

CHAPITRE 21  
Comment poser un DIU

Dans ce chapitre :

**Aidez la femme à décider si c’est le DIU qui lui convient ..... 394**

**Avant de poser un DIU..... 395**

**Poser un DIU ..... 396**  
Introduire le DIU au cuivre  
en forme de T . . . . . 397

**Après avoir posé le DIU ..... 402**  
Pour vérifier le bon positionnement                      Signes d’alerte . . . . . 402  
du DIU . . . . . 402

**Retirer le DIU ..... 403**

# Comment poser un DIU

CHAPITRE

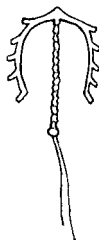
21

Le dispositif intra-utérin (DIU) ou stérilet est un petit appareil en plastique, ou en plastique et en cuivre, qui est placé dans l'utérus pour empêcher les grossesses. Le DIU se termine par deux fils qui pendent hors du col de l'utérus.

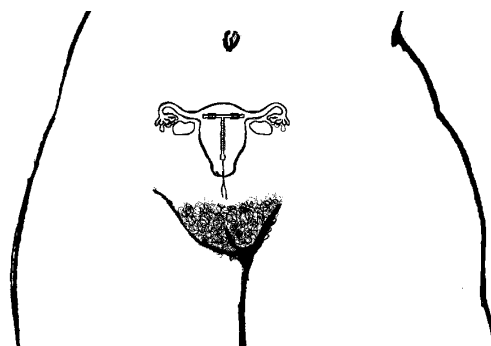
deux types de DIU :



*Le DIU au cuivre en forme de T, ou Cu-T*



*Le DIU multibras*



Voici ce à quoi ressemblerait un DIU dans un utérus si vous pouviez le voir à l'intérieur du corps d'une femme

## Avant d'apprendre à poser un DIU

- Avant de lire ce chapitre, vous devez avoir compris ce qui concerne la **prévention des infections** (chapitre 5, page 48) et les **examens gynécologiques** (chapitre 20, page 372).
- Renseignez-vous sur les lois qui sont appliquées dans votre pays. Dans certains pays, les autorités sanitaires encouragent les sages-femmes à apprendre à poser et à retirer les DIU. Dans d'autres, cette pratique est interdite aux sages-femmes.
- La pose d'un DIU peut causer une infection ou une lésion dans l'utérus. Lisez ce chapitre pour vous aider à apprendre à faire cette intervention, mais rappelez-vous qu'on apprend mieux auprès d'une enseignante ou d'une formatrice expérimentée, qu'à partir d'un livre. **Pour poser un DIU, vous devez avoir suivi une formation auprès de quelqu'un d'expérimenté.**

## Aidez la femme à décider si c'est le DIU qui lui convient

Le DIU est une méthode de planning familial très efficace, mais qui comporte des risques. Avant de poser un DIU, aidez la femme à juger si le DIU sera une bonne méthode pour elle.

### Les avantages du DIU

- Il est très efficace. Très peu de femmes qui portent un DIU tombent enceintes.
- Il peut être retiré à tout moment, si la femme veut avoir un enfant.
- Son utilisation est facile. Une fois qu'on lui a posé son DIU, la femme n'a plus qu'à contrôler qu'il est toujours en place, une fois par mois. Elle n'a rien à faire avant ou après les rapports sexuels.
- Le DIU appelé Mirena contient une petite quantité d'hormones. Ce DIU diminue beaucoup les saignements des règles, ou les élimine complètement, et réduit les crampes.

### Les désavantages du DIU

- Le DIU ne protège pas la femme du VIH, ni des autres infections sexuellement transmissibles. Voir chapitre 18, page 320.
- La femme ne peut pas poser, ni retirer un DIU elle-même. Une femme qui a un DIU doit pouvoir aller dans un centre médical pas trop éloigné de là où elle habite, au cas où elle aurait des problèmes à cause du DIU, ou si elle veut le retirer pour être enceinte.
- Les DIU causent des changements dans les règles. La plupart intensifient les crampes ou des saignements. Le Mirena peut provoquer des saignements ou des spotting (toutes petites pertes de sang) très légers et irréguliers.

