

Les dilatateurs vaginaux

Informations destinées aux adolescentes



**Ce feuillet s'adresse aux
adolescentes qui doivent
débuter l'utilisation des
dilatateurs vaginaux.**

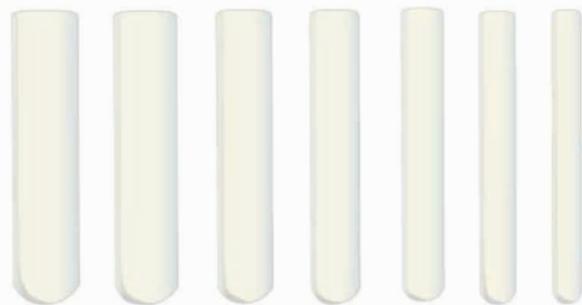
**Il est un complément à
l'enseignement donné par
le médecin et l'infirmière.**

Qu'est-ce qu'un dilateur vaginal?

Un dilateur est un objet en silicone ou en plastique, sans latex, en forme de cylindre, qui peut être de différente grandeur (en longueur et en largeur), selon tes besoins.



Dilatateurs silicone



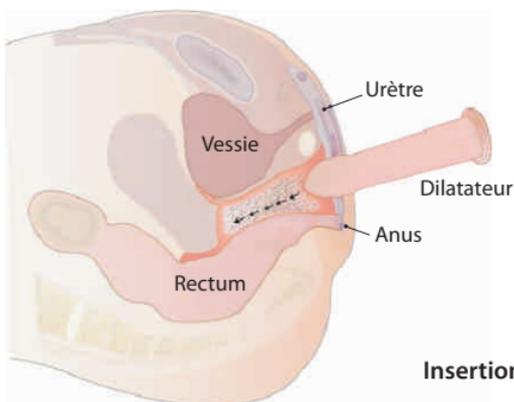
Dilatateurs plastique

À quoi sert-il?

Il permet d'assouplir et d'étirer tes tissus vaginaux afin d'en agrandir la cavité. Le but est de développer (ou de retrouver selon le cas) une cavité vaginale assez large et profonde afin de permettre une vie sexuelle agréable. Il est utilisé lorsqu'il y a absence de vagin afin d'en créer un. On l'utilise aussi suite à une chirurgie de reconstruction vaginale ou suite à des traitements de radiothérapie dans cette région. Le travail avec les dilateurs peut prendre plusieurs mois, dépendamment de ta condition de santé et de la fréquence d'utilisation.

Comment dois-je l'utiliser?

Installe-toi confortablement. Assure-toi d'être bien détendue (environnement calme). Nettoie le dilateur avec de l'eau tiède et du savon. Dépose ensuite un peu de gelée lubrifiante sur le bout du dilateur. La gelée doit être à base d'eau (ex : Astroglyde^{MD}, KY^{MD}), sinon, elle pourrait irriter ta peau. Introduis le dilateur dans ton vagin en le dirigeant légèrement vers le bas (rectum) et non vers le haut (vessie). Insérer le dilateur lorsque tu es dans le bain peut être plus facile pour toi si tu n'es pas à l'aise ou si le dilateur a de la difficulté à rentrer malgré la gelée.



Insertion dilateur

Ensuite, exerce une pression sur le dilataleur. La pression doit être assez forte pour que tu ressentes un léger inconfort, mais elle ne doit pas être douloureuse. Tu peux bouger le dilataleur vers la gauche et vers la droite afin d'élargir la cavité.

Selon ton médecin, tu dois effectuer la technique pendant _____ minutes, _____ fois par jour et ce, _____ jours sur 7. Selon la sorte de dilataleur, une fois qu'il est inséré, il est possible de t'asseoir en ayant les fesses sur le bout d'une chaise. La pression est ainsi continue et cette méthode te permet de faire autre chose pendant ce temps.



Comment dois-je l'entretenir?

Tu dois simplement le laver avec un savon doux et de l'eau tiède et le rincer adéquatement **avant** et **après** chaque utilisation. Tu peux le laisser sécher à l'air libre ou l'assécher avec une serviette avant de le ranger.



Que peut-il se passer lors de l'utilisation des dilateurs?

