

comme la Belgique, les Pays-Bas, la Finlande ou le Royaume-Uni, qui déclarent légales les inséminations artificielles de femmes seules ou vivant avec une femme. Cette situation pousse de nombreuses lesbiennes à partir à l'étranger. Avant d'obtenir un don de sperme, vous devez arriver avec une série d'examen cliniques comme une échographie et suivre un traitement de fertilité. Ces examens d'accompagnement ne peuvent être prescrits par votre gynécologue sans le mettre dans l'illégalité. Attention en cas d'« arrangements entre amis », ou de don par un inconnu lors d'une soirée, prenez garde aux risques de transmission d'IST et du VIH/sida pour vous comme pour votre futur enfant.

LA MÉNOPAUSE

La ménopause peut aussi être un sujet de consultation gynécologique. Cette période qui marque la fin des règles arrive en moyenne entre 48 et 52 ans. Elle peut s'accompagner des symptômes suivants : bouffées de chaleur, excès de transpiration, vertiges, palpitations, sautes d'humeur, etc., pas toujours faciles à vivre pour vous et votre entourage ! Des traitements substitutifs existent mais sont encore sujets à polémique.

LE CANCER DU SEIN

Le cancer du sein est le plus fréquent des cancers féminins, avec un risque accru pour celles qui n'ont pas eu d'enfant. Se faire dépister régulièrement permet de le prendre en charge rapidement, et augmente vos chances de guérison. Il est important d'effectuer un dépistage tous les deux ans dès 40 ans car les risques sont accrus à partir de cet âge. La consommation d'alcool et l'hérédité sont des facteurs de risques. Si une de vos proches (mère ou sœur) a souffert d'un cancer précoce, un dépistage doit se mettre en place avant 40 ans.

L SURFE

Pour avoir plus d'informations, lire des témoignages ou en laisser, connaître l'actualité de L :

www.lecrips.net/L/

L.info@lecrips.net

LIGNES D'ÉCOUTE

Pour d'autres questions sur les IST et le VIH/sida :

Sida Info Service

0800 840 800, 24h/24, 7j/7, anonyme et gratuit

Pour vous informer sur votre santé :

AMG (association des médecins gays)

permanence téléphonique les mercredis de 18h à 20h

et le samedi de 14h à 16h au 01 48 05 81 71

www.medecins-gays.org



LE SUIVI GYNÉCOLOGIQUE DES LESBIENNES

Vous pouvez penser que consultation gynécologique rime avec contraception, prise en charge des infections sexuellement transmissibles (IST), maternité. Vous ne vous sentez pas nécessairement concernées par ces thèmes. Cette brochure vous informe sur le suivi gynécologique préventif et l'importance qu'il revêt dans votre vie. Ce suivi régulier (une fois par an) peut se faire par un gynécologue comme par votre généraliste, s'il est formé en gynécologie. Le gynécologue reste le spécialiste de cette discipline.

LA CONSULTATION GYNÉCOLOGIQUE

L'entretien avec votre gynécologue doit lui permettre de mieux vous connaître, d'établir votre dossier médical et d'optimiser le suivi gynécologique en tenant compte de vos préoccupations, de vos attentes et de vos craintes. Il est essentiel qu'un climat de confiance s'établisse afin de vous permettre d'aborder les questions relatives à votre intimité. Cette relation de confiance ne s'instaure pas toujours avec le premier gynécologue rencontré.

CRIPS

Île-de-France

Crips Île-de-France / Tour Maine-Montparnasse

BP 53 / 75755 Paris cedex 15 / France / tél. 01 56 80 33 33 / fax 01 56 80 33 00

document conçu et réalisé par Antonio Ugidos, Nicole Athéa, Kamel Brik, Clotilde Genon



LE DIRE OU PAS ?

La question de votre orientation sexuelle ne sera pas abordée par votre gynécologue. C'est à vous, si vous le souhaitez, de lui faire part de vos préférences sexuelles ou de lui fournir des éléments de votre vie qui lui permettront de vous identifier comme lesbienne : vous pouvez, par exemple, lui dire que vous venez de la part d'une de vos amies lesbiennes. Vous pouvez aussi solliciter d'autres filles sur Internet pour obtenir des adresses.

Il est important que vous puissiez **parler de vos préférences et pratiques sexuelles qui vont influencer sur votre corps et sur les maladies que vous pourrez rencontrer tout au long de votre vie**. Le médecin est un professionnel soumis au secret médical. Il n'a pas un rôle de censeur ou de juge, il est là pour vous aider. S'il semble méconnaître les pratiques homosexuelles, vous pouvez l'informer sur votre mode de vie... Si vous ne vous sentez pas à l'aise avec votre médecin, choisissez-en un autre.

COMMENT SE PASSE L'EXAMEN GYNÉCOLOGIQUE ?

Il commence par un examen général : contrôle de votre tension, de votre poids, etc. Suit l'examen gynécologique à proprement parler. Il comporte une palpation des seins. Le gynécologue examine vos seins : les regarde, les palpe et presse doucement les mamelons. Il vérifie ainsi qu'il n'y a aucun écoulement dû à un trouble hormonal ou autre. Il recherche aussi des ganglions au niveau des aisselles. Profitez-en pour vous faire expliquer comment surveiller vous-même vos seins.

