

Liste des conseils

Des étapes simples pour bien conseiller les femmes
sur les contraceptifs intra-utérins (CIU) en moins de 7 minutes

1 Définir ses besoins en matière de contraception 45 secondes

Cernez les objectifs et les besoins de la patiente.

Exemple de questions :

« Êtes-vous actuellement sexuellement active? Avez-vous besoin d'un contraceptif maintenant? » « Avez-vous l'intention de tomber enceinte? Si oui, quand? » « À quel point est-il important pour vous de **ne pas** devenir enceinte actuellement? »

En apprendre plus sur son expérience/son utilisation actuelle de la contraception et sa connaissance des différentes méthodes.

Exemple de questions :

« Si vous utilisez ou avez déjà utilisé un contraceptif oral, comment avez-vous géré la prise des pilules? Avez-vous déjà oublié de prendre une pilule? »
« Quel est le facteur ou la caractéristique qui compte le plus pour vous lorsque vous choisissez une méthode de contraception? »

2 Présenter les méthodes contraceptives réversibles à action prolongée (MCRAP) 30 secondes

Quelle que soit la raison de sa visite, interrogez la patiente sur sa méthode de contraception.

Définissez et explorez son intérêt face aux MCRAP :

Exemple de présentations :

« Il existe différentes options de contraception, certaines pour lesquelles il est nécessaire de vous rappeler d'en prendre chaque jour, certaines que vous utilisez chaque mois et certaines que vous utilisez à plus long terme. »
« Vous semblez assez bien informée sur la contraception intra-utérine; y a-t-il quelque chose qui vous a empêchée d'envisager cette option auparavant? »

3 Informer des bienfaits potentiels des CIU 90 secondes

Une fois que son intérêt pour l'utilisation des CIU est confirmé, donnez de plus amples renseignements sur les bienfaits :

Très efficace

Aucune prise quotidienne, hebdomadaire ou mensuelle nécessaire

Réversibilité rapide

Offre un bon rapport coût-efficacité

Bienfaits de nature non contraceptive

Insertion rapide chez la plupart des femmes

4 Rassurer et apaiser les inquiétudes de la patiente 90 secondes

Passez en revue les preuves et l'incidence des effets secondaires possibles tels que les risques de grossesse ectopique, de perforation, d'expulsion, d'infection et de modification du profil des saignements menstruels.

Comparez les effets secondaires des CIU à ceux des autres méthodes contraceptives (et les risques de ne pas utiliser de contraceptifs)*.

* Une liste des questions les plus fréquentes est incluse dans le livret de conseils Objectif : Parler des CIU.

5 Aider la patiente à prendre une décision 60 secondes

Partagez vos connaissances et votre expérience clinique.

Demandez-lui si elle aimerait voir le dispositif.

Si la patiente pose des questions sur l'insertion et l'inconfort, soyez honnête (p. ex., parlez de l'expérience vécue par d'autres patientes).

La divulgation de renseignements personnels s'avère utile. Par exemple : « Dans notre clinique, un grand nombre de femmes utilisent cette méthode. »

6 Confirmer son choix et prendre rendez-vous pour l'insertion (si le choix se porte sur un CIU) 60 secondes

Rassurez la patiente en lui expliquant que l'insertion d'un CIU peut s'effectuer à tout moment au cours de son cycle menstruel, s'il est raisonnablement certain qu'elle ne soit pas enceinte.

Indiquez à la patiente que le dépistage des ITS peut être effectué le même jour que l'insertion.

Fixez des attentes réalistes en l'informant des effets secondaires courants suivant l'insertion d'un CIU.

Si la patiente ressent des effets secondaires importants, elle doit immédiatement contacter un professionnel de la santé.