

Mon corps. Ma santé



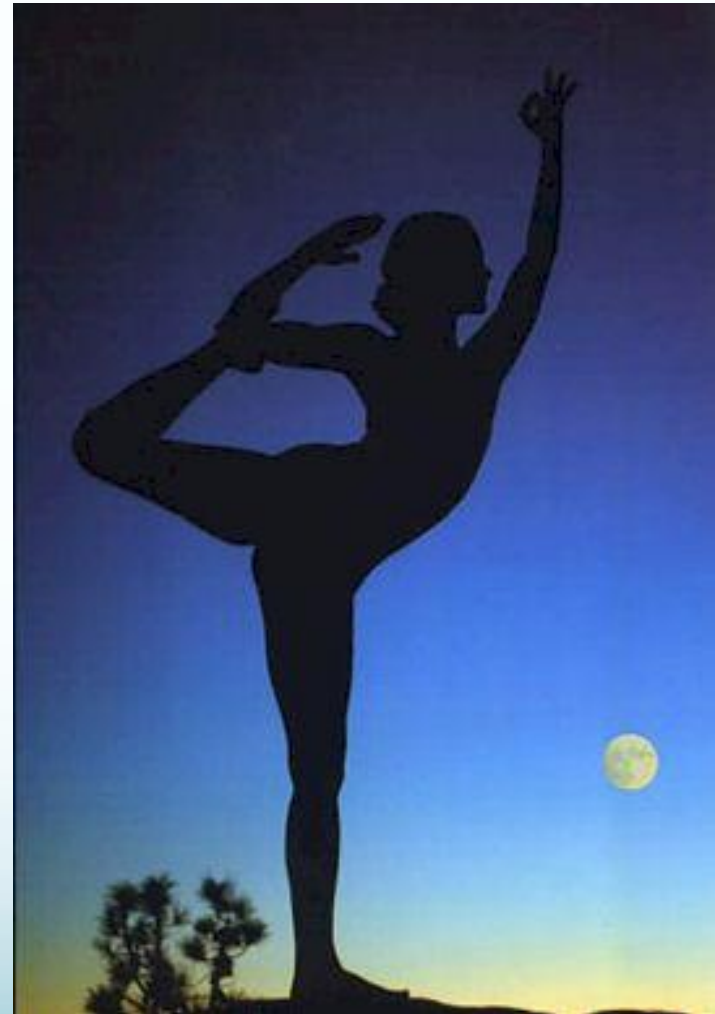
Série d'ateliers sur la santé de la femme
Partie I

Notre discussion aujourd'hui abordera les sujets suivants:

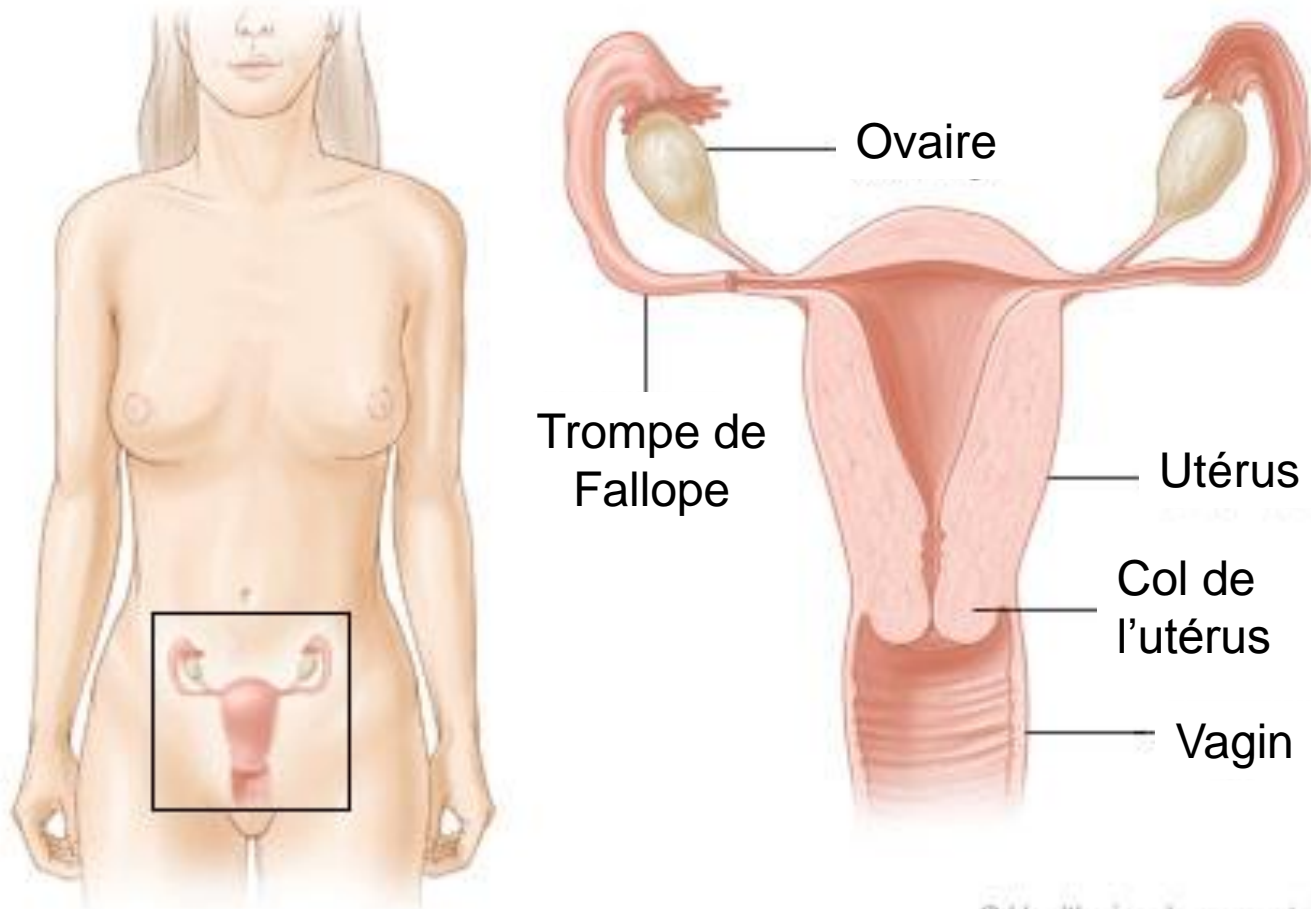
- Un aperçu de la santé de la femme, y compris:
 - Les organes reproductifs
 - Pourquoi ils sont importants pour notre santé
 - Comment déceler et prévenir les maladies
- Discussion – Nous nous regrouperons en 3 groupes selon les langues
- Rapport – Nous discuterons les questions et les propos divers tenus dans chacun des petits groupes.

