes arrondies sur le col de l'utérus, et, en tenant la spatule entre le pouce et l'index, tournez-la pour lui faire faire un tour complet.

À mesure que vous tournez la spatule sur le col, grattez doucement le tissu du col pour en obtenir un échantillon. Ce geste, appelé prélèvement, ne devrait pas faire mal à la femme, mais peut être un peu désagréable pour elle. Si le col saigne un peu, c'est normal.

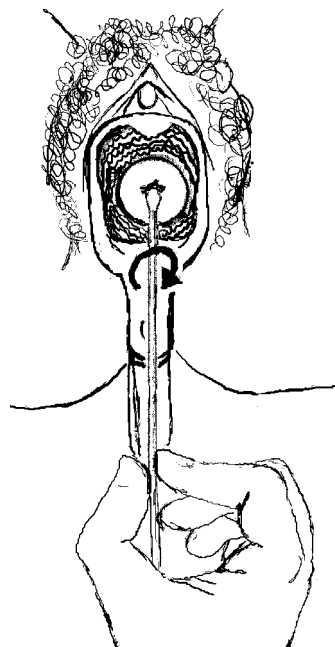
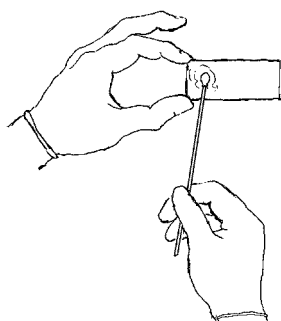
3. Frottez les bouts ronds de la spatule sur l'un des coins de la lame.



- Placez l'autre bout de la spatule (le bout pointu) juste sous le col, là où il rejoint le vagin. Prélevez doucement un tout petit morceau de tissu en grattant vers un côté du vagin, une fois seulement.
- Frottez la spatule sur le milieu de la lame, à côté du premier échantillon.



- Introduisez le bout de l'écouvillon ou de la cytobrosse à environ 1 centimètre de profondeur dans l'ouverture du col. Faites-le tourner doucement, pour lui faire faire un tour complet et recueillir un peu de tissu. Ce geste peut être un peu désagréable pour la femme, mais il est sans danger.
- Frottez l'écouvillon sur l'autre coin de la lame, à côté du deuxième échantillon.



8. Appliquez un fixateur sur la lame.

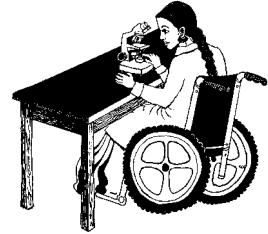
Il existe plusieurs sortes de fixateurs, mais le moins cher est l'alcool médical (alcool éthylique à 95°). Versez quelques gouttes d'alcool dans un petit bocal, puis mettez toute la lame dans ce bocal d'alcool dès que vous avez fini de frotter les échantillons sur la lame. Vous devez agir vite, avant que les échantillons ne se dessèchent.



Laissez tremper la lame dans l'alcool pendant quelques minutes, puis laissez la lame sécher à l'air. Si vous n'avez pas d'alcool médical, vous pouvez fixer les échantillons avec un spray pour les cheveux.

Vous devez mettre un fixateur sur la lame, sinon la fine couche de tissu prélevée sur le col sera brouillée, ou se détachera, et le test ne sera pas exact.

9. Apportez la lame à un laboratoire capable d'analyser les frottis cervicaux (il y a des laboratoires qui ne font pas ce type d'analyses). Apportez la lame dans la semaine où vous avez fait les prélèvements.



Remarque : dites à la femme qu'un petit saignement du vagin est normal après un frottis cervical.

Le cancer du col de l'utérus

Le cancer du col de l'utérus peut être une maladie mortelle, mais s'il est traité tôt, il peut généralement guérir. Le traitement de ce cancer est simple au début de la maladie. Un soignant qualifié peut geler et détruire les cellules anormales. Si le cancer est un peu plus avancé, un médecin ou une infirmière qualifiée pourront enlever ou détruire les parties malades du col, dans une clinique ou un centre médical. Après que les parties malades auront été enlevées, la femme se portera sans doute mieux. Mais des centaines de milliers de femmes meurent chaque année de ce cancer, parce qu'elles n'ont pas été traitées.

