



Si l'avortement n'aboutit pas après 3 doses, vous pouvez utiliser 4 autres pilules de la même manière 3 heures après la troisième dose.

S'il n'y a pas eu de saignement après 3 doses, procurez-vous des pilules d'ailleurs et recommencez.

La mifépristone associée au misoprostol

Avalez la mifépristone, attendez 24 à 48 heures, puis prenez du misoprostol.

Pour les grossesses de 5 à 8 semaines

Avalez 200 mg de mifépristone et attendez 24 à 48 heures. Placez ensuite 4 comprimés de misoprostol soit sous votre langue, soit entre vos joues et vos gencives, pendant 30 minutes. Puis avalez ce qui reste avec de l'eau.

Pour les grossesses de 9 à 12 semaines

Avalez 200 mg de mifépristone et attendez 24 à 48 heures. Placez ensuite 4 comprimés de misoprostol pour 30 minutes soit sous votre langue, soit entre vos joues et vos gencives. 3 heures plus tard, prenez 4 comprimés autres de misoprostol de la même manière.



6

7

Avortement médicamenteux

Deux médicaments sont utilisés pour l'avortement en toute sécurité : le misoprostol seul, ou associé à la mifépristone. Ceci est valable pour les grossesses de 13 semaines ou moins, peu coûteux et réalisable sans danger à la maison, surtout dans les milieux où le droit à l'avortement n'est pas garanti.

Le misoprostol est disponible en pharmacie car il est aussi utilisé pour traiter les ulcères gastriques.

La mifépristone n'est pas disponible partout. Le misoprostol seul suffit pour l'avortement, mais il fonctionne mieux quand il est associé à la mifépristone.

Les doses et les posologies des médicaments abortifs dépendent de l'âge de votre grossesse. Pour cela vous pouvez compter les jours et les semaines partant du premier jour de vos dernières règles, ou utilisez notre calculateur de grossesse en ligne ici :

<https://bit.ly/frSAcalc>



En cas des rapports sexuels non protégés au cours des 5 derniers jours, les pilules d'urgence peuvent empêcher toute grossesse.

Au cas où vous irez chercher de l'aide à l'hôpital, sachez que :

La douleur et le saignement d'un avortement médicamenteux sont les mêmes que pour une fausse couche. Personne ne peut affirmer que vous avez utilisé des pilules abortives, à moins que cela ne soit trouvé dans votre vagin ou que vous ne leur disiez. s

Ne prenez le misoprostol par le vagin que si l'avortement est légal dans votre milieu.



Si l'avortement n'aboutit pas après 3 doses de misoprostol, vous pouvez ajouter une 4^{ème} dose 3 heures après la troisième.

Si après les 3 doses de misoprostol les saignements ne surviennent pas, procurez-vous du misoprostol ailleurs et recommencez.

Utiliser le misoprostol seul

Pour les grossesses de 13 semaines ou moins, vous allez utiliser 12 comprimés de misoprostol de 200 mcg chacun, d'abord 4 comprimés en une prise puis 4 autres comprimés toutes les 3 heures. Par exemple, si votre première dose est à 6h du matin, la deuxième dose sera à 9h et la 3ème à midi.

N'avez pas le misoprostol comme les autres médicaments, laissez-les se dissoudre lentement pendant 30 minutes, soit sous la langue, soit entre l'intérieur de la joue et les gencives.

Là où l'avortement est légal, insérez les comprimés profondément dans le vagin, où ils ne se dissolvent pas complètement et des traces peuvent être retrouvées par un médecin.



8

5

Si vous avez choisi d'avorter, ayez confiance en votre décision. L'avortement médicamenteux est sans danger et utilisé par des:

- personnes de tous âges
- personnes qui allaitent
- personnes de poids différents
- personnes qui ont déjà eu des enfants
- personnes qui n'ont jamais eu d'enfants
- personnes qui ont le VIH
- personnes qui prennent les hormones comme la testostérone

Les avortements sécurisés ne causent aucune maladie, ne compromettent pas vos futures grossesses et ne nuisent pas à votre corps.

Avorter est une décision très personnelle.

Vous seul pouvez déterminer ce qu'il faut faire dans votre situation. Ayez confiance que vous ferez le bon choix et efforcez-vous d'en faire le meilleur.

L'avortement médicamenteux pour les grossesses de 13 semaines ou moins

Partout dans le monde, les gens avortent sans danger et cela présente moins des risques que la grossesse et l'accouchement.

Comprendre l'usage des pilules abortives et à quoi s'attendre vous aide à décider d'une façon éclairée et vous permet de mieux vivre ce moment.



Contenu:

Avortement médicamenteux p.2

À qui l'avortement médicamenteux ne convient-il pas? p.3

Se préparer pour l'avortement p.4

Le misoprostol seul p.5-6

La mifépristone associé au misoprostol p.7-8

Pendant/après l'avortement p.9

Signes de danger p.10

Plan d'avortement

- Ayez une personne de confiance à vos côtés.
- Faites-vous aider par une personne expérimentée dans la pratique des avortements.
- Faites-vous couvrir dans vos responsabilités au travail et en famille pour au moins 48h.
- Prévoyez comment vous débarrasser des matières expulsées.