La santé de la femme

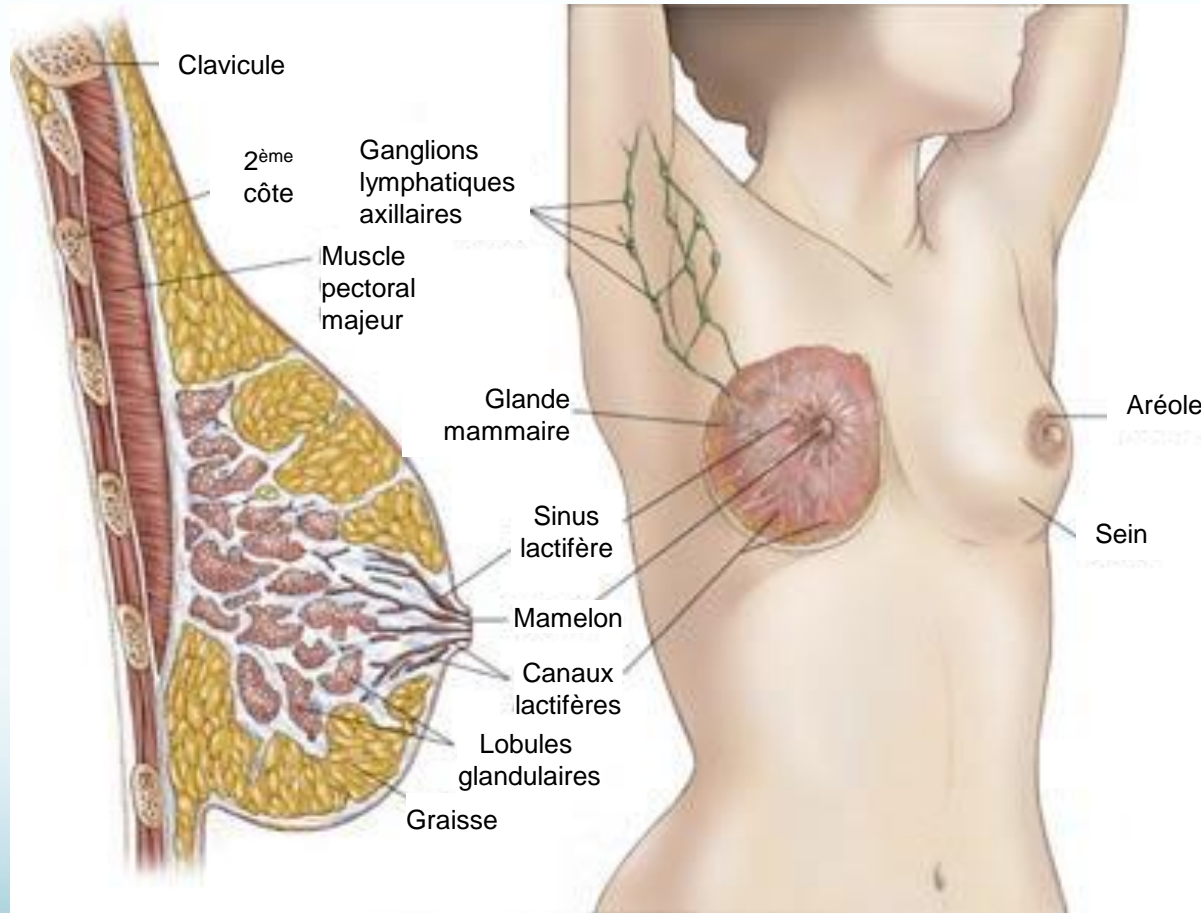
- Le corps féminin est différent et a besoin de soins spéciaux pour être sain
- Parfois, une femme peut se sentir en bonne santé bien qu'elle ait des problèmes
- Il est important pour la femme de subir un examen médical annuel qui permet à son docteur de détecter les problèmes assez tôt quand ils sont encore faciles à soigner



Anatomie du Système Reproductif Féminin



Seins



Les seins sont importants



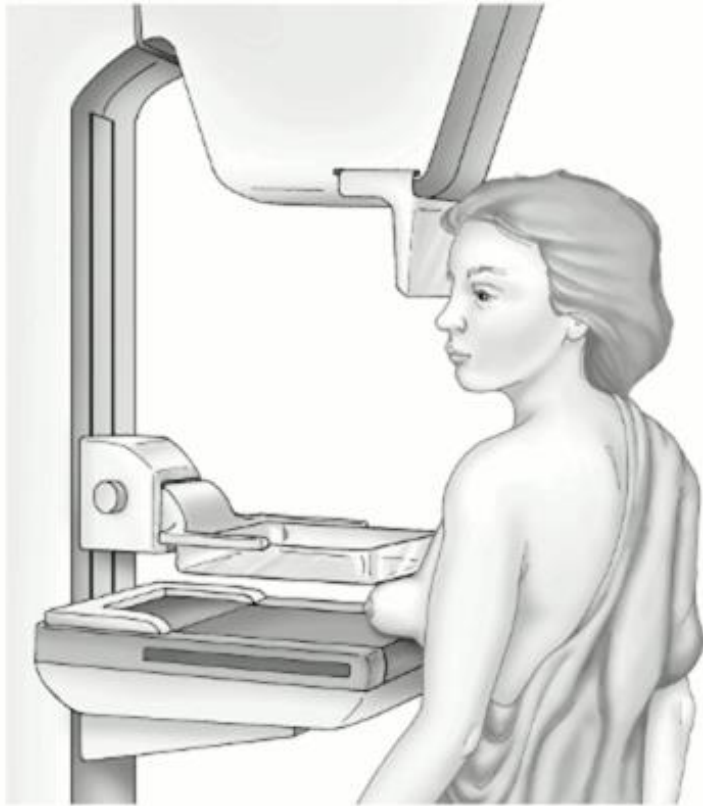
- Pour la production de lait après la grossesse
- Comme source de nutrition pour le nouveau-né
- Pour le plaisir sexuel

Cancer du sein

- Le cancer du sein est un cancer très grave qui cause la mort de beaucoup de femmes
- Dans les premiers stades du cancer du sein, la femme atteinte peut parfaitement ne ressentir aucun problème.
- Le docteur fera plusieurs tests pour déterminer s'il y a ou non un cancer du sein