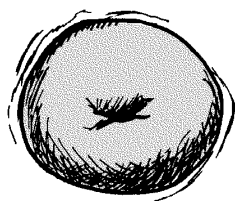
Pourquoi tant de femmes meurent-elles, alors que la maladie peut être évitée et facilement traitée ?

- Les communautés qui sont pauvres n'ont pas les moyens de former des soignants aux techniques de dépistage et de traitement du VPH chez les femmes, virus très souvent responsable du cancer du col de l'utérus.
- Les femmes rurales pauvres ne peuvent pas aller dans les centres médicaux éloignés qui administrent ces tests et ces traitements.
- Les femmes et les hommes ne savent pas qu'ils peuvent prévenir le cancer du col de l'utérus en se protégeant contre le VPH. Par exemple, l'utilisation de capotes permet généralement d'empêcher la transmission du VPH chez les femmes, comme chez les hommes.
- Certaines femmes ne peuvent pas se protéger du VPH parce qu'elles n'ont aucun moyen d'obtenir des capotes. Certaines femmes ne peuvent pas se protéger parce qu'on les a forcées à avoir des rapports sexuels, y compris des rapports sexuels à risque. Certains couples n'aiment pas utiliser la capote.

La cryothérapie pour prévenir le cancer du col de l'utérus

La cryothérapie est un traitement qui gèle les cellules anormales du col pour qu'elles ne deviennent pas cancéreuses. Cette technique utilise un appareil de cryothérapie et du gaz carbonique ou du protoxyde d'azote pour geler la surface du col de l'utérus. Le gel détruit les cellules anormales.

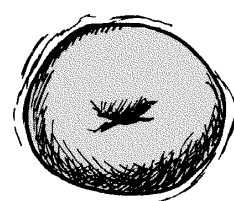
La cryothérapie est administrée à des femmes qui ont eu des résultats positifs au test au vinaigre (voir page 380), ou au frottis cervical (voir page 381).



Test de vinaigre négatif
(pas de taches blanches)



Test de vinaigre positif
(taches blanches)



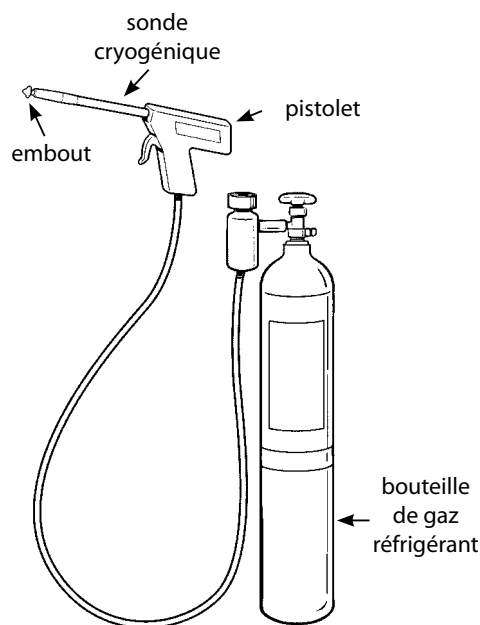
Après le traitement par cryothérapie
le col de l'utérus redevient normal
(pas de taches blanches)

La cryothérapie est sans danger et a permis de sauver la vie de plusieurs milliers de femmes. Elle n'est pas douloureuse, mais certaines femmes disent qu'elles sentent de légères crampes comme les crampes des règles, et d'autres disent qu'elles ressentent une sensation de froid dans le vagin. La cryothérapie n'a aucun effet sur le plaisir sexuel, ni sur la capacité d'avoir des enfants, bien que la femme doive éviter d'avoir des rapports sexuels pendant les 4 semaines qui suivent le traitement.