### *Le DIU est dangereux pour certaines femmes*

Ne posez pas de DIU chez une femme qui :

- a une IST. Quand une femme qui a une IST se fait mettre un DIU, l'infection peut facilement s'étendre jusqu'à son utérus. Les infections de l'utérus sont très dangereuses, et peuvent causer l'infertilité. Avant de mettre un DIU, la femme doit se faire dépister pour les IST.
- a récemment eu une infection de l'utérus.
- a eu un avortement, une fausse couche, ou qui a accouché dans les 6 dernières semaines.
- est anémiée, ou qui a déjà des règles très douloureuses ou très abondantes.
- a des fibromes, ou qui a un utérus d'une forme inhabituelle.

Ne posez pas de DIU au cuivre à une femme qui est allergique au cuivre.

### La liberté de choisir ou de refuser de porter un DIU

Dans certains endroits, on pousse les femmes à se faire mettre un DIU. Il arrive même qu'on pose un DIU à des femmes sans le leur dire, quand les médecins ou d'autres soignants, sous la pression des gouvernements ou des groupes d'aide humanitaire locaux ou internationaux, imposent le DIU même aux femmes qui n'en veulent pas.

Ces politiques privent la femme du droit de choisir si et quand elle veut pratiquer le planning familial. Toute femme a le droit de faire ce choix elle-même.

**N'influencez jamais les femmes pour qu'elles choisissent le DIU.** Consultez la page 310 qui donne d'autres informations sur les DIU. Toute femme doit connaître les risques et les avantages de cette méthode pour pouvoir décider ou non de l'utiliser. Avant de lui poser un DIU, assurez-vous que c'est bien ce qu'elle veut.



## Avant de poser le DIU

### Assurez-vous que la femme n'a pas d'IST

Demandez à la femme si elle a remarqué des signes d'IST. Certains de ces signes sont :

- des pertes vaginales qui sentent mauvais ;
- des douleurs, démangeaisons, ou sensations de brûlure dans le vagin ;
- des douleurs, démangeaisons, ou sensations de brûlure en urinant ;
- des lésions sur le vagin ou l'anus.

Rappelez-vous que beaucoup de femmes ont des IST sans en voir aucun signe. Faites toujours faire un test de dépistage des IST avant de mettre un DIU. Si vous ne pouvez pas faire le dépistage, mais que la femme veut vraiment un DIU, vous pouvez la traiter pour la chlamydia et la gonorrhée (voir page 324) d'abord, puis poser le DIU. Voyez le chapitre 18, à partir de la page 320, sur les IST. Ne posez pas de DIU à une femme si vous n'êtes pas sûre qu'elle n'a pas d'IST.

### Assurez-vous que la femme n'est pas enceinte

La pose d'un DIU sur une femme enceinte peut causer une fausse couche. Assurez-vous que la femme n'est pas enceinte avant de lui mettre un DIU. Vous pouvez être sûre qu'elle n'est pas enceinte :

- si elle a toujours ses règles ;
- si elle n'a pas eu de rapports sexuels depuis ses dernières règles ;
- si elle utilise une méthode contraception hormonale comme la pilule, les piqûres, ou les implants (et voudrait plutôt un DIU).

## Expliquez ce qui va se passer pendant la pose du DIU

Avant de placer le DIU, expliquez ce que vous allez faire à la femme. Dites-lui que la pose du DIU peut lui faire un peu mal, mais ne devrait pas être trop douloureuse. Dites-lui que vous ne continuerez pas si elle a très mal, ou si elle veut arrêter pour une autre raison. Répondez à toutes les questions qu'elle aura sur le DIU ou sur sa mise en place.