Un de ces tests est la mammographie

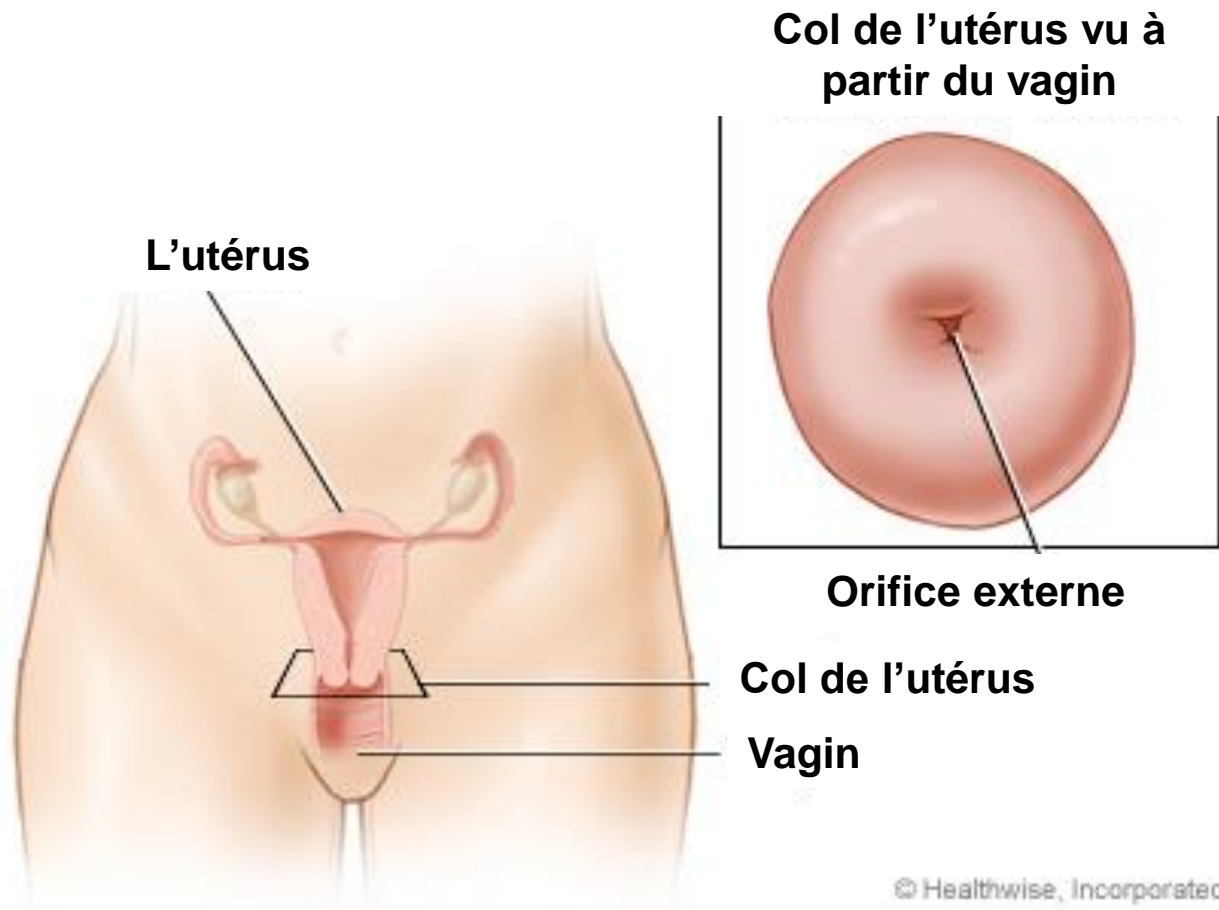


Mammographie

© Sam and Amy Collins

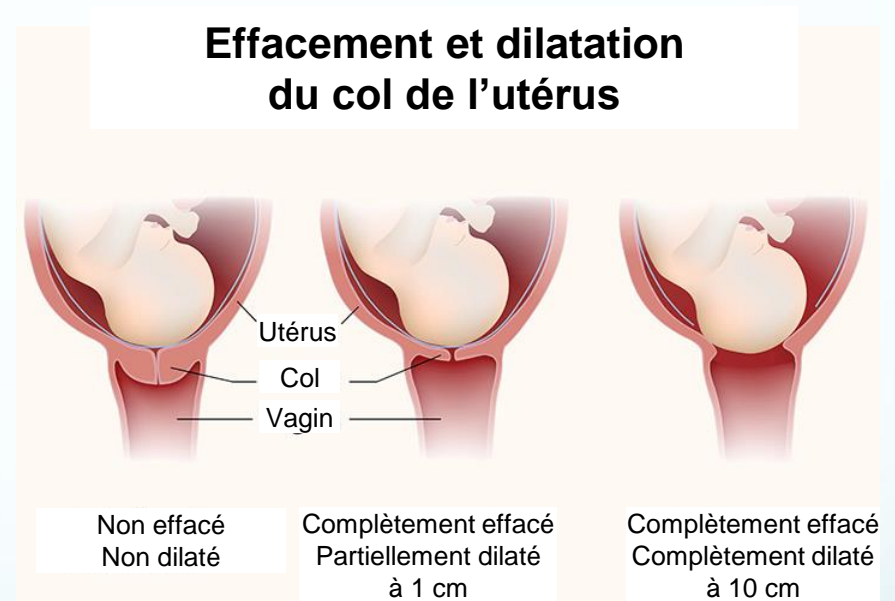
- Les seins de la femme sont délicatement pressés dans un appareil de mammographie, et une image en est prise
- L'image peut permettre le dépistage du cancer du sein
- **Toutes les femmes âgées de plus de 50 ans doivent subir une mammographie tous les 2 ans**

