

# La planification familiale après l'avortement spontané ou provoqué

# 8

## INTRODUCTION

---

Les grossesses non désirées sont l'une des principales raisons pour lesquelles les femmes choisissent d'avorter. Beaucoup de ces grossesses se produisent parce que les femmes n'ont pas eu accès aux informations ou aux services de planification familiale lorsqu'elles en avaient besoin. La meilleure façon de réduire le nombre d'avortements est de veiller à ce que les informations sur la planification familiale et les services de planification familiale soient largement disponibles pour toutes les femmes et tous les hommes.

L'avortement consiste en l'interruption de la grossesse avant l'accouchement. On parle couramment d'« interruption volontaire de grossesse » (IVG). L'avortement provoqué consiste à ôter volontairement le contenu de l'utérus avant que l'embryon ou le fœtus soit capable de survivre hors de l'utérus. L'avortement peut aussi être spontané, et l'on parle alors de « fausse couche » ; la plupart des avortements spontanés surviennent au cours du premier trimestre de la grossesse.

*(Suite à la page 76)*

Environ 1 femme sur 4 ayant subi un avortement non médicalisé est exposée à de graves complications et se fait hospitaliser, ce qui accroît la demande de ressources rares. Pour chaque cas d'hospitalisation recensé, il en est de nombreux autres où des femmes ayant subi un avortement non médicalisé ne demandent pas de soins médicaux par crainte de violences, de mauvais traitements ou de sanctions juridiques. L'Organisation mondiale de la Santé estime que les avortements non médicalisés sont cause de 13 % des décès maternels de par le monde.

POINTS CLÉS À FAIRE CONNAÎTRE :

**LA PLANIFICATION FAMILIALE APRÈS L'AVORTEMENT SPONTANÉ  
OU PROVOQUÉ**

---

- 1 Si une femme souffre de saignements vaginaux abondants, de fièvre, de douleurs abdominales ou de pertes vaginales anormales, elle doit consulter un médecin d'urgence. Cela peut lui sauver la vie.
- 2 Après un avortement provoqué ou spontané, le retour de la fécondité est très rapide. Il faut, pour éviter les grossesses, que les femmes appliquent une méthode de planification familiale dans un délai d'une semaine.
- 3 Il est conseillé aux femmes qui veulent avoir un enfant après un avortement provoqué ou spontané d'attendre 6 mois pour reprendre des forces en vue de leur grossesse suivante.
- 4 Afin de réduire le risque d'infection après un avortement provoqué ou spontané, les femmes doivent éviter les rapports sexuels jusqu'à l'arrêt de tout saignement, soit généralement de 5 à 7 jours. Les femmes qui se font soigner pour des infections ou des lésions vaginales ou utérines en rapport avec un avortement doivent s'assurer d'être bien guéries avant de reprendre des rapports sexuels.

Les femmes qui ont subi un avortement provoqué sont souvent plus exposées au risque d'une autre grossesse qui peut, elle aussi, être non désirée. Pour éviter cette suite d'événements, les services de santé doivent mettre une large gamme de méthodes contraceptives à la disposition des femmes immédiatement après les soins qui leur sont dispensés en cas d'avortement provoqué ou spontané, ou lors de ces avortements.



L'avortement est illégal dans certains pays et ne l'est pas dans d'autres. Dans l'un et l'autre cas, certaines femmes se font avorter par des personnes n'ayant pas de compétences médicales ou essaient d'avorter seules. Ces avortements sont souvent dangereux ; ils peuvent être cause d'infécondité et d'invalidités parfois permanentes, ou même de mort. Les femmes doivent savoir à quel point les avortements non médicalisés sont dangereux et être encouragées à recourir à la contraception pour éviter une telle éventualité. Les femmes et les prestataires de soins doivent connaître les signes de complications de l'avortement provoqué et spontané et savoir l'importance de l'apport de soins immédiats. Au cours des prestations de soins après un avortement, les prestataires de soins devraient offrir aux patientes des options de contraception, la planification familiale devant constituer une composante essentielle de ces soins.

## INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

### POINT CLÉ 1.

**Si une femme souffre de saignements vaginaux abondants, de fièvre, de douleurs abdominales ou de pertes vaginales anormales, elle doit consulter un médecin d'urgence. Cela peut lui sauver la vie.**

Si elles ne sont pas traitées dans de brefs délais, les complications de l'avortement provoqué ou spontané peuvent avoir des suites graves pour la santé et être causes d'infécondité, voire être mortelles. Les symptômes de ces complications sont notamment des saignements vaginaux bien plus abondants que les règles

Après un avortement provoqué ou spontané, la femme doit consulter un médecin immédiatement si elle présente les symptômes suivants :

- Saignements vaginaux bien plus abondants que les règles normales,
- Fièvre ou frissons,
- Étourdissements ou évanouissements,
- Douleurs stomacales ou abdominales graves,
- Pertes vaginales malodorantes.

normales, de la fièvre ou des frissons, des étourdissements ou des évanouissements, de graves douleurs stomacales ou abdominales et des pertes vaginales malodorantes. Toute femme qui présente l'un de ces symptômes après un avortement provoqué ou spontané doit consulter immédiatement un agent de santé compétent.