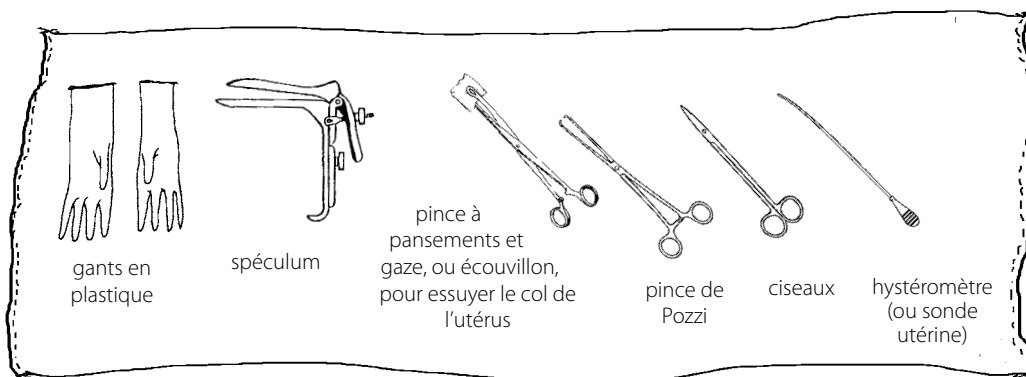


## Poser le DIU

Il y a plusieurs types de DIU, et selon le type, la mise en place est différente. Avant d'insérer un DIU, vous devez savoir quelle est la méthode à utiliser pour type de DIU que vous avez. La plupart des DIU sont fournis avec une notice explicative pour leur mise en place.

Suivez les étapes ci-dessous, quel que soit le type de DIU que vous allez poser :

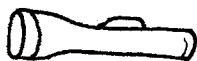
1. Demandez à la femme d'uriner.
2. Stérilisez tous les instruments dont vous aurez besoin, et posez-les sur un morceau de tissu ou du papier stérilisés.



Tout ce qui entre dans le vagin d'une femme, comme les doigts pendant un examen vaginal, doit être très propre. Et tout objet introduit dans l'utérus, comme un DIU ou le tube inserteur du DIU, doit être plus que propre. Il doit être **stérilisé**.

Les instruments stérilisés ne doivent même pas toucher les autres parties du corps de la femme avant d'être introduits dans l'utérus. Les microbes du corps qui normalement ne causent pas de mal, pourraient provoquer une grave infection s'ils entraient dans son utérus. Vous trouverez page 59 des instructions sur la stérilisation des instruments.

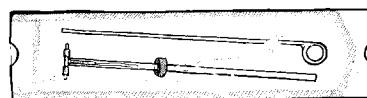
Vous aurez aussi besoin de :



une bonne source de lumière



un bol rempli d'un produit antiseptique comme la Bétadine ou l'Hibiclens

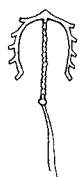


un emballage stérile contenant un DIU et un tube inserteur

Il y a plusieurs sortes de DIU. Parmi les plus courants, on trouve le DIU T-Cu (ou T380A), le DIU Multibras et le Gyne-Fix. Tous ces DIU sont sûrs et efficaces.



DIU T au cuivre (T-Cu)



DIU Multibras



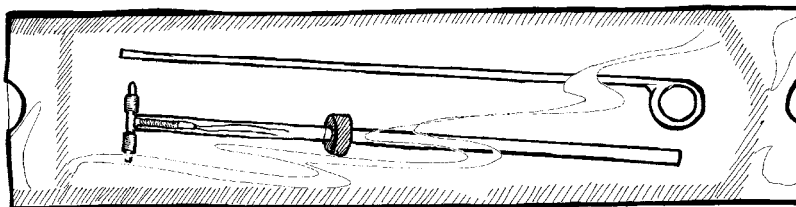
DIU Gyne-Fix

Dans ce livre nous ne donnons des instructions que sur la pose et le retrait du DIU T-Cu. Nous avons choisi ce type de DIU parce qu'il est efficace, sans danger, et très largement utilisé. Les autres types de DIU sont posés à peu près de la même manière que le T-Cu, mais vous devrez de toute façon lire toutes les instructions qui accompagnent le DIU que vous allez poser.

