tci THE CHALLENGE INITIATIVE

AFRIQUE DE L'OUEST FRANCOPHONE

JOHNS HOPKINS BLOOMBERG SCHOOL of PUBLIC HEALTH

Bill & Melinda Gates Institute *for* Population *and* Reproductive Health

IntraHealth INTERNATIONAL

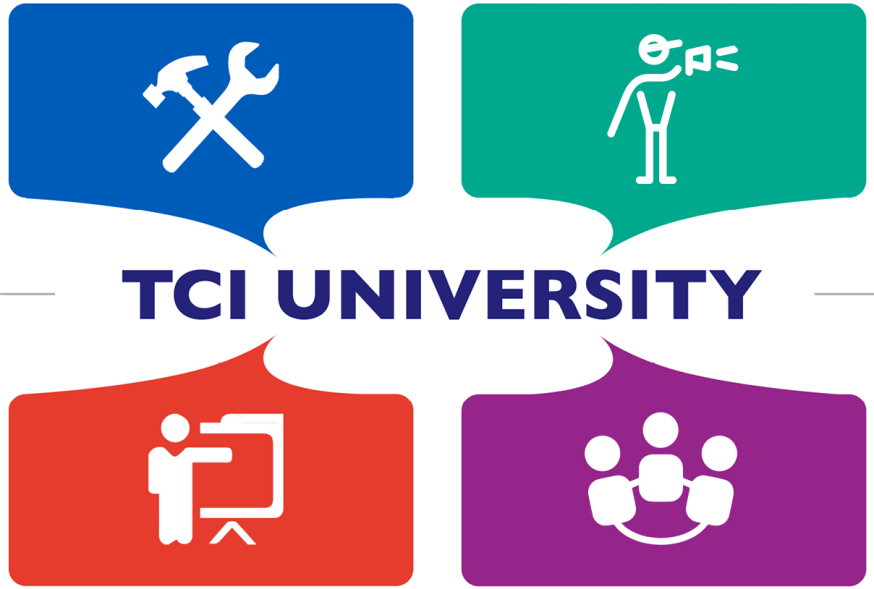
BIENVENUE A L'UNIVERSITE DU TCI

Toolkit

Outils interactifs et documentation en ligne contenant les meilleures pratiques internationales de l'ISRU; devant être utilisés par les Plateformes d'accélération, les gérants et les responsables de la mise en œuvre.

Coaching

Orientation définie par la demande et impartie par les Plateformes d'accélération, à l'attention des gérants et responsables de la mise en œuvre.



Formation

Autant que nécessaire pour les Plateformes d'accélération, gérants et responsables de la mise en œuvre, à l'aide de différentes techniques d'apprentissage comme le eLearning, l'apprentissage par la pratique, et des instructions en classe et sur téléphone portable.

Communauté de pratique

Opportunités pour les professionnels d'échanger avec leurs pairs et apprendre en réseaux

Renforcement des compétences des prestataires en technologie contraceptive : Méthode des Jours Fixes ou le Collier du Cycle

Objectifs

- Expliquer le fonctionnement de la Méthode des Jours Fixes (MJF) ou le Collier du Cycle
- Énumérer les 2 principaux critères d'éligibilité de la MJF
- Citer les avantages, inconvénients et limites de la MJF
- Expliquer comment la méthode est offerte
- Décrire les circonstances particulières d'utilisation et leur prise en charge
- décrire le mode de suivi

Définition

La méthode du collier est une méthode naturelle de Planification Familiale basée sur l'utilisation d'un collier de perles de couleurs différentes qui représentent les jours du cycle menstruel de la femme, y compris les jours où la femme peut tomber enceinte. Il s'agit d'éviter la survenue d'une grossesse non désirée en évitant des rapports sexuels sans protection pendant les jours fertiles.

Présentation du collier du cycle

- Le collier comprend 32 perles : 12 perles blanches, 19 perles marron et 1 perle rouge
- **La FLECHE** montre dans quel sens à déplacer l'anneau.
- **La perle ROUGE** marque le premier jour de vos règles
- Toutes **les perles BLANCHES** marquent les jours où vous pouvez tomber enceinte.
- Toutes **les perles MARRONS** marquent les jours où il est peu probable que vous tombiez enceinte.
- **La perle MARRON FONCÉE** vous aide à savoir si votre cycle est moins de 26 jours

Critères d'éligibilité

Qui peut utiliser la MJF ?