Il y a toutefois de nombreuses raisons pour lesquelles les femmes qui souffrent de ces complications ne se font pas soigner immédiatement :

- Elles ne se rendent pas compte qu'il y a un problème ; elles pensent, par exemple, que des saignements abondants sont normaux après un avortement provoqué ou spontané.
- Elles ne sont pas en mesure de décider de se faire soigner, n'ont pas les moyens de payer les soins ou ne disposent pas de moyens de transport.
- Elles hésitent à se faire soigner en raison de la piètre qualité des soins qu'elles ont reçus dans le passé ou du mauvais accueil qui leur a été fait.
- Elles ne veulent pas que l'on sache qu'elles ont eu un avortement provoqué ou spontané.

Il est donc important d'éduquer les membres de la famille et de la communauté pour leur faire comprendre l'importance de ces symptômes. C'est parfois la mère, la sœur, le mari ou une amie de la femme qui se rend compte, avant elle, qu'elle doit se faire soigner immédiatement.

### POINT CLÉ 2.

**Après un avortement provoqué ou spontané, le retour de la fécondité est très rapide. Il faut, pour éviter les grossesses, que les femmes appliquent une méthode de planification familiale dans un délai d'une semaine.**

La femme peut redevenir féconde dans les 15 jours qui suivent un avortement provoqué ou spontané, avant le retour de ses règles. Pour prévenir une nouvelle grossesse, elle doit commencer à appliquer une méthode de planification familiale immédiatement ou au plus tard une semaine après l'avortement. Même si sa grossesse interrompue était désirée et qu'elle souhaite tomber enceinte de nouveau, elle doit utiliser une méthode contraceptive pour redonner à son organisme le temps de reprendre des forces et de se préparer à une nouvelle grossesse. Dans l'idéal, elle devrait recevoir des conseils et obtenir des moyens de contraception avant sa sortie de l'hôpital.

Les prestataires de soins de santé peuvent aider les femmes à éviter de futurs avortements en les aidant à comprendre pourquoi elles ont fait une grossesse non désirée et en les aidant à choisir une méthode contraceptive qu'elles sont capables d'utiliser correctement et systématiquement.

### POINT CLÉ 3.

**Il est conseillé aux femmes qui veulent avoir un enfant après un avortement provoqué ou spontané d'attendre 6 mois pour reprendre des forces en vue de leur grossesse suivante.**

Même si leur grossesse était désirée et si elles veulent un autre enfant, les femmes doivent, après un avortement spontané ou provoqué, commencer à utiliser une méthode de planification familiale et donner à leur organisme au moins 6 mois pour reprendre des forces et se préparer à la prochaine grossesse. Une grossesse avant ce délai risque de mener à des problèmes de santé pour la mère et l'enfant, tels que de

l'anémie (taux de fer insuffisant dans le sang), un autre avortement spontané, une naissance prématurée ou un nouveau-né d'un poids inférieur à la normale.

L'utilisation d'une méthode contraceptive immédiatement après un avortement provoqué ou spontané contribue à faire en sorte que la grossesse suivante se déroule dans de bonnes conditions de santé. Les couples peuvent choisir pratiquement n'importe quelle méthode, mais si la femme souffre d'une infection, il convient de reporter la pose d'un DIU ou la stérilisation jusqu'à ce que l'infection soit guérie. Il faudra alors que le couple utilise une autre méthode contraceptive en attendant. (Pour de plus amples informations sur les méthodes de planification familiale, voir le chapitre 7.)

Les prestataires de soins de santé devraient, après un avortement provoqué ou spontané, aider les femmes à choisir une méthode de planification familiale ne présentant pas de danger pour elles. Ils doivent aider les femmes à éviter d'autres avortements et leur faisant comprendre pourquoi elles ont eu une grossesse non désirée, en les guidant dans leur choix d'une méthode contraceptive fiable et en les encourageant à appliquer cette méthode systématiquement et correctement.

#### **POINT CLÉ 4.**

**Afin de réduire le risque d'infection après un avortement provoqué ou spontané, les femmes doivent éviter les rapports sexuels jusqu'à l'arrêt de tout saignement, soit généralement de 5 à 7 jours. Les femmes qui se font soigner pour des infections ou des lésions vaginales ou utérines en rapport avec un avortement doivent s'assurer d'être bien guéries avant de reprendre des rapports sexuels.**

De légers saignements vaginaux et suintements sont courants après un avortement provoqué ou spontané. Les couples devraient attendre que ces symptômes disparaissent avant de recommencer à avoir des rapports sexuels. Ils s'arrêtent généralement au bout de 5 à 7 jours mais peuvent durer jusqu'à 2 semaines. Si la femme a subi une lésion vaginale ou utérine, ou si elle est sous traitement pour une infection, elle devrait attendre d'être complètement guérie avant d'avoir des rapports sexuels.