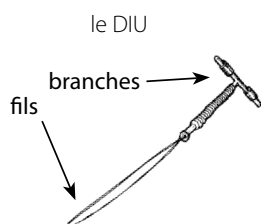
3. Introduisez le DIU dans le tube.

## Assemblage du DIU T au cuivre

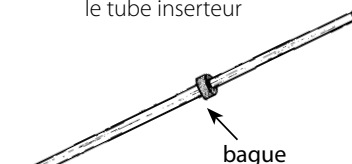
Le DIU vient dans une pochette stérile. Posez la pochette sur une table propre, la partie en papier dessous. Ainsi, vous pouvez voir le DIU à travers l'emballage transparent du dessus.



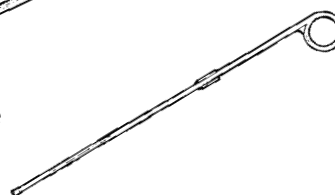
Dans la pochette, il y a 3 éléments :



le tube inserteur



le poussoir

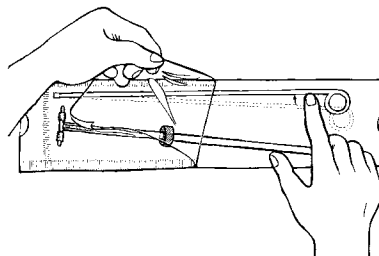


### Assemblage du DIU T- Cu (suite)

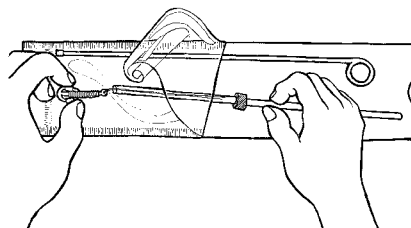
Ces instructions vous indiquent comment installer le DIU dans le tube inserteur sans enlever aucun des éléments de la pochette. Si vous mettez le DIU dans le tube alors que ces deux éléments sont encore emballés – et que vous ne touchez pas le DIU – celui-ci restera stérile même si vous ne portez pas de gants stérilisés. Ne touchez jamais le DIU, ni le bout du tube inserteur qui est le plus proche du DIU, ni le bout du poussoir qui est le plus proche du DIU et qui entrera dans l’utérus de la femme, sauf si vous portez des gants stériles.

Insérez le DIU dans le tube quand vous êtes prête à l’introduire dans l’utérus. Si le DIU reste dans le tube inserteur pendant plus de 5 minutes, il ne marchera pas – les branches du DIU ne s’ouvriront pas dans l’utérus.

Ouvrez l’emballage à moitié, en commençant par le côté opposé au DIU, et écartez le poussoir pour qu’il ne vous encombre pas.

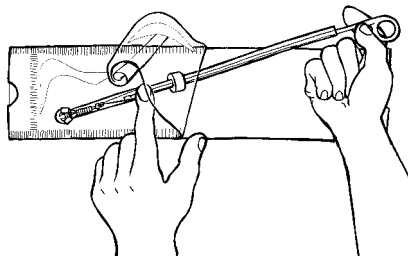


D’une main, maintenez le tube inserteur. De l’autre main, tenez le DIU à travers l’emballage du dessus, pendant que vous introduisez les branches dans le tube. Mettez votre pouce sur l’une des branches et l’index sur l’autre, serrez-les ensemble et vers le bas.

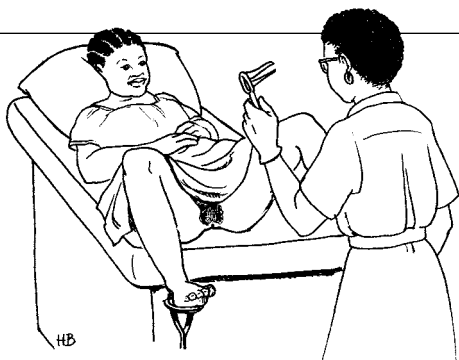


Insérez le DIU plié dans le tube.