- Les femmes ayant des cycles compris entre **26 et 32 jours**
- Les couples qui peuvent éviter les rapports sexuels non protégés du 8ème au 19ème jour du cycle
- Les couples qui ne courent **pas de risque de contracter une IST/sida**

Avantages

- Naturelle, ne nécessite pas de prise de médicaments et d'actes chirurgicales
- Efficace 95% si l'utilisation est correcte
- Pas d'effets indésirables
- Peu coûteuse
- Permet à la femme de connaître son cycle menstruel
- Améliore le pouvoir de négociation de la femme sur sa fécondité et encourage la communication du couple sur la PF
- Une fois la méthode maitrisée, il n'y a plus nécessité d'une assistance des prestataires

Inconvénients

- Ne protège pas contre les IST/sida
- Méthode contraignante (demande qu'on utilise un collier tout les jours)
- Nécessite la collaboration du partenaire
- Ne peut pas être utilisé quand le cycle est inférieur à 26 jours ou supérieur à 32 jours
- Nécessité d'éviter des rapports sexuels non protégés durant les jours féconds

Limites

Nécessité d'un counseling additionnel ou spécifique si :

- début d'apparition des règles
- pré ménopause
- Prise de certains médicaments (anxiolytiques, antidépresseurs, antibiotiques au long cours, Anti Inflammatoires non stéroidiens)

Différer l'utilisation après accouchement, après avortement, ou si saignements irréguliers

Comment la MJF est offerte aux clientes ?

Que comprend la séance de counseling spécifique sur la MJF ?

- **Évaluer** la cliente à déterminer si la MJF est appropriée pour elle.
- **Informer** les clientes sur l'emploi correct de la MJF et leur fournir les outils dont elles ont besoin pour utiliser efficacement la méthode.
- **Soutenir** l'utilisation de la méthode au sein du couple en aidant les clientes à prendre en charge leurs jours féconds avec leur partenaire.

Que comprend la séance de counseling spécifique sur la MJF ?

Évaluer

Déterminer :

- la durée du cycle: la cliente a - t - elle un cycle entre 26 et 32 jours?
- la capacité à éviter les rapports sexuels non protégés pendant les jours fertiles : la cliente peut – elle éviter des relations sexuelles non protégées entre les 8ème et 19ème jour de chaque cycle
- le risque de contracter une IST: la cliente est – elle exposée à un risque d'IST?

Que comprend la séance de counseling spécifique sur la MJF ?

Informer

Enseigner à la cliente **comment** utiliser le collier du cycle

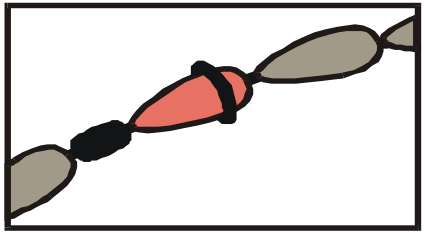
- Expliquer la MJF
- Faire une démonstration avec le collier du cycle
- Demander à la cliente d'en faire la démonstration
- Vérifier la compréhension/l'acceptation

Confirmer que la cliente a compris comment utiliser la méthode

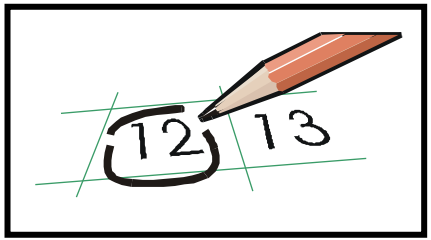
Que comprend la séance de counseling spécifique sur la MJF ?

Informer

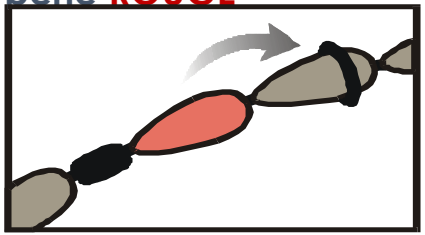
Instructions d'emploi



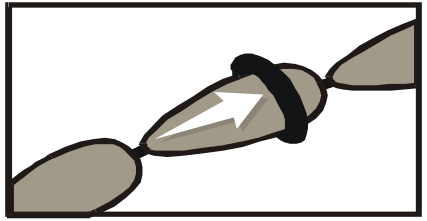
Le premier jour du cycle, déplacez l'anneau noir sur la perle ROUGE



Enregistrer ce jour sur votre calendrier



Déplacer l'anneau chaque jour

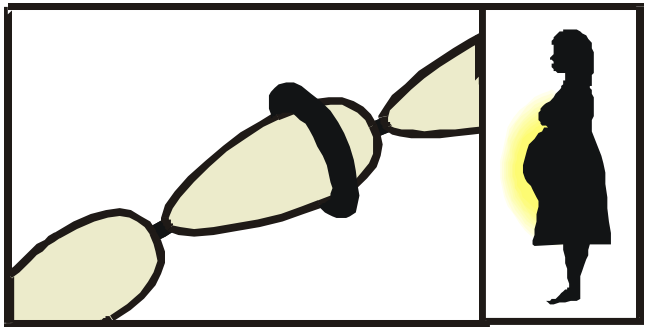


Déplacer toujours l'anneau du petit bout vers le bout large

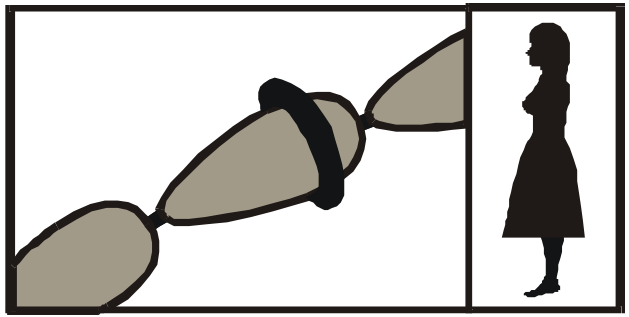
Counseling spécifique sur la MJF ?

