

La maternité

En Suisse, l'insémination avec donneur est réservée aux couples hétérosexuels mariés souffrant de stérilité. Ce n'est pas le cas dans d'autres pays européens qui l'autorisent pour les femmes célibataires ou vivant avec une femme. Cette situation pousse de nombreuses lesbiennes à se rendre à l'étranger. Il existe aussi des cas d'«arrangements entre amis». Dans ce genre de situation, prenez garde aux risques de transmission du VIH/sida et d'autres IST.

La ménopause

Cette période qui marque la fin de la période reproductive de la femme et de son cycle menstruel arrive généralement entre 48 et 52 ans. Elle peut s'accompagner de symptômes tels que bouffées de chaleur, excès de transpiration, vertiges, palpitations, sautes d'humeur, etc. Des traitements existent: hormonaux, à base de plantes ou autres. Si vous pensez en avoir besoin, parlez-en à votre médecin qui pourra vous en expliquer les avantages et inconvénients.

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. Des programmes de dépistage par mammographie existent dans tous les cantons romands, au Tessin et dans certains cantons alémaniques et sont pris en charge par l'assurance de base. Ces programmes proposent une mammographie tous les deux ans pour les femmes entre 50 et 70 ans.

Informations: www.depistage-sein.ch

Ce document s'inspire de la brochure «L1» du CRIPS Ile-de-France (2004): www.lecrips.net/L
Dépliant adapté et diffusé par Santé PluriELLE, groupe spécialisé de l'organisation suisse des lesbiennes LOS. Disponible en français, allemand et italien.

Commande de dépliant:
www.sante-sexuelle.ch/shop

Les coordonnées de gynécologues ouvert-e-s à l'homosexualité féminine peuvent être obtenues auprès de Santé PluriELLE:
www.sante-plurielle.ch

Informations sur la santé sexuelle:
www.klamydias.ch et www.sex-i.ch

Dépistage cancer du sein:
www.depistage-sein.ch

Autres informations:
www.sante-plurielle.ch

LOS
Organisation suisse
des lesbiennes

www.los.ch

Santé
Plurielle

www.sante-plurielle.ch

Document réédité grâce au soutien de:

SANTÉ SEXUELLE Suisse
SEXUELLE GESUNDHEIT Schweiz
SALUTE SESSUALE Svizzera

www.sante-sexuelle.ch

Lestime
expressions lesbiennes

www.lestime.ch

RESPECT
Der LGBTI-Fonds von
LOS & PINK CROSS

www.fonds-respect.ch

2^e édition actualisée: octobre 2016 – Graphisme: atelier chatty ecoffey

Consultation gynécologique



Pour toutes les femmes qui aiment les femmes

Quand consulter un-e gynécologue?

Il est recommandé de débiter le dépistage du cancer du col de l'utérus à 21 ans ou à partir des premières relations sexuelles (que ce soit avec un homme ou une femme).

Si vous avez des douleurs, des pertes inhabituelles, des saignements entre les règles, d'autres symptômes, des questions ou des inquiétudes, consultez sans tarder.

L'examen gynécologique

Il commence par un examen général (tension, poids, etc.). Suit l'examen gynécologique qui comporte une palpation des seins. Votre gynécologue les examine pour vérifier qu'il n'y a aucun écoulement dû à un trouble hormonal ou autre et recherche 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 de l'extérieur de la vulve et de l'entrée du vagin. Pour l'examen interne, on utilise un spéculum qui est un instrument en métal ou en plastique qui maintient ouvert les cavités naturelles et permet d'examiner le vagin et le col de l'utérus et d'effectuer des frottis. Un frottis consiste à prélever 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 vous n'avez pas eu de rapport avec pénétration depuis longtemps, dites-le afin que le médecin utilise un spéculum plus petit. Votre gynécologue procédera à cet examen au moins tous les deux ou trois ans. 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.

Lors de la première consultation gynécologique, il est possible que les examens physiques ne soient pas nécessaires et ne soient donc pas pratiqués.

Le dire ou pas?

La question de votre orientation sexuelle ne sera pas nécessairement abordée par votre gynécologue. C'est donc à vous, si vous le souhaitez, de lui en parler. Il est important que vous puissiez parler de vos préférences et pratiques sexuelles. Elles ont une influence sur votre corps et sur les maladies et infections que vous pourriez rencontrer.

Le médecin est soumis au secret médical, il est là pour vous aider et non pour vous juger. Si vous ne vous sentez pas à l'aise avec votre médecin, choisissez-en un-e autre.

Les règles

Le vécu des menstruations est parfois difficile: règles longues, abondantes, douloureuses. Votre médecin peut vous aider sans nécessairement vous prescrire la pilule.

Des règles très douloureuses peuvent être causées par de l'endométriose (implantation de muqueuse utérine hors de l'utérus). Entre 10 et 15% des femmes seraient touchées.

Les infections génitales

Un certain nombre d'infections génitales (p. ex. mycoses ou vaginose bactérienne) peuvent se développer sans avoir été transmises par voie sexuelle.

En ce qui concerne le **VIH/sida**, la contamination entre femmes par le partage de sextoys ou le cunnilingus est rare mais possible, surtout en présence de sang (règles ou blessure).

D'autres infections sexuellement transmissibles (IST), comme les **chlamydias**, l'**herpès**, les **papillomavirus (HPV)**, l'**hépatite B** ou la **syphilis**, peuvent se transmettre beaucoup plus facilement entre femmes que le VIH, que ce soit par échange de sécrétions vaginales ou, pour certaines, par simple contact peau à peau.

Certaines d'entre vous peuvent aussi avoir des rapports avec des hommes ou peuvent en avoir eus par 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 pour les IST.

Dépistée suffisamment tôt, la plupart des IST peuvent être soignées assez simplement. Certaines peuvent ne provoquer que peu, voire pas de symptômes, mais, non soignées, entraîner des conséquences graves comme un cancer ou la stérilité.

* Contraception d'urgence: contraceptif hormonal à prendre le plus rapidement possible, mais au plus tard dans les 3 à 5 jours, après un rapport non-protégé pour éviter une grossesse (disponible en pharmacie sans ordonnance). Un stérilet de cuivre installé dans les 5 jours suivant le rapport permet également d'éviter une grossesse.

** Prophylaxie post-exposition (PEP): traitement antirétroviral de 4 semaines, à prendre le plus rapidement possible (au plus tard dans les 48 heures, mais si possible dans les 6 à 8 heures) après une prise de risque pour éviter une contamination par le VIH. (Peut être obtenue dans les services d'urgence des hôpitaux et les Checkpoints)

Règles du safer sex

1. Pas de pénétration sans préservatif. Utiliser un préservatif masculin ou féminin (Femidom) lors de pénétration vaginale, anale ou de partage de sextoys.
2. Pas de sperme, pas de sang dans la bouche (dont sang des règles). Pour le cunnilingus ou l'anulingus, on peut se protéger grâce à une digue dentaire, un préservatif découpé ou du film alimentaire non poreux.
3. Démangeaison, écoulement, douleurs au niveau des parties génitales ou symptômes grippaux après des rapports non protégés? Consulter un médecin sans tarder.

On peut aussi se protéger de l'hépatite B et des papillomavirus (HPV) en se faisant vacciner.