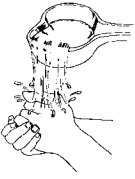
Introduisez le poussoir dans l’autre bout du tube inserteur, et glissez-le le long des fils. Arrêtez quand il touche le bas du DIU, et maintenez-le là sans le bouger.



Le DIU est maintenant prêt à être posé dans l’utérus.



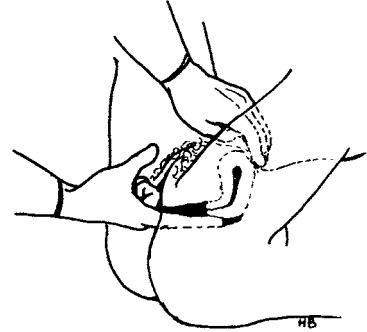
4. Faites coucher la femme sur le dos, avec les jambes pliés et écartés.
5. Aidez-la femme à se détendre. Vous pouvez essayer de faire plusieurs respirations profondes avec elle, en lui parlant calmement ou en lui posant la main sur l’épaule pour la mettre en confiance.



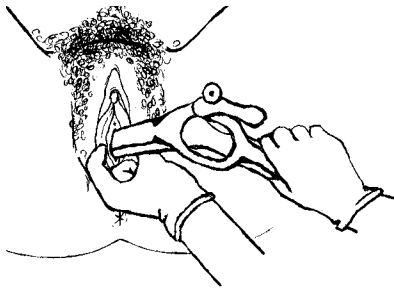
6. Suivez les indications de la page 53 pour vous laver les mains avec de l'eau, du savon, et une brosse. Laissez-les sécher à l'air, puis mettez des gants stérilisés.

7. Palpez l'utérus de la femme (voir page 384).

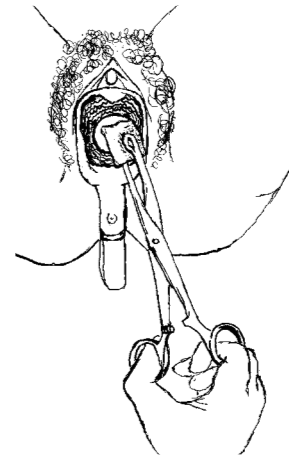
- Trouvez la position et la taille de l'utérus.
- Assurez-vous que la femme n'est pas enceinte.
- Assurez-vous que l'utérus n'est ni élargi, ni douloureux.



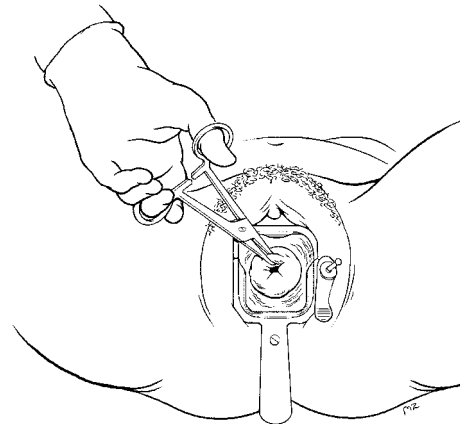
8. Insérez doucement un spéculum stérilisé (voir page 377) dans le vagin.



9. Nettoyez le col de l'utérus avec une solution antiseptique. Vous pouvez utiliser un écouvillon ou une pince à pansements avec de la gaze stérile trempée dans un antiseptique.



10. Saisissez le col de l'utérus avec une pince de Pozzi et refermez doucement la pince. Tirez doucement le col de l'utérus pour redresser l'utérus. L'utérus doit être droit quand vous introduisez l'hystéromètre et le DIU. Si la femme a mal, arrêtez. Faites une pause, puis demandez-lui de vous avvertir quand elle sera prête à continuer.