Une femme ne devrait pas être traitée par cryothérapie si elle:

- est enceinte. Il vaut mieux qu'elle attende 12 semaines après l'accouchement avant de se faire traiter.
- a une infection pelvienne (voir page 325). Une fois que l'infection aura été soignée, la femme pourra recevoir le traitement par cryothérapie.
- a des règles abondantes au moment du traitement. Un fort saignement peut empêcher de bien voir les taches blanches produites par le vinaigre sur le col de l'utérus. Elle devra attendre que ses règles aient diminué ou se soient arrêtées pour recevoir le traitement.

L'appareil de cryothérapie est relié à une bouteille de gaz réfrigérant. La sonde cryogénique est introduite dans le vagin et l'embout doit être maintenu contre le col de l'utérus. Le gaz refroidit l'embout cryogénique, qui ensuite gèle la zone, et détruit les cellules anormales. Ceci se fait 2 fois, avec une attente de 5 minutes entre les 2 applications.



Comment faire une cryothérapie du col de l'utérus

1. Introduisez un spéculum dans le vagin et faites un test au vinaigre (voir page 380). Le vinaigre agit de façon que les cellules anormales du col de l'utérus deviennent des taches blanches. Assurez-vous que la tache blanche :

- **n'est pas trop grande.** La tache blanche ne peut pas dépasser de plus de 2 mm la zone recouverte par l'embout de la sonde cryogénique (un grain de riz, par exemple, a une épaisseur de 2 mm).
- **ne continue pas à l'intérieur de l'ouverture du col de l'utérus.**

Dans les deux cas, la cryothérapie ne marchera pas. La femme devra aller à un centre médical et suivre un autre type de traitement.

2. Introduisez la sonde dans le vagin, et placez l'embout cryogénique au centre du col de l'utérus. Assurez-vous que la sonde ne touche pas les parois du vagin. Elle pourrait geler les parois et causer des dommages.

— **Remarque:** si vous ne pouvez pas introduire la sonde cryogénique sans toucher les parois vaginales, retirez le spéculum, coupez un petit trou dans le bout d'une capote pour hommes, et faites entrer le spéculum dans la capote. Puis, réintroduisez le spéculum. Les parois vaginales seront ainsi protégées.

3. En gardant l'embout cryogénique sur le centre du col, vérifiez de nouveau que la tache blanche ne dépasse pas de plus de 2 mm la zone recouverte par l'embout.

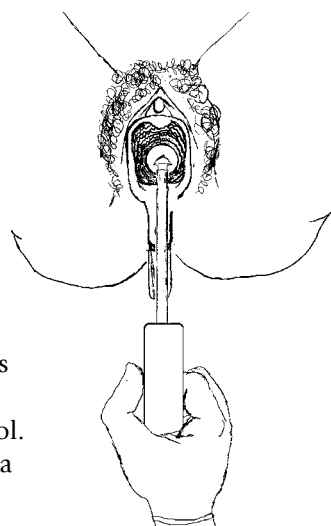
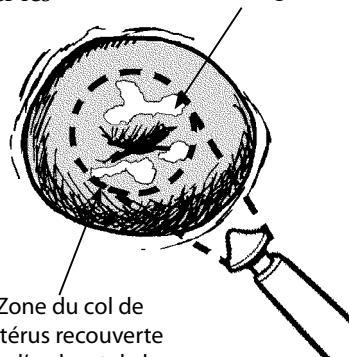
4. Réglez un minuteur sur 3 minutes. Projetez le gaz réfrigérant, en gardant l'embout de la sonde pressée contre le col. Au bout d'une minute environ, de la glace se formera sur l'embout de la sonde et sur le col de l'utérus. La zone gelée deviendra blanche.

5. Au bout de 3 minutes, arrêtez de projeter le gaz réfrigérant. Vous verrez que la zone gelée dépasse de 4 à 5 mm l'embout cryogénique.

