



**CHU
Sainte-Justine**
Le centre hospitalier
universitaire mère-enfant
Université 
de Montréal

Les dilatateurs vaginaux

Informations destinées aux adolescentes



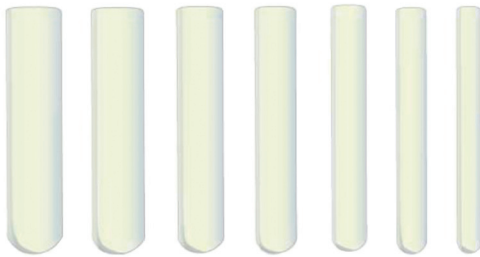
Ce feuillet s'adresse aux adolescentes qui doivent commencer l'utilisation des dilateurs vaginaux. Il s'agit d'un complément à l'enseignement donné par le médecin et l'infirmière.

Qu'est-ce qu'un dilatateur vaginal ?

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



Dilatateurs en silicone



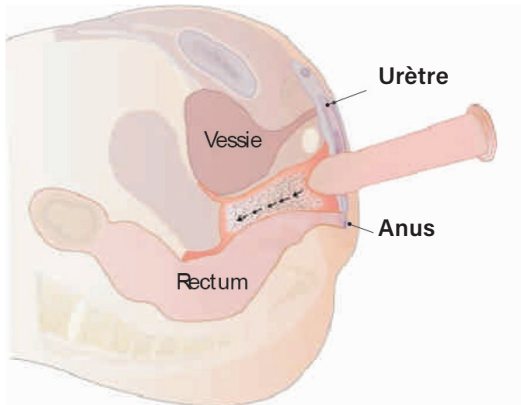
Dilatateurs en plastique

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 à la suite d'une chirurgie de reconstruction vaginale ou suite à des traitements de radiothérapie dans cette région. Le travail avec les dilatateurs 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 entrer malgré la gelée.



Insertion du dilateur

Ensuite, exerce une pression sur le dilateur. La pression doit être assez forte pour que tu ressentes un léger inconfort, mais elle ne doit pas être douloureuse. Tu peux bouger le dilateur 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 dilateur, 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 postopératoire 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, continue 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 en ce qui concerne ta sexualité, tu peux en discuter avec un professionnel de la santé.

Quand dois-je consulter ?

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

- ▶ Un saignement abondant ou fréquent (> 1 serviette hygiénique/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

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, pp. 219–226.



CHU Sainte-Justine

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

chusj.org

Auteure

Stéphanie Legault
Infirmière clinicienne en gynécologie pédiatrique

Collaborateurs

D^r François Beaudoin
Johanne Déry, adjointe à la DSI, volet recherche
D^{re} Élise Dubuc
D^{re} Diane Francoeur
D^{re} Suzy Gascon
Johanne Martel, coordonnatrice au développement,
programme Mère-Enfant
Anne-Marie Morand, CSI

Validation

Comité des dépliants destinés à la clientèle

Impression

Imprimerie du CHU Sainte-Justine
© CHU Sainte-Justine

F-2274 GRM 30008055 (rév. novembre 2014)