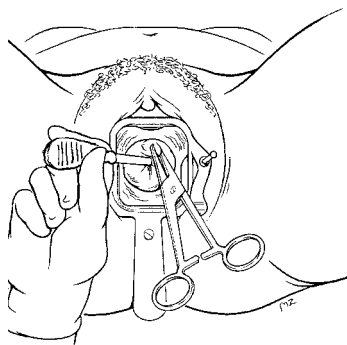




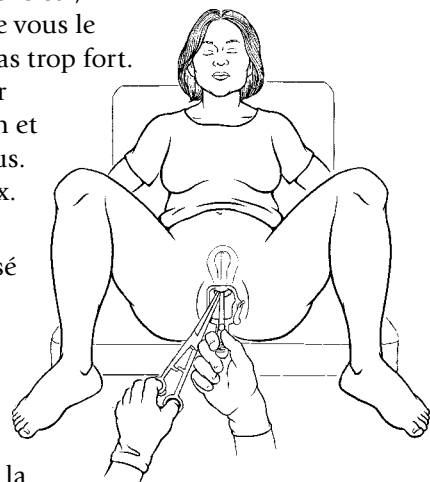
11. Mesurez l'utérus en introduisant l'hystéromètre stérile par l'ouverture du col jusque dans l'utérus.

Vous ne devez tenir l'hystéromètre que par le manche. Introduisez-le doucement dans le col. Faites en sorte qu'il ne touche rien d'autre que le col. L'hystéromètre ne sera plus stérile s'il touche autre chose que le col – même le vagin de la femme.

Rarement, il arrive qu'une femme ait le vertige ou la nausée au moment de l'introduction de l'hystéromètre ou du DIU dans son utérus. Elle peut avoir un malaise vagal (voir page 430).



Insérez l'hystéromètre doucement mais fermement. S'il est difficile de pousser l'hystéromètre à travers le col, tournez-le pendant que vous le poussez. Ne poussez pas trop fort. Vous pourriez enfoncer l'hystéromètre trop loin et percer le fond de l'utérus. Ce serait très dangereux.



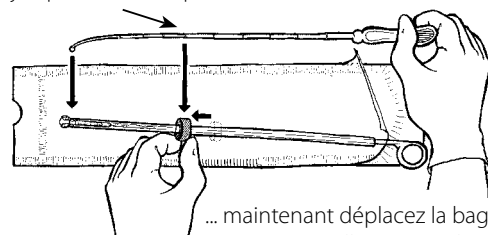
Une fois que l'hystéromètre a traversé le col, poussez-le

doucement jusqu'à ce vous sentiez qu'il a touché le fond de l'utérus.

L'hystéromètre a des marques espacées de 1 centimètre. Quand vous le retirerez, une partie sera humide. La longueur de cette partie humide représente la taille de l'utérus.

12. Quand vous connaissez la taille de l'utérus, vous pouvez placer le tube inserteur de façon qu'il corresponde à la longueur de l'utérus.

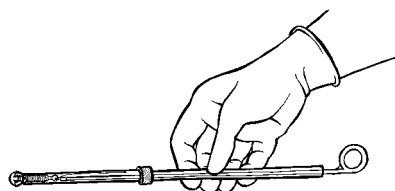
l'hystéromètre est humide jusqu'à cette marque



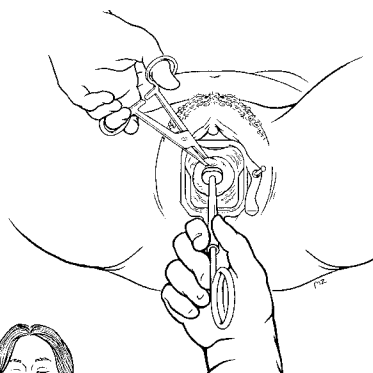
... maintenant déplacez la bague jusqu'à ce qu'elle atteigne la même distance à partir du bas du tube inserteur.

Quand vous observez le DIU dans sa pochette, vous pouvez remarquer que le tube inserteur a une petite bague mobile. Déplacez la bague sur le tube inserteur jusqu'au point qui correspond à la longueur de l'utérus mesurée sur l'hystéromètre. Le déplacement de la bague doit se faire pendant que le DIU stérile est encore dans la pochette.