6. Ne retirez pas la sonde immédiatement. Attendez que le col de l'utérus se soit un peu dégelé, assez pour que l'embout se détache tout seul du col de l'utérus. Si vous retirez la sonde avant que le col de l'utérus se soit dégelé, vous risquez de d'arracher un peu de tissu du col. Après que l'embout s'est détaché, tournez doucement la sonde pour la retirer.



tache blanche sur col de l'utérus après test de vinaigre



7. Gardez le spéculum en place et laissez le col dégeler pendant 5 minutes, ou jusqu'à ce qu'il redevienne rose.
8. Après le dégel du col, introduisez de nouveau la sonde et placez l'embout sur le centre du col. Réglez un minuteur sur 3 minutes, et projetez le gaz réfrigérant pour faire un deuxième gel du col.
9. À la fin du deuxième gel, arrêtez le passage du gaz. Laissez de nouveau dégeler le col, et attendez que l'embout se détache tout seul avant de retirer la sonde. Tournez doucement la sonde sur le col de l'utérus pour la retirer. La zone gelée sera blanche, puis elle redeviendra rose une fois dégelée.
10. Retirez le spéculum, puis lavez et désinfectez-le, et faites de même avec l'appareil de cryothérapie (sans la bouteille). Voyez page 59 la section sur le lavage et la stérilisation du matériel et des instruments.

Après une cryothérapie, la femme ne devrait pas avoir de rapports sexuels, ni introduire quoi que ce soit dans son vagin, pendant 4 semaines (elle devra utiliser une serviette hygiénique ou des linges propres, mais pas de tampons, quand elle aura ses règles ou des pertes vaginales). Ceci pour prévenir les infections. Si elle ne peut pas avoir de rapports sexuels, conseillez-lui d'utiliser des capotes.

Il se peut qu'elle ait de légères crampes, comme pendant les règles, et un écoulement qui ressemble à de l'eau, jusqu'à un mois après l'intervention. Rassurez-la en lui expliquant que ce sont des signes normaux et sans danger.

La femme devrait se refaire tester au vinaigre dans 1 an pour vérifier qu'il n'y a plus de cellules anormales, et que la cryothérapie a bien marché. Si le test au vinaigre fait encore apparaître des taches blanches sur col de son utérus, une cryothérapie peut être réalisée une nouvelle fois.



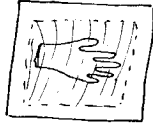
ATTENTION! Les complications suite à une cryothérapie sont **très rares**, mais si une femme présente l'un de ces signes après le traitement, cherchez une assistance médicale :

- une fièvre (de plus de 38° C / 101° F) pendant plus de 2 jours.
- de fortes douleurs au ventre, ou des crampes intenses pendant plus de 2 jours.
- un saignement abondant pendant plus de 2 jours.
- des pertes vaginales qui sentent mauvais.

L'examen bimanuel (fait avec les 2 mains)

La palpation de l'utérus à deux mains permet de vérifier s'il y a des infections ou des grosseurs, ou d'estimer l'état d'avancement d'une grossesse. Pour palper l'utérus, vous avez besoin de :

gants en plastique très propres
ou stérilisés

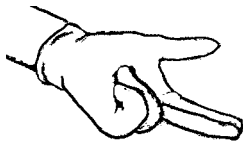
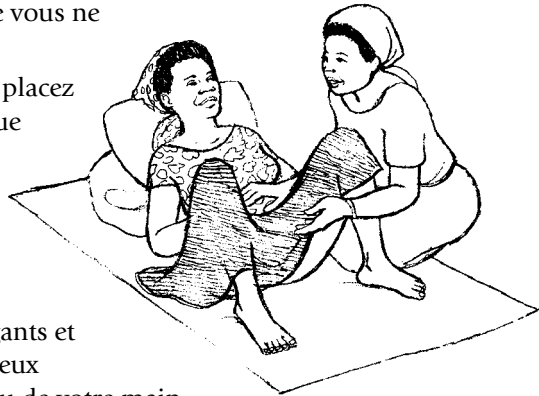


un gel lubrifiant à base d'eau
comme le *K-Y Jelly*, ou de l'eau
propre (n'utilisez pas d'huile ni
de vaseline).



Demandez à la femme d'uriner avant que vous ne commenciez.

1. Demandez-lui de coucher sur le dos, et placez un gros coussin sous sa tête. Pendant que vous l'examinez, expliquez-lui tout ce que vous allez faire avant de commencer, rappelez-lui qu'elle doit se détendre, et arrêtez l'examen si elle a mal.
2. Quand la femme est prête, mettez vos gants et passez un peu de gel lubrifiant sur les deux premiers doigts de votre main droite (ou de votre main gauche si vous êtes gauchère).