Puis c'est le passage à « l'hémisphère sud » : examen extérieur de la vulve, de l'entrée du vagin et du méat urinaire. Pour l'examen du vagin et du col de l'utérus, il va utiliser un spéculum*. Celui-ci permet de les examiner et d'effectuer des frottis, qui consistent à prélever des sécrétions et des cellules de l'orifice du col de l'utérus afin de rechercher d'éventuelles infections virales et lésions susceptibles d'évoluer vers un cancer si elles ne sont pas dépistées. Votre gynécologue procédera à cet examen au moins tous les deux ans. Si vous n'avez pas eu de rapports avec pénétration depuis longtemps, signalez-le. Votre gynécologue utilisera un spéculum plus petit prévu à cet effet.

Le toucher vaginal permet d'évaluer la forme, la place des organes (utérus, ovaires) et de sentir d'éventuelles masses suspectes. Cet examen est presque toujours indolore. Si ce n'est pas le cas, signalez-le. Cela peut être dû à des problèmes particuliers comme une infection.

En fonction des symptômes et des données recueillies, le médecin pourra éventuellement vous demander des examens complémentaires (bilans sanguins, prélèvements bactériologiques vaginaux, échographies, etc.).

* *Spéculum* : instrument en métal ou en plastique stérilisé permettant de maintenir ouvertes des cavités naturelles comme le vagin ou l'anus.

LES IST

Pour mieux soigner, il faut dépister tôt !

2/3 des infections génitales (par exemple les mycoses, les vaginoses bactériennes) ne sont pas spécifiquement des IST, ce qui signifie que la majorité des contaminations n'est pas d'origine sexuelle mais doivent être prises en charge.

Les infections les plus courantes chez les lesbiennes :

LES CHAMPIGNONS

Les **mycoses** sont dues à des champignons, présents dans votre corps, et qui se développent en présence de certains traite-

ments ou de maladies. Une transmission est toutefois possible lors de rapports sexuels : pénétration avec les doigts, échange d'objets sexuels, cunnilingus ou anulingus.

LES BACTÉRIES

Quant aux **chlamydiae**, la transmission peut se faire de manière exceptionnelle lors du partage d'objets sexuels. Cette infection se développe avec peu de symptômes. Décélées à temps, les chlamydiae se soignent facilement avec des antibiotiques.

LES VIRUS

L'**herpès** existe sous deux formes : l'herpès labial (bouton de fièvre) et l'herpès génital. Ces virus se transmettent très facilement, par simple contact entre les muqueuses lors des rapports bouche-bouche, bouche-sexe, sexe-sexe, ou lors de l'échange d'objets sexuels. La transmission est possible dès l'éruption de la ou des vésicules et jusqu'à deux semaines après la cicatrisation, ainsi que lors de la réactivation du virus. Il n'existe pas de traitements définitifs, ils permettent seulement de diminuer la fréquence et l'intensité des poussées.

Le **papillomavirus** (condylomes ou crêtes de coq) se transmet par contact des muqueuses. Il peut être à l'origine de condylomes de la vulve mais aussi d'infections virales du col qui peuvent évoluer vers une dysplasie* et un cancer du col de l'utérus. D'où l'importance du frottis qui permet de le dépister. Des méthodes de destruction des condylomes existent mais le virus reste présent dans l'organisme.

* *Dysplasie* : transformations cellulaires susceptibles d'évoluer vers un cancer.

En ce qui concerne le **VIH** (virus de l'immunodéficience humaine), la contamination par l'échange d'objets sexuels est avérée, surtout en période de règles.

Par ailleurs, certaines d'entre vous peuvent aussi vivre des relations hétérosexuelles ou en avoir vécues dans le passé. En cas de rapports non protégés, sachez qu'il existe la contraception d'urgence, la prophylaxie post-exposition* et pensez à vous faire dépister.

* *Prophylaxie post-exposition* : traitement antirétroviral à prendre le plus rapidement possible, dans les 48 heures après une prise de risque, administré pendant un mois pour tenter d'éviter une contamination par le VIH.

L'utilisation de préservatifs masculins ou féminins lors de pénétrations vaginales et anales, des digues dentaires pour le cunnilingus et l'anulingus permet d'éviter tout risque de contamination par voie sexuelle.

L...

LES MENSTRUATIONS

Le vécu des menstruations est parfois difficile : règles longues, abondantes, douloureuses. Votre médecin peut vous aider sans prescrire nécessairement une pilule contraceptive mais plutôt avec des traitements comme les anti-inflammatoires ou des progestatifs. Vous pouvez aussi utiliser des méthodes plus naturelles : bouillotte, relaxation, yoga, tisanes calmantes, etc.

LA MATERNITÉ

En France la législation réserve explicitement la procréation médicalement assistée aux couples hétérosexuels mariés ou pouvant apporter la preuve d'une vie commune d'au moins deux ans, en âge de procréer et présentant une stérilité reconnue médicalement. Ce n'est pas le cas dans d'autres pays européens