13. À ce stade, ouvrez complètement la pochette, sortez le tube inserteur de la pochette, et introduisez le DIU dans l'utérus. Prenez soin de garder le DIU stérile ! Ne le laissez pas toucher quoi que ce soit, même les parois du vagin.



Maintenez bien le col de l'utérus avec la pince de Pozzi, et poussez doucement le tube (contenant le DIU) à travers l'ouverture du col. Ne forcez pas en poussant, même si vous sentez une petite résistance pendant l'insertion.

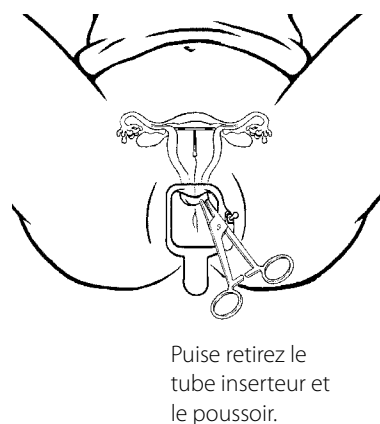
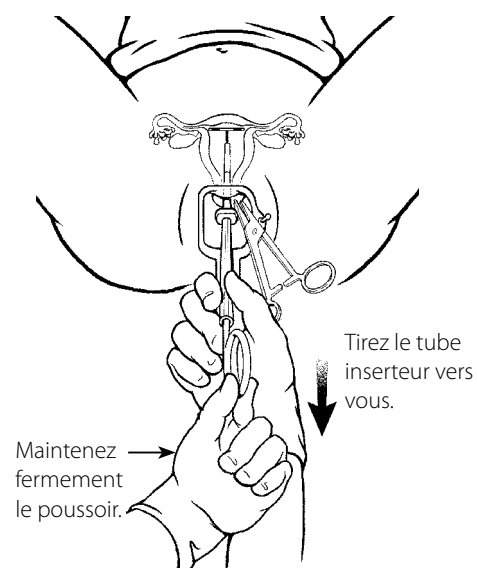


Poussez le tube inserteur et le DIU jusqu'au fond de l'utérus. Quand la bague appuie contre le col, cela signifie que vous avez poussé le DIU jusqu'au fond de l'utérus. Si vous sentez une résistance, ne poussez plus.



Pour maintenir le DIU en place, tenez fermement le poussoir de façon qu'il ne bouge pas. Sans faire bouger le poussoir, tirez doucement le tube vers vous.

Quand le tube sera sorti du col, vous pourrez tirer le poussoir vers vous et hors du col.

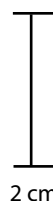
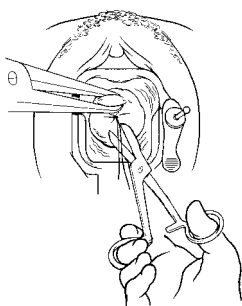


14. Coupez les fils de manière que 2 centimètres dépassent du col. Retirez doucement la pince de Pozzi et le spéculum.

15. Mettez tous les instruments et les gants dans une solution d'eau de javel ou d'un autre désinfectant chimique (voir page 57).

16. Jetez les déchets, y compris la gaze et le tube inserteur, selon les indications de la page 67.

17. Lavez-vous les mains avec de l'eau et du savon.



Laissez environ 2 centimètres de fils hors du col de l'utérus



## Après avoir posé le DIU

Expliquez à la femme qu'elle aura peut-être des saignements ou des crampes pendant 1 ou 2 jours. Ses règles pourraient être plus abondantes que d'habitude pendant quelques mois, ce qui est normal. Indiquez-lui comment vérifier le bon positionnement de son DIU, et les signes d'alerte auxquels elle doit faire attention (voir page 399).

Une femme qui porte un DIU doit faire des examens de santé régulièrement. Elle doit aussi vérifier le bon positionnement de son DIU dans l'utérus, et surveiller tout signe d'alerte. La plupart du temps, si le DIU sort, c'est pendant les règles ; elle doit donc contrôler son DIU après chaque règles.

