

LECON 4

Le cycle de la reproduction humaine : (rapports sexuels, fécondation, la grossesse, accouchement)



A- le cours

1- OBJECTIFS

A la fin de ce cours, l'adolescent(e) ou le jeune doit être capable de :

- définir les termes suivants : santé de la reproduction humaine ; reproduction humaine ;
- relever les étapes de la reproduction humaine ;
- citer les signes d'alerte d'une grossesse.

2- DEFINITIONS

LA SANTE DE LA REPRODUCTION

La santé de la reproduction est un état de bien-être général, tant physique que mental et social, de la personne humaine pour tout ce qui concerne l'appareil génital, ses fonctions et son fonctionnement et non pas seulement l'absence de maladies ou d'infirmités. (Cela suppose qu'une personne peut mener une vie sexuelle satisfaisante en toute sécurité, qu'elle est capable de procréer et qu'elle est libre de le faire aussi souvent ou aussi peu souvent qu'elle le désire.

LA REPRODUCTION

La reproduction est l'ensemble des processus par lesquels une espèce se perpétue, en mettant au monde de nouveaux individus. Elle est composée de plusieurs étapes : les rapports hétérosexuels, la fécondation, la grossesse et l'accouchement. La santé sexuelle et la santé reproductive couvre la santé et le bien-être au niveau des questions liées aux rapports sexuels, aux grossesses et aux naissances

3- CYCLE DE LA REPRODUCTION HUMAINE

a- Les rapports sexuels :

Les rapports sexuels sont une activité sexuelle impliquant au moins deux personnes. C'est un comportement sexuel humain dans lequel on distingue plusieurs étapes : le désir, les préliminaires associés à l'excitation sexuelle, l'acte sexuel proprement dit (coït), l'orgasme et la résolution.

L'orgasme chez l'homme se traduit par l'éjaculation, sortie du sperme qui contient les semences mâles (spermatozoïdes).

Comment réussir un rapport sexuel

Pour réussir un rapport sexuel il faut éviter d'être brutal et surtout demander à votre partenaire ce qui lui fait plaisir et lui dire ce qui vous fait plaisir. Ne pas forcer ou ne pas insister si votre partenaire ne veut pas faire certaines choses que vous désirez.

b- La fécondation

La fécondation est la rencontre entre les gamètes mâles (spermatozoïdes) et les gamètes femelles (ovules). La fécondation a lieu lorsqu'un spermatozoïde et un ovule se rencontrent.

Lors d'une relation sexuelle, le **vagin va recueillir des millions de spermatozoïdes**. Constitués d'une tête et d'un flagelle, ils vont tenter de survivre et tracer leur voie jusqu'à l'ovule pour le féconder. La route est toutefois longue et sinueuse pour parvenir jusqu'aux trompes utérines où aura lieu cette fécondation. S'il y'a rapport sexuel pendant les quelques jours du cycle féminin ou la femme est féconde, une fécondation peut se produire.

Lors des rapports sexuels, les spermatozoïdes sont déposés par millions dans le vagin. A partir de là, leur progression vers l'utérus est facilité par la glaire cervicale sécrété par le col de l'utérus. Une fois dans l'utérus, ils continuent leur chemin vers les trompes de Fallope pour découvrir l'ovule. Seul un spermatozoïde parviendra à pénétrer l'ovule en perforant la membrane de l'ovule. Tandis qu'il s'achemine vers le noyau, la paroi de l'ovule devient imperméable pour le reste des spermatozoïdes qui dépérissent par la suite.

Le phénomène de la fécondation se produit aussitôt que le noyau du spermatozoïde fusionne avec celui de l'ovule formant ainsi un œuf qui est la première cellule du futur bébé.

c- Les signes d'alerte d'une grossesse

Toutes les femmes en âge de procréer doivent connaître les signes de début d'une grossesse.

➤ l'arrêt des règles

C'est le signe le plus frappant. Une femme bien portante et qui a ses menstruations régulièrement, qui ne voit plus apparaître ses règles, peut supposer qu'elle est enceinte.