Demandez à la femme de respirer profondément pour qu'elle se détende. De votre main gauche, écartez doucement les lèvres de son vagin. En ayant la paume de votre main droite tournée vers le haut, introduisez vos 2 doigts lubrifiés dans son vagin.

3. Palpez le col de l'utérus avec le bout de vos doigts.

Le col de l'utérus doit être ferme, rond et lisse. Normalement, il est aussi dur que le bout du nez. Pendant les derniers mois de grossesse, le col est aussi mou que des lèvres. Parfois, à la fin de la grossesse, le col est légèrement ouvert. Si la femme vient d'avoir une fausse couche ou un avortement, son col peut être ouvert.

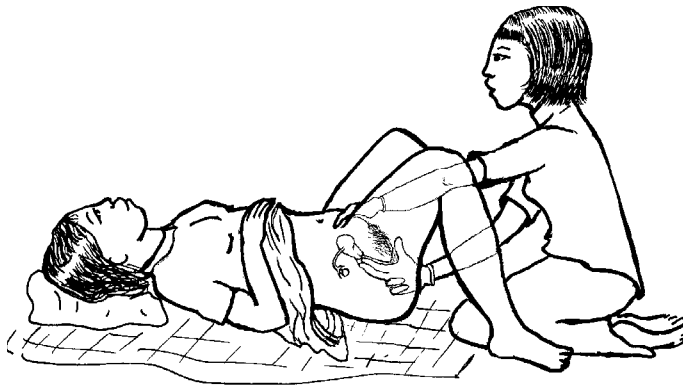
Il se peut que vous ayez du mal à trouver le col. Si vous ne pouvez pas le sentir sous vos doigts, demandez à la femme de tousser ou de pousser vers le bas, comme si elle voulait aller à la selle, jusqu'à ce que le col de l'utérus touche vos doigts. Ce serait peut-être plus facile aussi si la femme se couchait complètement sur le dos.

Faites attention de ne pas toucher son clitoris, qui est sensible, ni son anus qui porte des microbes. Votre pouce peut facilement toucher le clitoris par accident, vous devrez donc l'écarter.

4. Vérifiez si la femme ressent des douleurs au niveau du col.

Placez l'un de vos doigts sur chaque côté du col et déplacez-le d'un côté à l'autre. La femme pourrait ressentir une sensation étrange, mais pas de douleur. Si elle sent une douleur, elle pourrait avoir une infection à l'utérus (voir page 325), ou une grossesse tubaire (voir page 113). Ces deux problèmes sont dangereux. Si le col de l'utérus est mou et facile à faire bouger, il se peut que la femme soit enceinte.

5. Placez votre main gauche sur le ventre de la femme en dessous du nombril et au-dessus des poils du pubis.

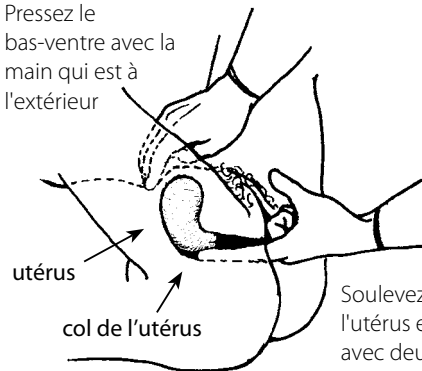


Si vous pouviez voir l'intérieur du corps d'une femme, c'est ainsi que l'examen bimanuel apparaîtrait.

6. Palpez l'utérus.

Placez les 2 doigts qui sont dans le vagin sous l'utérus. Soulevez le col de l'utérus et l'utérus avec ces 2 doigts. Appuyez en même temps sur le bas-ventre de la femme avec la main gauche. Essayez de sentir son utérus entre votre main et vos 2 doigts. Vous saurez que vous êtes en train de presser sur l'utérus quand vous sentirez le col bouger. Si vous ne sentez pas l'utérus au début, essayez de déplacer votre main sur son ventre en pressant à différents endroits.