Col de l'utérus



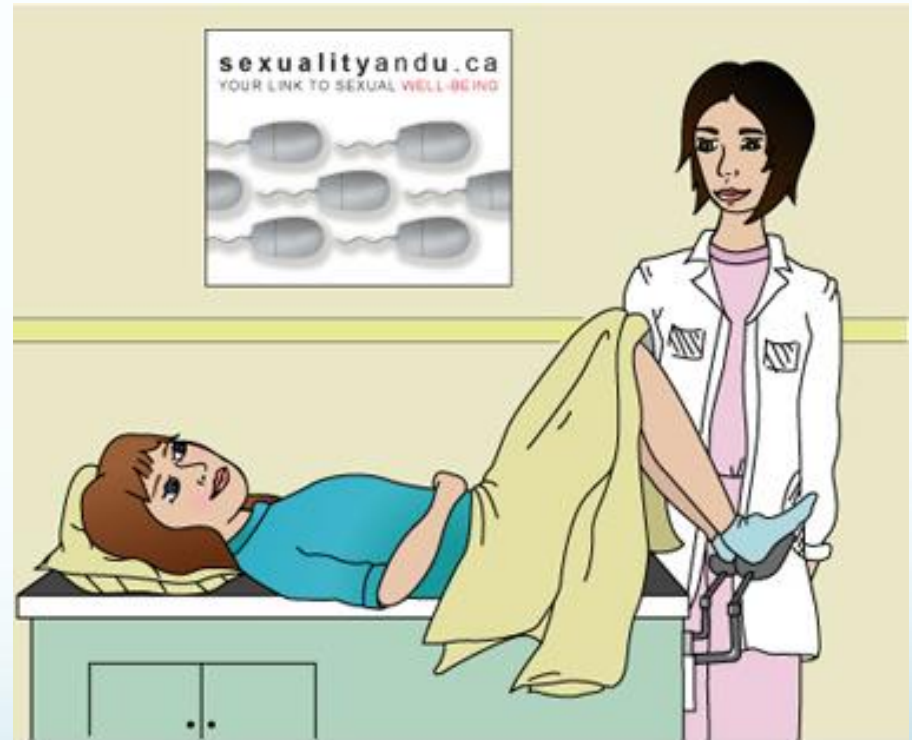
Col de l'utérus

- Pendant la grossesse, il sert de barrière/porte qui retient le bébé dans l'utérus
- Pendant l'accouchement, le col de l'utérus se dilate/s'ouvre pour laisser passer le bébé
- Le sperme venant du vagin traverse le col de l'utérus et aboutit dans l'utérus où il rencontre l'œuf et le féconde



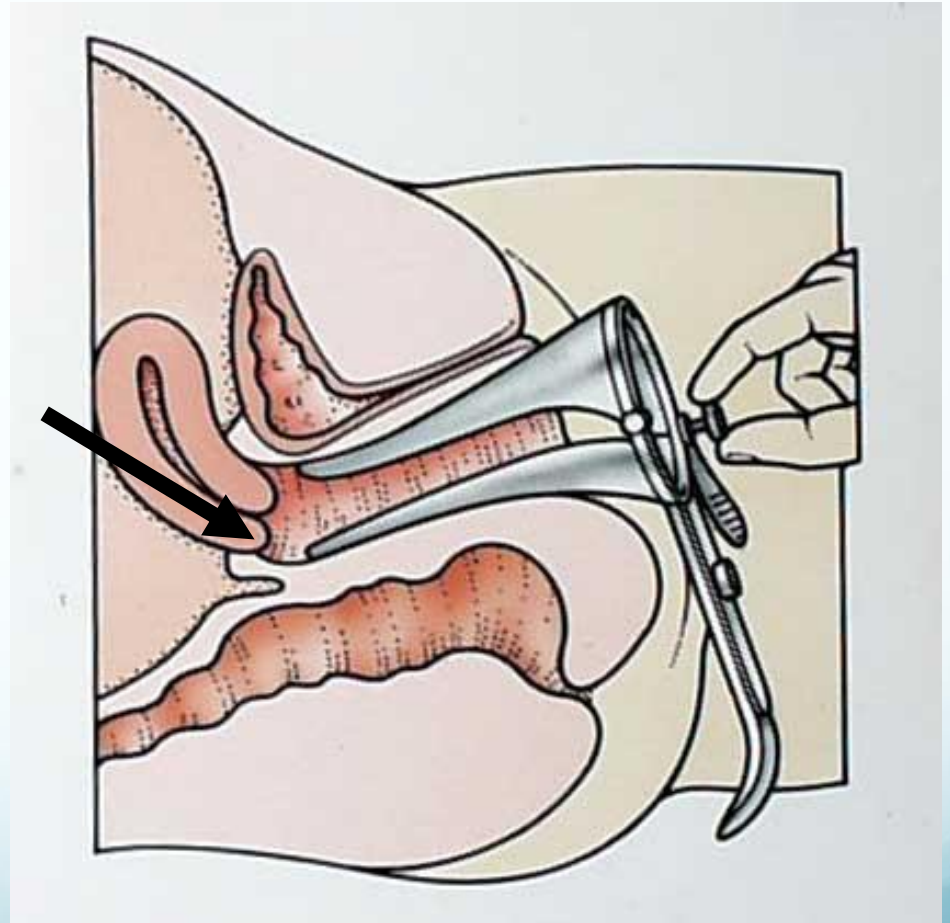
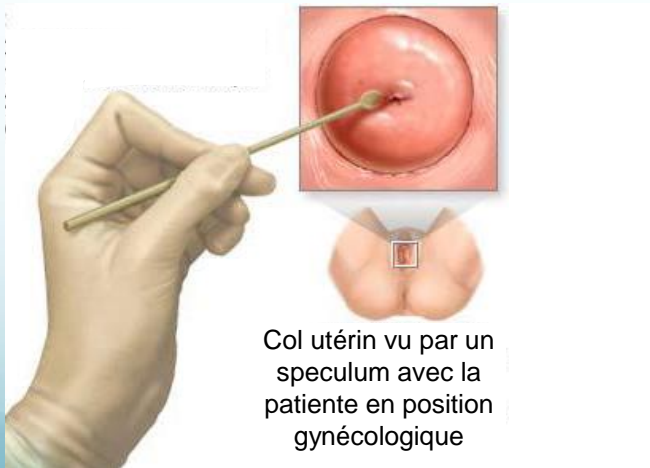
Cancer du col utérin

- Le col a un risque de cancer de certains virus comme le VPH (Virus du Papillome Humain)
- Le docteur vérifiera la présence de cancer et d'autres problèmes par un *examen pelvien*
- L'examen pelvien ne devrait pas faire mal



Le docteur fera aussi un frottis cervical (« test Pap »)

- Le docteur ouvrira le vagin et fera un frottis cervical avec une tige spéciale
- Toutes les femmes doivent effectuer un frottis cervical si elles sont âgées de plus que 21 ans



