

CIUSSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal



# Le pessaire

Clinique d'uro-gynécologie

Québec 

.....

## Qu'est-ce que c'est ?



Le pessaire est une prothèse conçue dans le but de traiter la descente de la vessie, de l'utérus, du vagin ou du rectum.

La descente d'organe, ou prolapsus, peut survenir à tout âge.

La cause peut être liée à un accouchement, mais est également influencée par plusieurs facteurs environnementaux et génétiques.

.....

## Indications

Les principales indications et contre-indications sont :

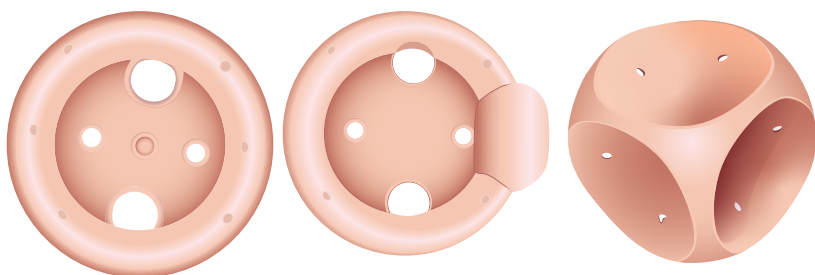
Indication	Contre-indication
<ul style="list-style-type: none"><li>● Descente d'organe ou prolapsus</li><li>● Incontinence urinaire</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Infections vaginales ou pelviennes aiguës</li><li>● Lacérations vaginales importantes</li><li>● Irritation vaginale importante</li><li>● Non observance des suivis médicaux pour les soins de pessaires</li><li>● Refus</li></ul>

Le pessaire est introduit dans le vagin. Il est maintenu en place par les muscles du bassin.

## À quoi ressemble un pessaire ?

Il existe plusieurs types de pessaire ayant tous une taille et une forme différente. Ils sont majoritairement faits de silicone.

Le choix du pessaire dépend de plusieurs facteurs : la durée de vie du pessaire, le type de prolapsus, la sévérité du prolapsus, la facilité d'utilisation pour l'usagère ou le soignant, le confort et/ou l'anatomie.



Anneau avec support

Anneau avec support  
sous-urétral  
d'incontinence

Cube

Vous aurez l'occasion d'en discuter avec votre médecin afin de déterminer quel type de pessaire est adapté à votre situation.

Il est possible que vous ayez à en essayer quelques-uns avant de trouver le pessaire qui vous convient.

## Quels sont les soins du pessaire ?

### Installation du pessaire

Lorsque le médecin et vous aurez déterminé le type de pessaire utilisé, le médecin ou l'infirmière fera la première insertion et vous enseignera comment l'insérer vous-même.

Chaque pessaire est différent et il se peut que la méthode d'insertion diffère d'un modèle à l'autre.

1. Se laver les mains avec de l'eau et du savon.
2. Se mettre en position debout, un pied surélevé (ex. : sur un banc, le siège de toilette)
3. Tenir le pessaire avec la main dominante. S'il s'agit d'un pessaire en anneau, le pliez à sa base. S'il s'agit d'un cube, le plier au maximum.
4. Appliquer du lubrifiant au bout du pessaire (extrémité qui entrera en premier dans le vagin).
5. Avec la main non dominante, écarter les petites lèvres de la vulve. Repérer l'entrée du vagin avec le bout du pessaire.
6. Entrer et faire glisser le pessaire vers le haut du vagin, en faisant une légère pression vers le dos. Une fois presque rentrer, lâcher le pessaire qui se dépliera.
7. Pousser le pessaire vers le haut pour le positionner. S'il s'agit d'un pessaire en anneau avec boule, placer la boule vers le bas.

À l'installation du pessaire, vous ne devriez pas le sentir. Il ne devrait ni tomber ni bouger à l'intérieur de votre vagin.

Si c'est le cas, vous devez en discuter avec votre médecin ou votre infirmière de façon à revoir la taille ou le type de pessaire. Il est possible que la taille doive être augmentée après un certain temps.

Par la suite, vous serez suivie par l'infirmière. Ces suivis permettront de s'assurer que les parois vaginales demeurent en santé et que le pessaire est adéquatement installé.

## Retrait du pessaire

Le retrait du pessaire vous sera aussi enseigné. Vous pouvez le retirer pour en faire l'entretien, avant une relation sexuelle ou selon la fréquence déterminée avec l'équipe médicale.

Voici les étapes à suivre pour effectuer le retrait de votre pessaire.