Pressez le bas-ventre avec la main qui est à l'extérieur

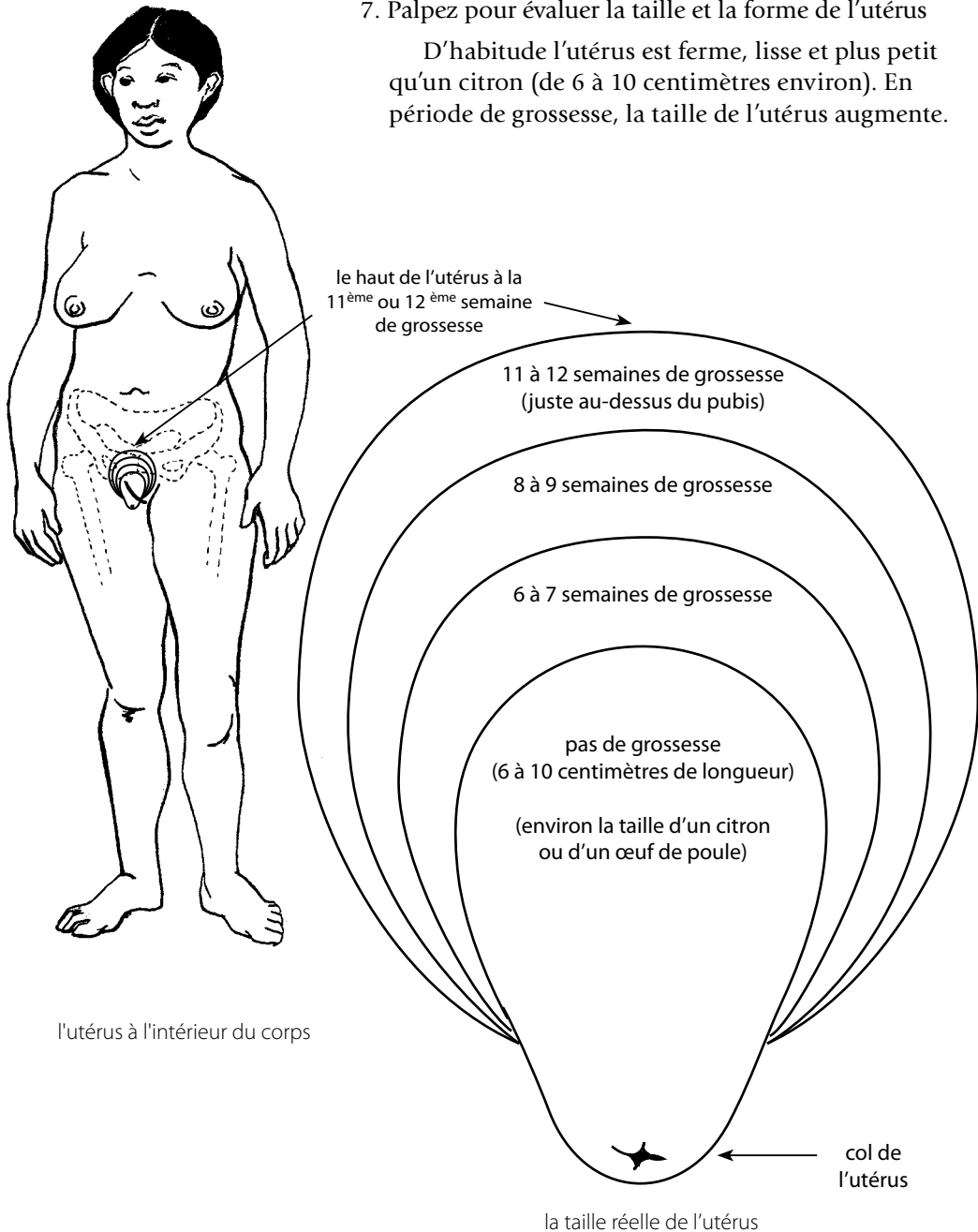


Soulevez le col de l'utérus et l'utérus avec deux doigts

Sentir l'utérus demande de la pratique. Il est encore plus difficile de sentir l'utérus d'une femme qui a les muscles du ventre très solides, ou qui a beaucoup de graisse sur le ventre.