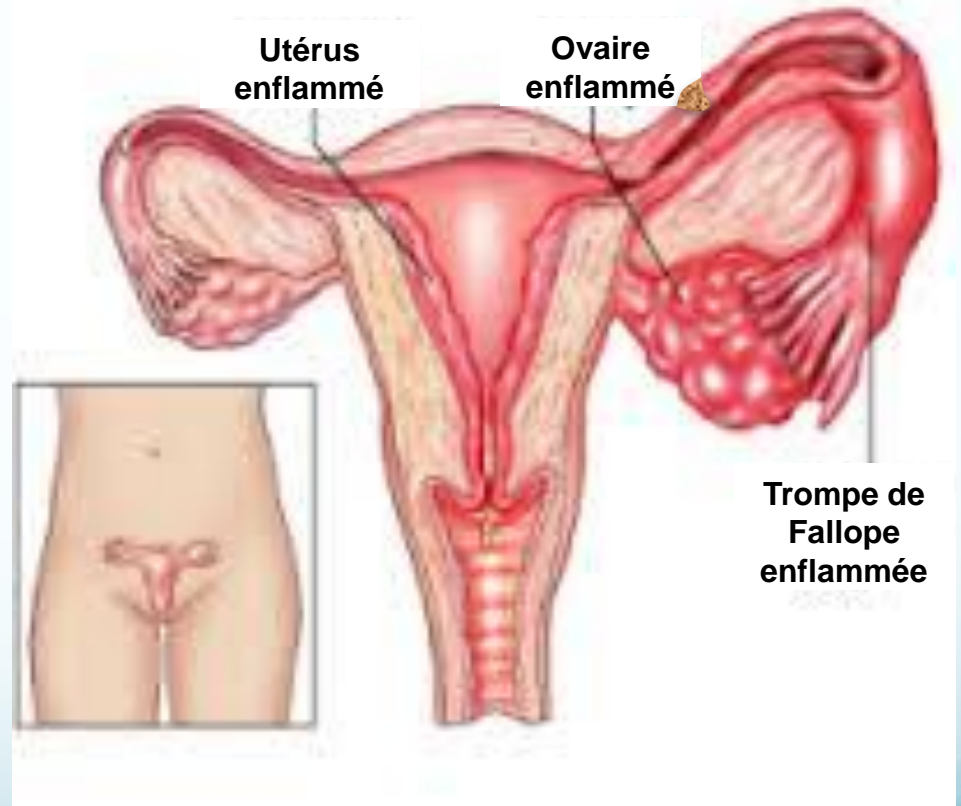
Infections des rapports sexuels (Maladies transmises sexuellement)



- Les plus courantes sont la gonorrhée et la chlamydia
- Elles **SERONT** retransmises d'un partenaire à l'autre jusqu'à ce que les **DEUX** partenaires sont traités aux antibiotiques.
- Symptômes: Aucun, ou: sensation de brûlure quand vous urinez, pertes inhabituelles, douleur pendant les rapports sexuels

Infections des rapports sexuels (Maladies transmises sexuellement)

- Non traitées, elles peuvent entraîner des problèmes de santé graves et laisser des tissus cicatriciels, rendant difficiles des grossesses futures
- Le dépistage se fait par frottis vaginal ou analyse d'urine
- Traitement= Antibiotiques pour vous et votre partenaire



“Gardasil”

Il y a un vaccin qui peut aider à prévenir le cancer du col de l'utérus



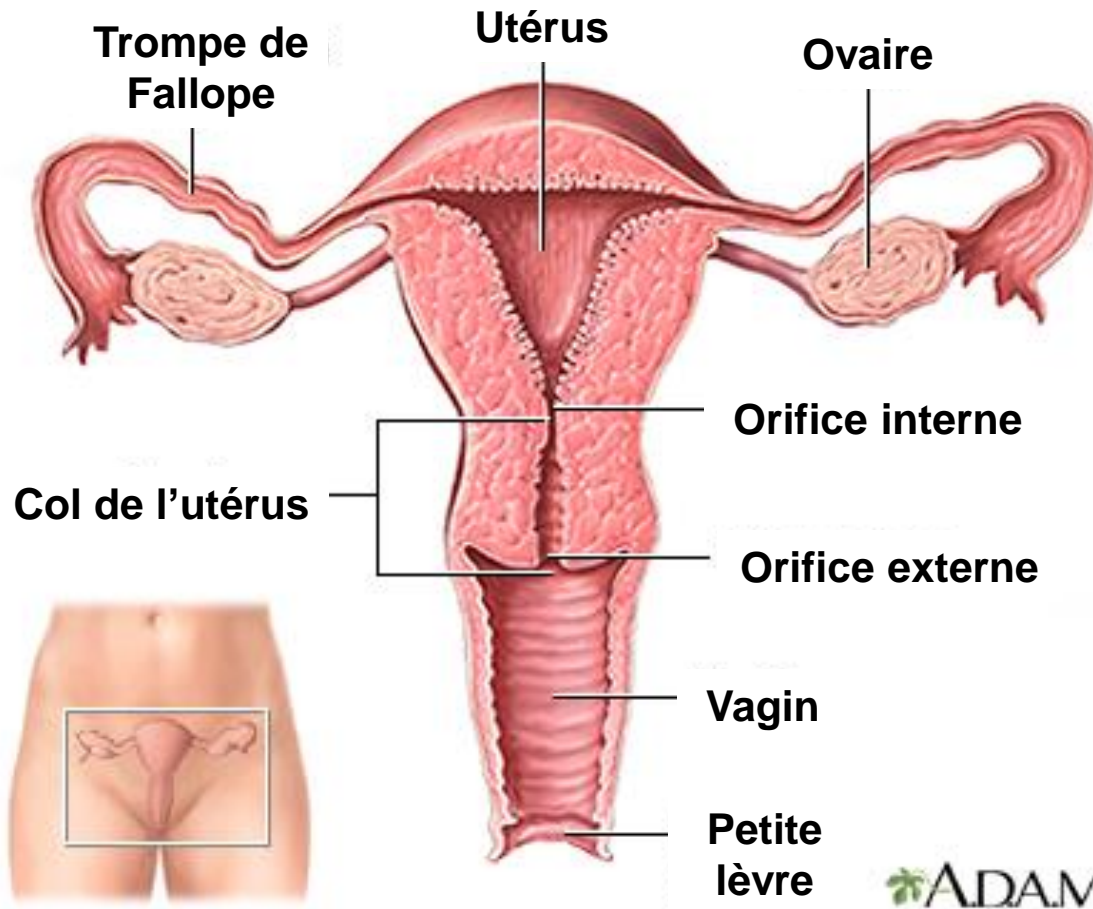
Il est très important que les filles âgées de 11-26 ans se fassent vacciner