Ayez sous la main:

- Téléphone avec un forfait appel et un chargeur
- De l'argent pour acheter plus des pilules si nécessaires, ou pour une urgence
- Dose complète de misoprostol (12 comprimés de 200 mcg chacun)
- 10 serviettes ou plus
- Ibuprofène, naproxène ou diclofénac pour la douleur
- Thermomètre

4



Pendant l'avortement—Attendez-vous à :

- Des saignements et crampes. Utilisez un antidouleur tel que l'ibuprofène ou une bouillotte pour les crampes.
- L'expulsion des caillots de sang et des tissus prend souvent fin en 6 heures mais peut durer 48 heures.
- Des nausées, vomissements, diarrhée, frissons et fièvre légère (moins de 38 °C). Tout cela est normal.
- Surveillez les signes de danger (page 10)

Après l'avortement

- Pas d'activité physique intense pendant 7 jours.
- Pas des rapports sexuels pendant 5 jours et n'introduisez rien dans le vagin (savon, tampons, coupe menstruelle, etc.).
- Mangez des aliments sains.
- Débuter une contraception car vous pouvez tomber enceinte juste après l'avortement.
- Parlez à une personne de confiance ou à une assistance téléphonique pour un soutien moral.
- Les signes de grossesse comme les nausées, disparaissent en quelques jours. Pour être sûr que ça marché, passez une échographie après 2 semaines ou un test de grossesse à domicile après 3 semaines.

9

Vous pouvez télécharger l'application Avortement
Sécurisé pour plus d'informations, ici



https://bit.ly/fr_SA_web

L'application fonctionne entièrement hors ligne
une fois téléchargée.

hesperian
health guides

www.hesperian.org
app@hesperian.org

Signes de danger

Consultez d'urgence un médecin en présence de l'un de ces signes.

Saignements excessifs et caillots de sang

- vous trempez plus de 2 serviettes en 1 heure pendant 2 heures d'affilée
- les caillots ont la taille d'une orange
- vous avez des vertiges,

Fièvre élevée (supérieure à 38°C) si elle:

- dure plus de 4 heures
- commence 24 heures après la prise du misoprostol
- est accompagnée des frissons et des douleurs au ventre

Douleurs intenses au ventre même après avoir pris de l'ibuprofène ou d'autres antidouleurs

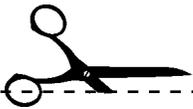
Écoulement vaginal malodorant

N'utilisez pas de pilules abortives si vous:

- avez eu des douleurs et des saignements au cours de cette grossesse
- avez été césarisé 2 fois ou plus (valable pour les grossesses >13 semaines)
- souffrez d'une maladie cardiaque, d'anémie, d'hémophilie ou d'insuffisance surrénalienne chronique
- êtes allergique au misoprostol ou à la mifépristone
- prenez des anticoagulants
- avez un stérilet dans votre utérus

Pour les grossesses >13 semaines, consultez

Si la grossesse est assez avancée, des petites doses de misoprostol sont prises plusieurs fois et l'avortement peut durer plus longtemps. Demandez conseils et soutien à une sage-femme, un accompagnateur en avortement ou un agent de santé pour vous assurer que tout iras bien.



10

3

Bref aperçu de l'application Avortement sécurisé



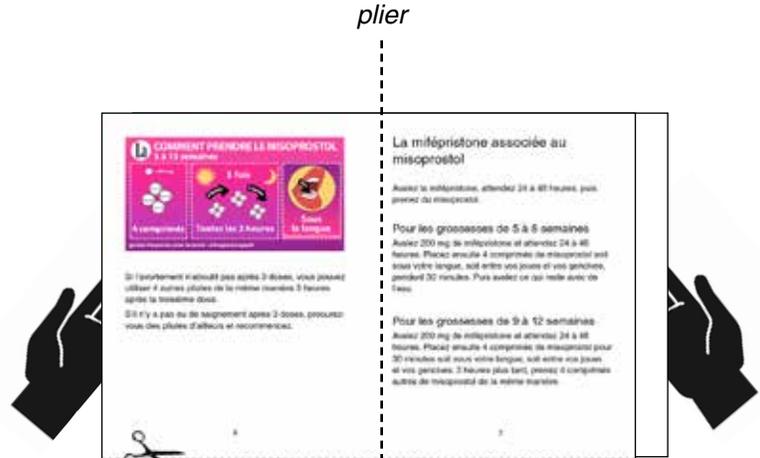
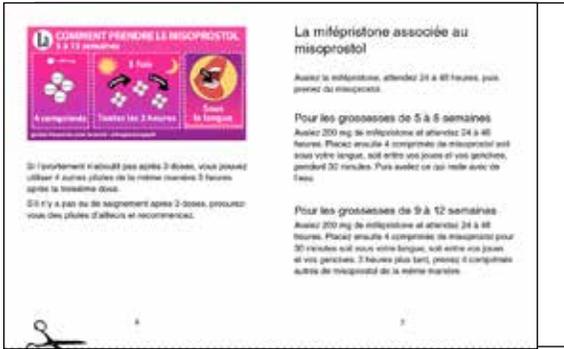
Comment concevoir votre petit-livret



1. Imprimez le PDF en recto verso, si cela n'est pas possible, collez les pages de manière à ce que la première et la deuxième page soient côte à côte, la même chose pour la troisième et la quatrième page. Après cela, toutes les pages doivent être orientées dans la même direction de haut en bas.

3. Coupez les pages en deux en suivant les pointillés.

2. Assemblez les pages de manière à ce que la première page du PDF soit en haut. La première et troisième page doit être en face de vous. La deuxième et la quatrième page tournée vers vous.



4. Placez la pile supérieure de demi-pages sur la pile inférieure de demi-pages.

5. Pliez la pile de pages en deux pour former un livret. Agrafez au milieu pour maintenir les pages ensemble.

6. Diffusez largement !