### Pour vérifier la position du DIU

La femme doit se laver les mains, puis introduire un doigt dans le vagin jusqu'à toucher le col de son utérus. Quand elle aura touché le col, elle devrait aussi sentir les fils qui sortent de son ouverture. Si elle ne sent pas les fils, cela signifie soit que le DIU est remonté dans l'utérus, soit qu'il est complètement sorti de son corps, et qu'il ne marche donc plus.

### Signes d'alerte

Si la femme ne sent pas les fils, elle doit obtenir une assistance médicale. Un soignant devra soit se servir d'une pince pour pouvoir atteindre l'intérieur de l'utérus et chercher le DIU, soit faire une échographie pour voir l'intérieur de l'utérus. Comme il est possible que le DIU soit sorti de son corps, la femme devrait utiliser une autre méthode de planning familial si elle ne veut pas tomber enceinte.

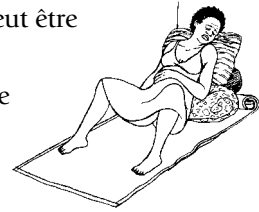
Si ses règles ne viennent pas, ou qu'elle a d'autres signes de grossesse, il se pourrait qu'elle soit enceinte. Dans ce cas, la femme doit consulter un soignant immédiatement pour se faire retirer le DIU. Si le DIU reste dans l'utérus pendant une grossesse, il risque de provoquer une fausse couche, une infection ou une naissance prématurée. En se faisant retirer le DIU immédiatement, elle risque moins d'avoir une fausse couche que si le DIU reste dans l'utérus.

Rappelez-vous que le Mirena peut provoquer l'arrêt des règles, donc la disparition des règles seule n'est pas un signe de grossesse pour les femmes qui portent un Mirena.

### Signes d'infection

Une femme qui présente l'un de ces signes a peut-être une infection de l'utérus.

- de très forts saignements
- pertes de sang entre deux périodes de règles (un spotting peut être normal pendant le premier mois)
- des pertes vaginales différentes de celles qu'elle a d'habitude
- des douleurs dans la zone pelvienne ou au ventre
- des douleurs pendant les rapports sexuels
- de la fièvre, des frissons, la sensation d'être malade



La femme doit immédiatement consulter un soignant et retirer le DIU.

## Retirer le DIU

Le T-Cu peut rester dans l'utérus pendant 10 ans. Les autres types de DIU ne durent pas aussi longtemps. Tout DIU peut être retiré quand la femme le décide. Après s'être fait retirer le DIU, la femme peut tomber enceinte aussitôt. S'il elle ne veut pas tomber enceinte, elle doit employer une autre méthode de planning familial.

### Pour retirer un DIU

1. Lavez-vous les mains, mettez des gants stérilisés, et faites un examen bimanuel pour vous assurer que la femme n'est pas enceinte. Posez un spéculum.
2. Utilisez un écouvillon ou une pince à pansements et de la gaze stérile trempée dans une solution antiseptique pour essuyer le col de l'utérus.
3. Clampez les fils avec une pince ou un porte-aiguille.
4. Tirez fermement et fortement les fils, et le DIU sortira. Si vous voyez le bout en plastique du DIU, saisissez-le avec la pince, puis tirez. Si vous sentez beaucoup de résistance, arrêtez ! Les fils pourraient se casser. Laissez quelqu'un de plus expérimenté terminer l'opération.

### Le DIU Dalkon Shield

Dans les années 70, un DIU appelé *Dalkon Shield*, qui était nocif, était en circulation. Il a causé de graves problèmes de santé aux femmes qui le portaient. Le *Dalkon Shield* n'est plus fabriqué, mais certaines femmes en ont encore un dans l'utérus – et elles doivent le faire enlever. Les DIU modernes sont sûrs et efficaces.



Le Dalkon Shield est un DIU dangereux.