- Légères pertes de sang (quelques gouttes de sang rouge clair ou brunâtre): peuvent être dues à une irritation des parois vaginales ou survenir durant la période post opératoire immédiate si tu as eu une chirurgie. Tu peux tout simplement diminuer la fréquence de traitement jusqu'à ce que la lésion soit guérie. Assure-toi aussi de mettre beaucoup de gelée sur le dilateur avant de l'insérer.
- Envie d'aller uriner : le dilateur peut exercer une pression au niveau de la vessie, ce qui peut te donner l'impression d'avoir tout le temps envie d'uriner. Assure-toi de bien diriger le dilateur vers le bas (rectum) et non vers le haut (vessie) lors de l'insertion.

Est-ce que je peux avoir des relations sexuelles malgré l'utilisation des dilateurs?

Oui

- Le médecin t'avisera lorsque tu seras rendue au stade où tu pourras avoir des relations. Les relations sexuelles permettent de diminuer la fréquence d'utilisation des dilateurs. Il n'y a pas de limite au nombre de relations que tu peux avoir par semaine. Une fois que la création du vagin est terminée, poursuivre avec le dilateur 1 fois par semaine, pendant 15-20 minutes, si tu n'as pas de relations sexuelles de façon régulière. Rendue à ce stade, il est aussi possible de remplacer le dilateur par un vibreur de grosseur semblable.
- Lors d'une chirurgie, tu peux commencer à avoir des relations sexuelles 10 à 14 jours après, sauf s'il y a des saignements ou des signes d'infection. (Voir section « Quand dois-je consulter? »)
- Si tu as eu de la radiothérapie, tu peux recommencer à avoir des relations dès la fin de tes traitements.
- Avoir une relation sexuelle ne signifie pas forcément qu'il y ait pénétration. Si tu ressens le besoin d'explorer d'autres options au niveau de ta sexualité, tu peux en discuter avec un professionnel de la santé.

Quand dois-je consulter?

Le médecin te revoie environ chaque mois afin de bien suivre ta progression avec les dilateurs. Cependant, tu dois consulter si tu as :

- Un saignement abondant ou fréquent (\rightarrow 1 serviette sanitaire / heure, pendant 4 heures)
- Une forte douleur inhabituelle
- De la douleur ou un saignement lorsque tu urines
- Des pertes vaginales abondantes ou malodorantes

Qui dois-je contacter si j'ai une question ou une inquiétude?

Tu peux contacter :

infirmière en gynécologie pédiatrique, au 514 345-4931,

poste _____

Si tu as une urgence le soir ou la fin de semaine, tu peux appeler au triage d'obstétrique et de gynécologie (triage OG), à l'unité des naissances, au 514 345-4701.

Pour plus d'informations, tu peux consulter notre site web :

www.chusj.org/GynecoPediatrique

CHU Sainte-Justine
3175, chemin de la Côte-Sainte-Catherine
Montréal (Québec) H3T 1C5
Téléphone : 514 345-4931

www.chu-sainte-justine.org

Ton avis nous intéresse!

Nous t'invitons à remplir un petit sondage, soit la version papier ou sur notre site web, afin d'avoir tes impressions sur le document. Les réponses sont confidentielles et serviront uniquement à la recherche afin d'améliorer la qualité de nos soins.

Références

www.youngwomenshealth.org

Cooper Surgical, Instructions for Use-Milex Vaginal Dilators, Trumbull (USA), 2007.

S. Jean Emans, Marc R. Laufer, Emans, Laufer, Goldstein's Pediatric & Adolescent Gynecology, Sixth Edition, Wolters Kluwer-Lippincott Williams & Wilkins, Philadelphia (USA), 2012, p. 219-226.

Auteure :

Stéphanie Legault, *Infirmière clinicienne en gynécologie pédiatrique*

Collaborateurs :

Dr François Beaudoin

Johanne Déry, *Adjointe à la DSI, volet recherche*

Dr Élise Dubuc

Dr Diane Francoeur

Dr Suzy Gascon

Johanne Martel, *Coordonnatrice au développement, programme Mère-Enfant*

Anne-Marie Morand, *CSI*

Graphisme

Norman Hogue, *Communications et affaires publiques*

Impression

Imprimerie du CHU Sainte-Justine

© CHU Sainte-Justine

F-2274 GRM 30008055 (rév. novembre 2014)