7. Palpez pour évaluer la taille et la forme de l'utérus

D'habitude l'utérus est ferme, lisse et plus petit qu'un citron (de 6 à 10 centimètres environ). En période de grossesse, la taille de l'utérus augmente.



Pour mesurer l'utérus après 12 semaines, voir page 130.

Vous pourriez sentir des boules ou des ou des grosseurs sur l'utérus. Certaines grosseurs ne sont pas dangereuses, mais elles peuvent causer des douleurs, des règles abondantes ou des saignements entre les règles. On appelle ces grosseurs des fibromes. Les autres grosseurs peuvent être des cancers de l'utérus. Vous ne pourrez pas savoir si ces grosseurs sont dangereuses ou pas, tant que la femme n'aura pas passé certains tests. Si vous sentez des grosseurs sur l'utérus, cherchez une assistance médicale.

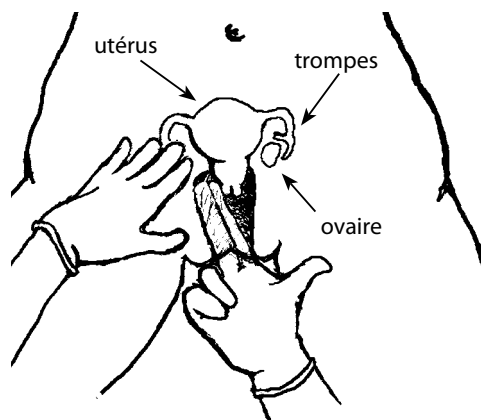
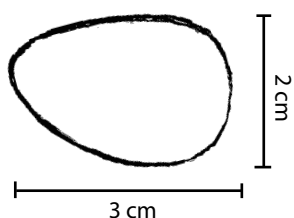
8. Palper les ovaires

Il peut être très difficile de trouver et de reconnaître les ovaires au toucher. Cela demande beaucoup de pratique.

Placez les 2 doigts qui sont dans le corps de la femme sur un côté du col et soulevez l'ovaire. Déplacez la main qui est à l'extérieur du même côté que les doigts qui sont à l'intérieur, et faites glisser vos doigts extérieurs vers le bas-ventre. Quand vous pressez fort, vous pouvez sentir l'ovaire glisser entre vos doigts.

Vous devez presser fort avec la main qui est à l'extérieur et demander à la femme de respirer profondément et de se détendre, avant de palper son ovaire. Arrêtez d'appuyer si elle ressent de la douleur!

un ovaire a généralement cette taille



Après avoir palpé le premier ovaire, déplacez vos mains pour palper le deuxième ovaire.

Si vous sentez quelque chose qui a plus de 3 centimètres de long et de 2 centimètres de large, et si cet examen lui fait très mal, il se pourrait qu'elle ait une grosseur sur l'ovaire, ou une grossesse tubaire (voir page 113). Cherchez une assistance médicale.

Remarque : il est normal que la taille d'un ovaire augmente puis diminue d'un mois à l'autre. Si vous ne connaissez pas la cause de cette augmentation, refaites l'examen au bout de 6 semaines. L'ovaire peut diminuer de volume.

9. Retirez vos doigts du vagin. Gardez les lèvres du vagin écartées et demandez à la femme de tousser ou de pousser vers le bas comme si elle voulait aller à la selle. Observez son vagin pour voir s'il y a quelque chose qui sort vers l'extérieur. Si c'est le cas, il se pourrait que l'utérus, ou la vessie, ou une partie de l'intestin soient descendus. La femme doit recevoir une attention médicale.

Après l'examen bimanuel, donnez à la femme une serviette propre ou un mouchoir en papier pour essuyer le gel. Expliquez-lui qu'elle aura un peu plus de pertes vaginales (le gel), ou un petit écoulement de sang, après l'examen.

Dites à la femme ce que vous avez trouvé pendant l'examen gynécologique. Assurez-vous de répondre à toute question qu'elle aurait à poser.

