

HEYMÉ



## Les chiffres clés

### 81%

des femmes âgées de 14-28 ans semblent aujourd'hui en bonne santé en général.

### 69%

déclarent être en excellente ou bonne santé mentale.

### 13%

des femmes âgées de 14 à 28 ans sont atteintes de dépression ou une autre maladie psychique.



## La santé des femmes : fondamentaux et conseils du Lab

**La santé des femmes est l'affaire de tous. Elle englobe divers aspects tels que la santé globale, la santé mentale, la santé sexuelle, la menstruation et la contraception.**

**Cette fiche pédagogique se concentrera sur certains points essentiels**, en particulier en ce qui concerne les consultations médicales. Nous commencerons par explorer l'importance de savoir qui consulter et quand le faire en cas de besoin. Nous verrons également où trouver les ressources appropriées pour une prise en charge médicale adéquate et comment se préparer efficacement pour une consultation médicale.

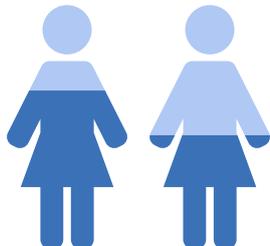
**Notre objectif est d'autonomiser les étudiantes** en leur fournissant les connaissances et les outils nécessaires pour prendre soin de leur santé et de leur bien-être pendant leurs années d'études et au-delà.

*En février 2024 nous avons publié les résultats de notre étude sur la santé des jeunes femmes réalisée par Opinion Way. Cette étude nous permet aujourd'hui de dresser un état des lieux de l'état de santé globale des jeunes femmes.*

HEYMÉ

86%

65%



### Focus enquête santé Le LAB

**65% des jeunes femmes entre 20 et 24 ans**, indiquent avoir consulté un gynécologue. Ce chiffre augmente à 86% entre 25 et 28 ans.

## Quand consulter ?

**La première consultation devrait avoir lieu dès que la jeune femme ressent le besoin de le faire. Il existe des moments clés dans la vie des étudiantes où il peut être important de prendre rendez-vous avec un professionnel de santé.**

**L'arrivée des premières règles** est un moment significatif où il peut être nécessaire de consulter un professionnel de santé pour obtenir des informations sur la santé menstruelle, la contraception et le développement physique.

**Lorsque des femmes envisagent une contraception**, il est important de consulter un professionnel de santé pour discuter des options disponibles et trouver celle qui leur convient le mieux. Enfin, si une personne pense être enceinte, il est crucial de consulter rapidement un professionnel de santé pour un suivi adéquat et des conseils sur les soins prénataux.

### Les recommandations :

- **Choisir un professionnel de santé** avec qui on se sent à l'aise
- **Un suivi régulier** tout au long de la vie
- **Un frottis à partir de 25 ans** pour dépister le cancer du col de l'utérus
- **Un examen clinique de la poitrine (observation et palpation)** par un professionnel de santé est recommandé tous les ans dès l'âge de 25 ans



## Qui consulter ?

**Il existe différents professionnels de santé qui peuvent réaliser les consultations gynécologiques :**



**Gynécologues**



**Médecins généralistes**



**Sage-femmes**

**Ces professionnels de santé** sont là pour répondre à toutes les questions liées au corps, à la vie intime, aux menstruations, à la contraception et aux problèmes liés à la santé gynécologique.

HEYMÉ

## Où consulter ?

Il existe de nombreux lieux ou vous pouvez retrouver ces professionnels de santé :



**Hôpitaux / Cliniques**



**Planning familial**



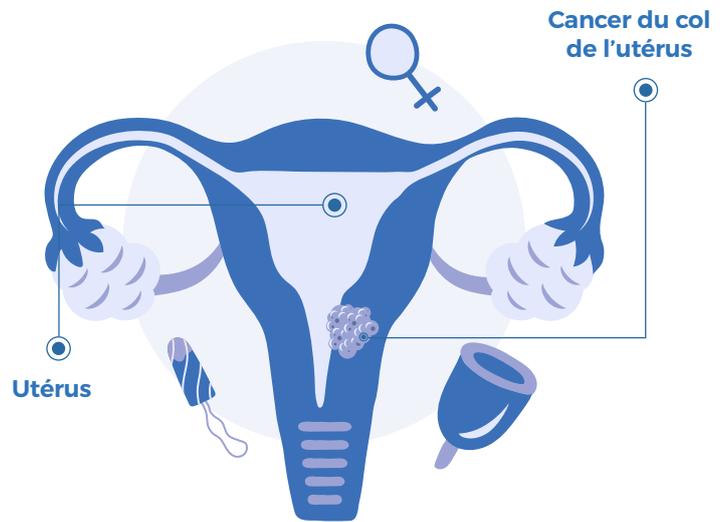
**Cabinet médical**



**Centre de santé**



**Service de Santé Universitaire**



## Le dépistage du cancer du col de l'utérus pour qui ? Pourquoi ?

**Le cancer du col de l'utérus est le quatrième cancer le plus fréquent chez les femmes dans le monde. Il est dû dans 95 à 100% du temps à une infection au papillomavirus (HPV).**

**Ce virus est transmissible lors de rapport sexuel** avec ou sans pénétration. Pour effectuer le dépistage de ce cancer, un frottis c'est à dire, un prélèvement de cellules du col de l'utérus est effectué. Ce prélèvement est rapide et indolore.

**Pour les femmes âgées de 25 à 29 ans**, un test de dépistage est effectué tous les 3 ans par un examen cytologique lors du frottis. Les deux premiers tests sont réalisés à un an d'intervalle, puis, en cas de résultats normaux, un frottis est effectué tous les 3 ans par la suite.

**Pour trouver le planning familial** le plus proche :

[www.planning-familial.org/fr](http://www.planning-familial.org/fr)

**Pour trouver un professionnel** (médecins généraliste, gynécologue, sage-femme) et connaître ses tarifs :

[www.ameli.fr](http://www.ameli.fr) rubrique annuaire santé