1. Se laver les mains avec de l'eau et du savon.
2. Appliquer une petite quantité de lubrifiant au bout des doigts de la main dominante ou à l'entrée du vagin directement.
3. Insérer l'index dans le vagin et tenter de localiser le pessaire.
4. Si vous avez de la difficulté à le localiser, forcez comme pour aller à la toilette. Ceci fera descendre le pessaire vers l'entrée du vagin.
5. Attraper le bord du pessaire du bout des doigts et tirer vers l'extérieur. S'il s'agit d'un pessaire en anneau, attraper le rebord de l'anneau. S'il s'agit d'un pessaire en cube, attraper le rebord du cube.
  - Si le pessaire est difficile à sortir, il est possible de le plier avec les doigts.
  - Vous pouvez utiliser une soie dentaire sans odeur ou une petite corde pour faciliter le retrait du pessaire.
6. Se laver à nouveau les mains avec de l'eau et du savon après le retrait du pessaire

## Entretien du pessaire

Vous pouvez en faire l'entretien plus souvent selon votre aisance.

Voici la marche à suivre pour nettoyer votre pessaire.

1. Ouvrir le robinet d'eau tiède-chaude.
2. Rincer le pessaire.
3. Appliquer un savon doux et faire mousser le pessaire (ou suivre les recommandations du fabricant).
4. Frotter le pessaire.
5. Rincer abondamment le pessaire en prenant bien soin de retirer tout le savon.
6. Déposer votre pessaire dans un contenant aéré pour le faire sécher.



.....

## Puis-je avoir des relations sexuelles ?



Selon le type de pessaire, il est possible d'avoir des relations sexuelles sans avoir à le retirer.

Parfois, le pessaire prend tout l'espace dans le vagin et empêche les relations sexuelles avec pénétration. Vous devrez alors le retirer.

Informez-vous à votre médecin afin de savoir si vous devez le retirer ou non.

Il est à noter que le pessaire n'est pas une méthode de contraception et n'apporte aucune protection contre les infections transmissibles sexuellement et par le sang (ITSS).

.....

## Quelles problématiques puis-je rencontrer avec mon pessaire ?

### Douleur

Dès l'installation de votre pessaire, vous ne devriez pas le sentir.

Si vous ressentez de la douleur lorsque le pessaire est en place, il se peut qu'il soit trop gros pour vous.

Retirez-le et prenez rendez-vous à la clinique d'uro-gynécologie.

## Saignement vaginal hors menstruation

En l'absence de menstruation, vous ne devriez pas avoir de perte sanguine en lien avec votre pessaire.

Si c'est le cas, il se peut que votre pessaire ne convienne pas et crée de l'irritation sur les parois de votre vagin, par frottement.

Retirez-le et prenez rendez-vous à la clinique d'uro-gynécologie.

## Perte du pessaire

Si votre pessaire ne reste pas en place ou tombe, il se peut qu'il soit trop petit pour vous.

Retirez-le et prenez rendez-vous à la clinique d'uro-gynécologie afin de choisir une taille qui vous convient.

## Difficultés d'élimination (urine/selle)

Si vous rencontrez des difficultés d'élimination, il se peut que le pessaire soit trop gros pour vous.

Retirez-le et prenez rendez-vous à la clinique d'uro-gynécologie.

## Pertes vaginales malodorantes

Certaines femmes vont ressentir davantage de pertes vaginales avec un pessaire : ceci est normal.

La présence d'un corps étranger au niveau du vagin amène souvent une augmentation des sécrétions vaginales.

Les pertes anormales sont celles qui contiennent du sang, qui sont brunes ou vertes, ou qui ont une odeur malsaine.

Si c'est le cas, il se peut que vous ayez une infection vaginale.

Retirez-le et prenez rendez-vous à la clinique d'uro-gynécologie.



## Incontinence urinaire

Si des fuites urinaires apparaissent ou que les incontinenances urinaires reprennent, tentez de repositionner votre pessaire.

Si cela se poursuit, il se peut que vous ayez à changer de modèle ou de taille de pessaire.

Retirez-le et prenez rendez-vous à la clinique d'uro-gynécologie.

## Fissures, jaunissement ou brunissement du pessaire

Si votre pessaire présente avec le temps une coloration plus jaune ou brune, c'est normal.

Toutefois, il ne devrait pas avoir de fissures.

Si c'est le cas, il doit être changé.

Prenez rendez-vous à la clinique d'uro-gynécologie.

•••••

## Notes

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## CIUSSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal

---

### Hôpital Maisonneuve-Rosemont

5415, boul. de l'Assomption  
Montréal (Québec) H1T 2M4

 514 252-3400

 [ciusss-estmtl.gouv.qc.ca](https://ciusss-estmtl.gouv.qc.ca)

D'autres publications et ressources d'intérêt sur la santé sont disponibles sur le site Internet du Centre d'information pour l'utilisateur et ses proches (CIUP).

 <https://biblio-hmr.ca/in/fr/ciup>

 [ciup.cemtl@ssss.gouv.qc.ca](mailto:ciup.cemtl@ssss.gouv.qc.ca)

Tous droits réservés

© CIUSSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal, 2023

### CP-SFE-191

---

**Centre intégré  
universitaire de santé  
et de services sociaux  
de l'Est-de-  
l'Île-de-Montréal**

Québec 