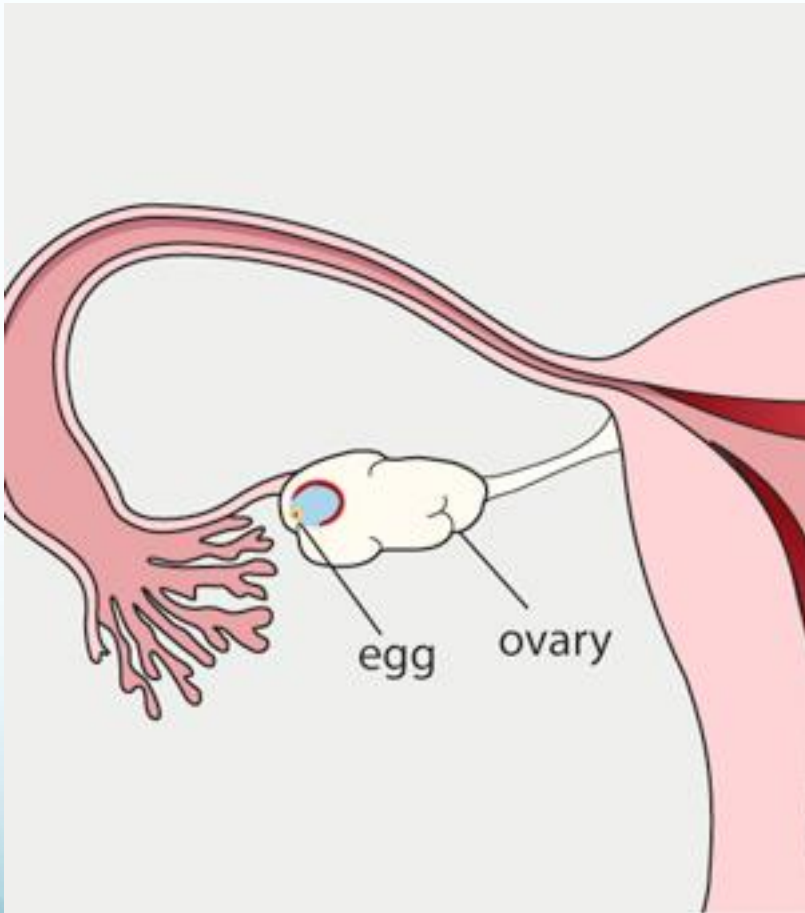
La dose du vaccin doit être administrée **trois fois**. Le vaccin ne protège pas contre toutes les maladies sexuelles ou cancers



Ovaires



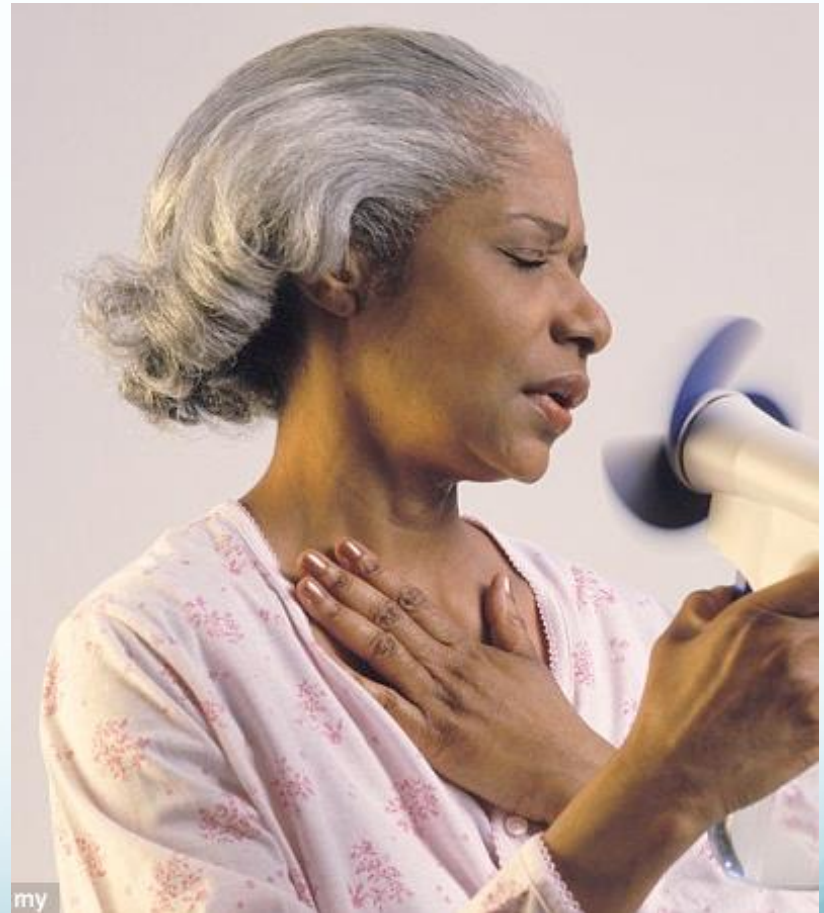
Les ovaires sont importantes



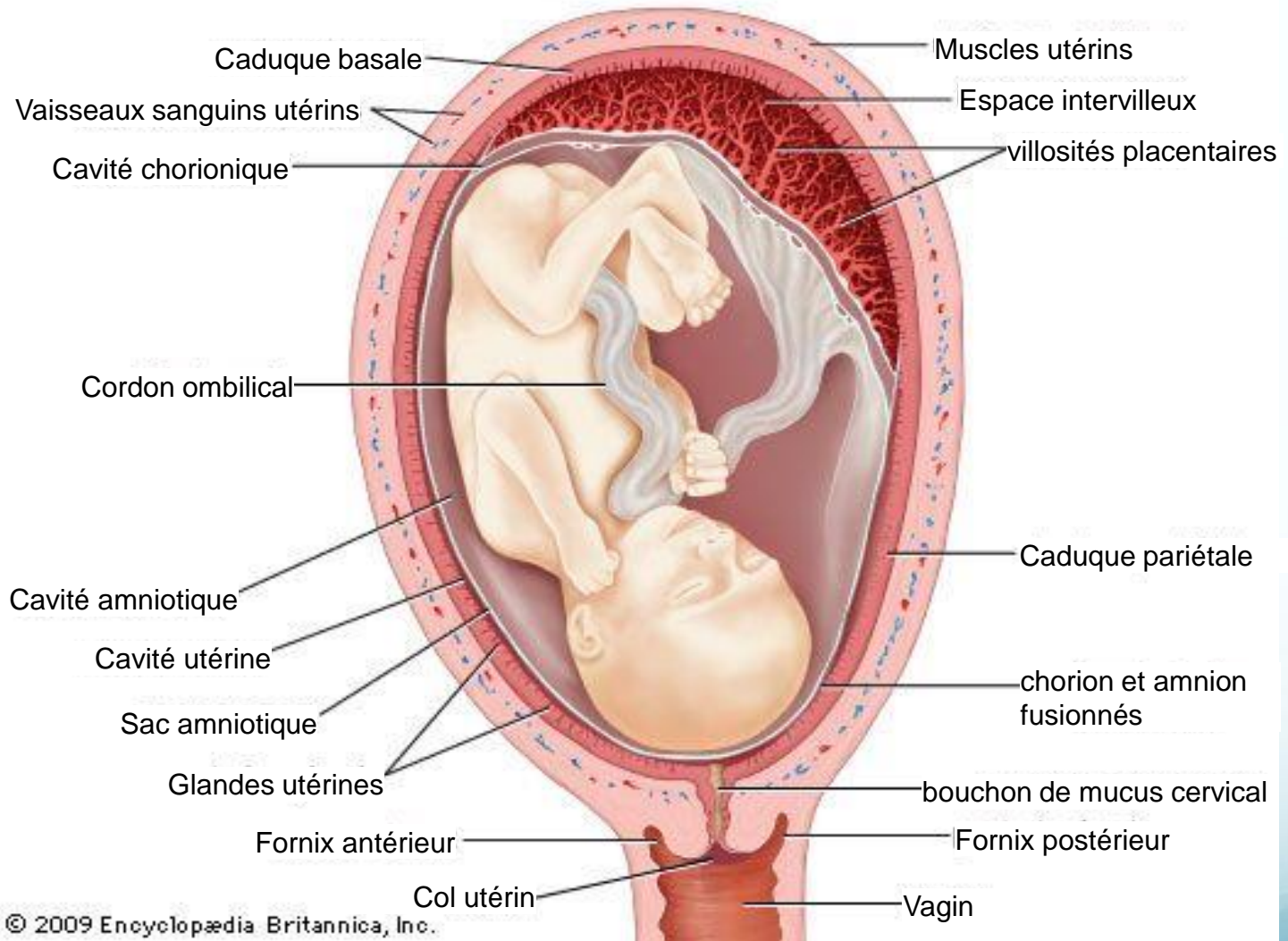
- Pour la menstruation féminine (règles)
- Source d'œufs/ovules qui, après fécondation, se développent en bébés
- Ont des hormones qui sont importantes pour la croissance des os et la libido sexuelle
- Le cancer des ovaires est très rare

