

La pose d'un dispositif intra utérin de façon indolore.

La douleur provoque des contractions reflexes ce qui favorise l'expulsion du DIU juste après la pose.

1. D'abord calmer l'angoisse:

Le fait de prendre un antalgique auparavant soulage la douleur pendant le passage du col mais diminue aussi l'angoisse avant la pose. Un antalgique efficace est par exemple un antiinflammatoire à prendre 2h avant la pose.

S'asseoir tranquillement avec la patiente pour discuter avant la pose pour l'écouter, répondre à ses questions, la rassurer et lui faire une démonstration permet aussi de soulager l'angoisse.

On peut avoir un faux utérus en plastique pour leur montrer comment ça marche.

Expliquer:

- La pose du spéculum
- La désinfection à la bétadine jaune
- L'hystéromètre (souple CH10 de CDD)
- Le DIU
- Les fils

On peut lui dire qu'une fois en place, elles ne le sentiront pas.

2. Lui laisser le temps de s'installer.

Position à l'anglaise possible peut-être plus facile pour les femmes.

Besoin d'entraînement pour le médecin.

Peut-être que les femmes sont plus détendue.

3. Pince de POZZI obligatoire si le col n'est pas parfaitement dans l'axe avec un orifice bien visible.

Pince de pozzi sur le versant supérieur au niveau de la zone ligamentaire.

Si on met une POZZI, il faut appuyer très progressivement sur les crans.

Pour ne pas en utiliser, il faut être sûr de ne pas forcer et risquer la perforation utérine.

3. Faire une anesthésie locale est possible surtout si elle a eu très mal la dernière pose.

4. L'hystéromètre souple CH10 de CDD est le plus fin, 2 mm à son bout et 3 mm au plus large et donc le moins douloureux.