Informer

Instructions d'emploi



L'anneau sur la perle BLANCHE, s'abstenir des rapports sexuels non protégés



L'anneau sur la perle MARRON, vous pouvez avoir des rapports sexuels non protégés

Que comprend la séance de counseling spécifique sur la MJF ?

Soutenir

Demander à la cliente:

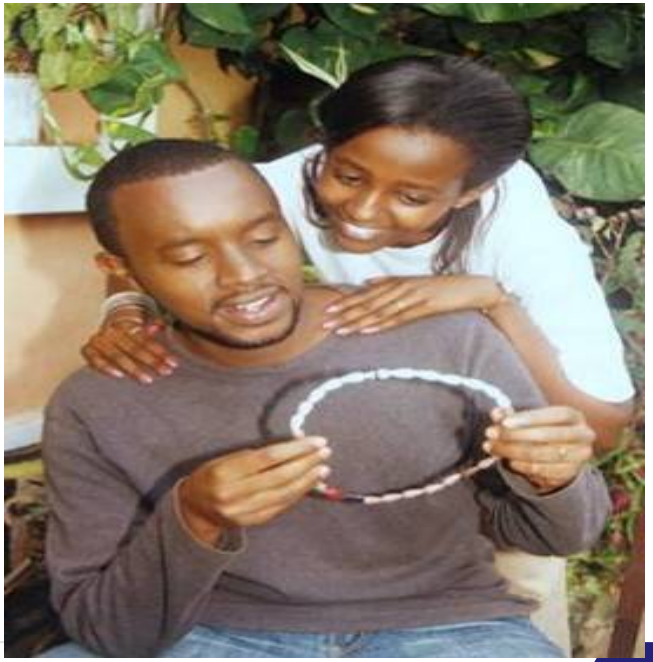
Avez-vous déjà parlé de cette méthode à votre partenaire ?

Comment allez-vous dire à votre partenaire vos jours fertiles?

Comment vous et votre partenaire allez gérer vos jours fertiles?

N'avez-vous jamais utilisé des préservatifs avec votre partenaire?

Comment vous et votre partenaire vous sentez-vous en utilisant les préservatifs?



Circonstances particulières

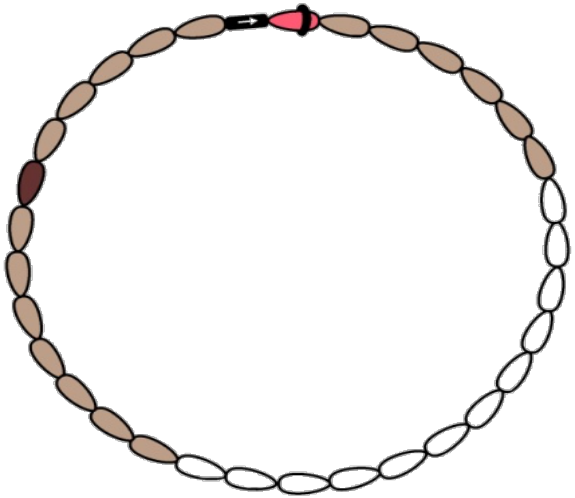
DDR connue	Commencer immédiatement
• DDR inconnue • CO / implants • Avortement • DIU • CU	Commencer le premier jour des prochaines règles
Injectables	Attendre 3 mois après la dernière injection et le cycle menstruel le plus récent doit avoir duré entre 26 et 32 jours.
Accouchement / allaitement	Attendre 3 cycles (4 règles consécutives) et que le dernier cycle menstruel dure entre 26 et 32 jours

Suivi

- La première visite de contrôle se fera 15 jours après le démarrage de l'utilisation
- Puis une visite par mois pendant trois mois
- Lors de la visite de suivi qui est mensuel, il s'agira de s'assurer que les cycles menstruels de la femme durent entre 26 et 32 jours.
- Demander à l'occasion des visites si le couple est satisfait de la méthode
- Demander si le couple est en mesure de se parler et décider
- Vérifier la maitrise de la méthode par le couple à partir de la quatrième visite
- Vérifier si le couple ne court pas les risques de contracter les IST.

Conclusion

- La méthode est efficace
- La MJF est facile à comprendre et à utiliser
- Beaucoup de couples désirent et peuvent utiliser la méthode
- L'utilisation correcte s'améliore au fil du temps
- L'engagement des conjoints est capital pour l'utilisation réussie
- Besoin d'éduquer les prestataires



Atteindre les femmes en milieu urbain est essentiel

Donner la possibilité à la femme de faire la planification familiale permet :

- **une meilleure santé pour les enfants, les femmes et les familles**
- **De plus bas coûts de santé**
- **Une plus grande scolarisation et de meilleurs résultats scolaires pour les femmes et les enfants**
- **De meilleures conditions économiques pour les communautés**
- **Moins de pression sur l'infrastructure urbaine**

Merci de votre participation à l’Université du TCI

tci THE CHALLENGE INITIATIVE