Ménopause

- Commence quand les saignements menstruels de la femme s'arrêtent
- Étape naturelle du processus de vieillissement qui peut porter la femme à se sentir malade
- La femme se sent chaude ou froide, fatiguée, a du mal à dormir, prend du poids, se sent triste ou en colère
- Les rapports sexuels peuvent devenir moins plaisants ou pénibles

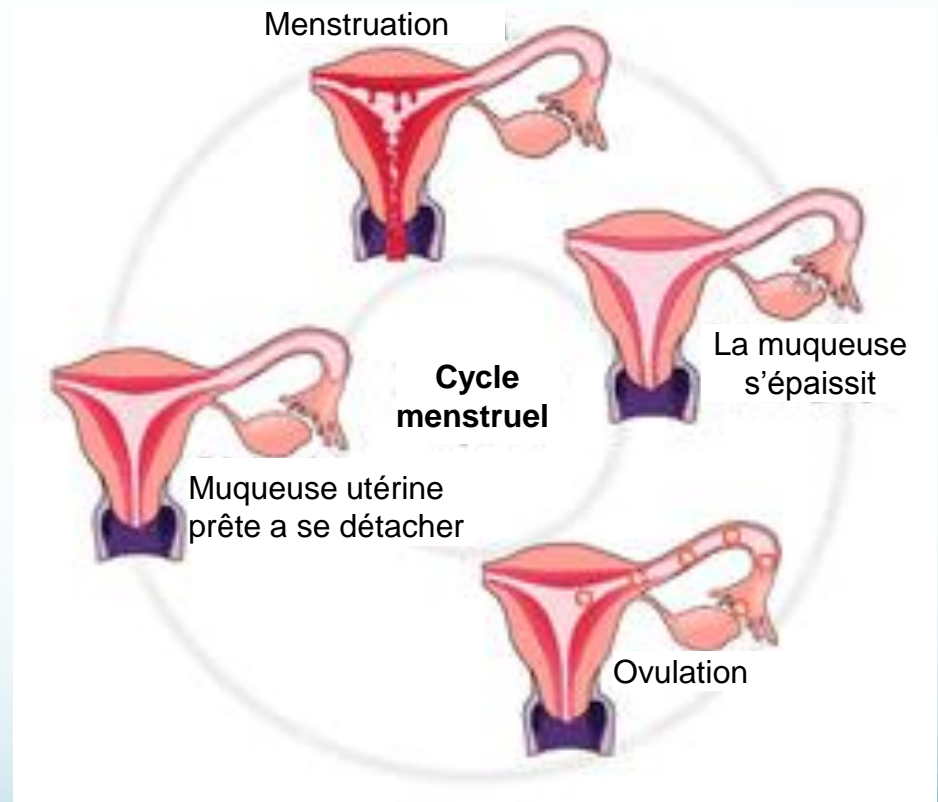


Utérus



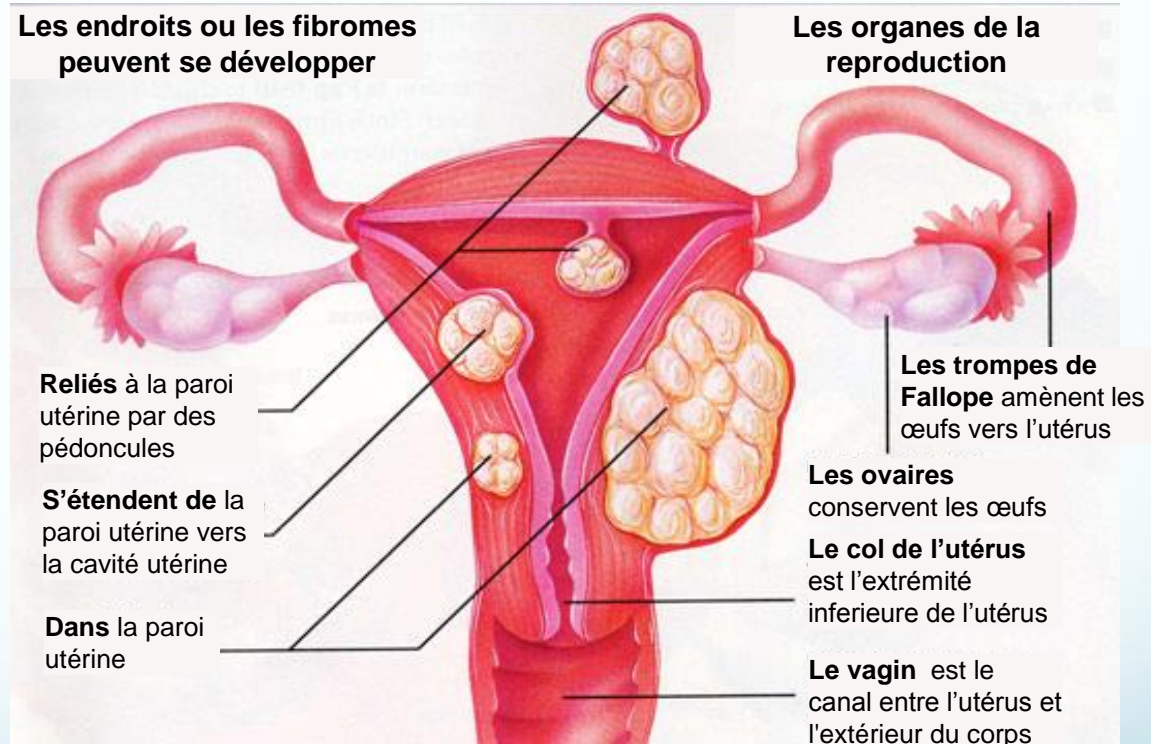
Utérus

- Sert d'habitation au bébé en croissance
- La muqueuse utérine se détache en l'absence de grossesse, ce qui cause le saignement mensuel

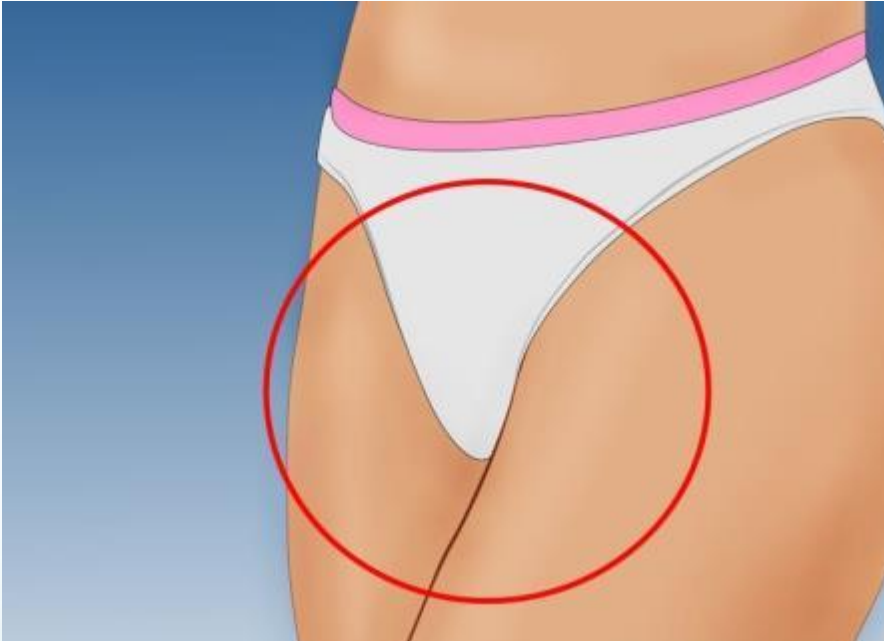


Utérus

- Le cancer peut se développer dans l'utérus
- Des fibromes ou des masses peuvent aussi se former dans l'utérus, causant parfois des douleurs ou des saignements irréguliers



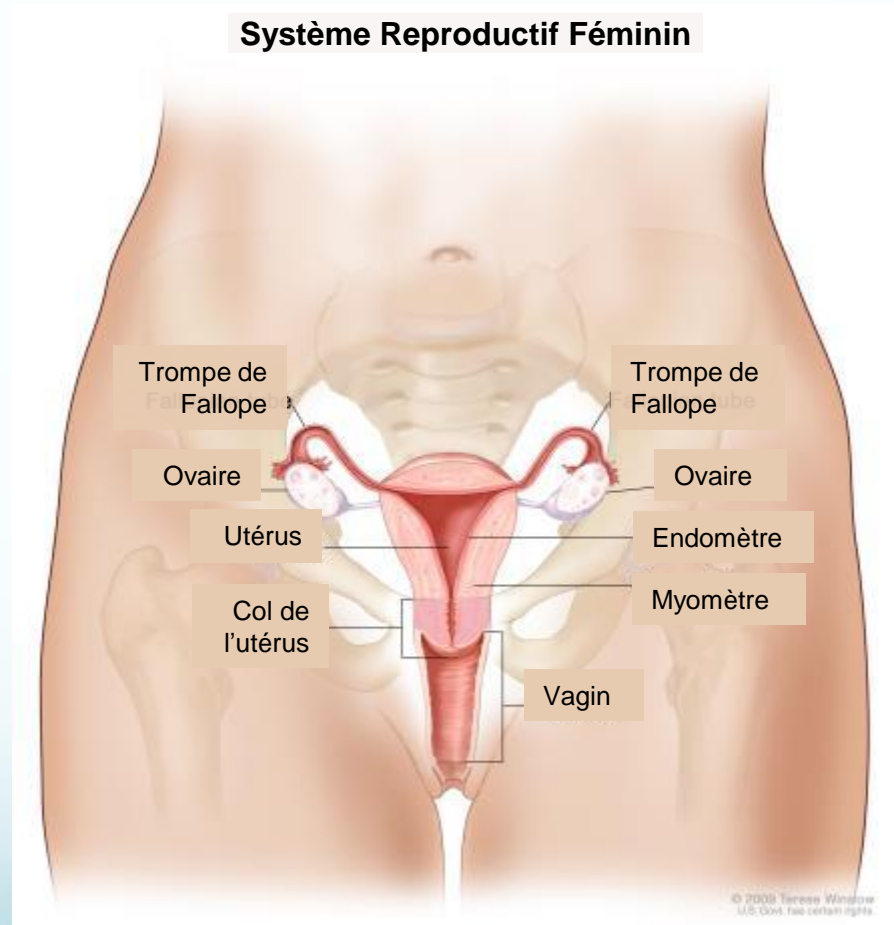
Vagin



- Clitoris: plaisir sexuel
- Urètre: pour l'urine
- Vagin: les saignements menstruels; passage des bébés

Vagin

- Un écoulement du vagin peut être normal
- Infections fongiques/à levures
- Infections transmises sexuellement



Hygiène vaginale

Hydratant quotidien pour la sécheresse vaginale



Pour la lubrification pendant l'acte sexuel



Pas besoin d'utiliser du savon ou d'autres produits pour se nettoyer le vagin



Discussion

Prenons maintenant 20 minutes pour des questions et des conversations supplémentaires

Sujets à traiter: la planification familiale, la grossesse et la période post-partum, le sexuel/la libido

Pour conclure

- Quelles étaient les questions, les thèmes, et les sujets abordés?
- Quel serait le sujet d'intérêt pour la session du mois prochain? Parmi les idées à considérer: la planification familiale, la grossesse/l'allaitement maternel, la période post-partum, la libido sexuelle, l'hygiène féminine

N'oubliez pas que
vous êtes responsable
de votre santé et que
vous la prenez en
main!



Présenté par le Réseau Accès au Maine
des Immigrants (*Maine Access Immigrant Network*),
MaineHealth, et le Centre Médical du
Maine du Centre (*Central Maine Medical Center*)