La dernière date des règles devra être notée pour pouvoir la communiquer lors du premier examen prénatal. Il sera ainsi plus aisé de déterminer la date approximative de l'accouchement.

Il faut noter que toute modification des règles doit faire penser à une grossesse jusqu'à preuve du contraire.

- les seins augmentent de volumes et sont tendus
Parfois les seins peuvent laisser couler quelques gouttes de lait, c'est qu'ils se préparent à la fonction de l'allaitement.
- durant les premiers mois de la grossesse, un grand nombre de femmes ressentent des malaises notamment les matins : elles peuvent se plaindre de nausées et de vomissements.
- Il se peut que l'appétit soit plus vif en cette période et que le besoin de sommeil augmente.
- la peau se pigmente en certains endroits, parfois on parle de masque de grossesse.

Les légers malaises du début de la grossesse sont pour la plupart passagers. Une fois que le corps de la femme s'habitue à la nouvelle situation, il atteint un nouvel équilibre et les malaises peuvent s'arrêter.

Lorsqu'une femme constate les signes pré cités, elle doit se rendre au centre de santé afin qu'un agent de santé qualifié confirme sa grossesse à l'aide d'un examen (sanguin ou urinaire).

d- La grossesse

Selon les points de vue la grossesse commence à partir de la fécondation ou de la nidation (implantation de l'embryon dans l'utérus). Elle se poursuit jusqu'à

l'expulsion du fœtus, c'est-à-dire l'accouchement. En moyenne, la grossesse dure neuf mois, soit trente-sept semaines.

➤ **Premier trimestre**

C'est pendant les trois premiers mois de la grossesse que le futur bébé commence sa transformation. Pendant le premier trimestre, les premiers symptômes de la grossesse apparaissent chez la mère. Le taux d'hormone augmente et peuvent causer des sautes d'humeur. Les seins sont tendus et grossissent, la fatigue devient intense. Des nausées et des vomissements peuvent apparaître.

➤ **Deuxième trimestre**

Le deuxième trimestre est une période fondamentale pour le développement du futur bébé. Ses organes se mettent en place et il commence à bouger. Il devient très actif. Ses membres poursuivent leur développement de même que le cœur, le foie et la rate, aussi ses premiers ongles apparaissent. Ses poumons commencent à fonctionner et il produit ses propres globules blancs et ses globules rouges. Pendant cette période, la mère retrouve le plus souvent son énergie et son bien-être. La nausée et la fatigue diminue. La libido et l'appétit augmentent.

➤ **Troisième trimestre**

Pendant les trois derniers mois, le futur bébé prend le plus de poids. Vers la fin du troisième trimestre, le bébé fait ses dernières galipettes pour prendre la position confortable, le visage tourné vers la colonne vertébrale de la mère et la tête vers le bas. C'est la bonne position et aussi la plus fréquente pour l'accouchement.

e- Les consultations prénatales ou SPN

La consultation prénatale est utile et nécessaire pour la santé et le bien-être de la future maman et du bébé. Elle permet aussi de prévenir ou de détecter d'éventuelles maladies. En fréquentant le centre de santé, les femmes enceintes ont beaucoup d'avantages !

- elles bénéficient d'une surveillance médicale sûre et régulière ;
- elles reçoivent des conseils et des instructions pour mener la grossesse à bon terme et connaître les règles d'hygiènes pour elles même et leurs futurs bébés. Un bébé qui grandit dans le ventre de sa mère a besoin des meilleures conditions pour naître en bonne santé. Comme le mode de vie de sa maman influence sa croissance, il est bon que la santé de cette dernière soit contrôlée durant la période de la grossesse.
- avec les consultations prénatales, la santé du bébé est garantie ainsi que les conditions pour sa bonne croissance ;
- lors des consultations prénatales, les agents de santé donnent des informations aux femmes enceintes sur les soins à donner au nouveau-né à la naissance et pendant ses premières semaines de vie, la planification familiale et la nutrition ;
- détection et traitement précoce des problèmes et complications ;
- promotion de la santé ;
- prévention des complications et des maladies ;
- préparation à l'accouchement et préparatifs en cas de complication ;
- prévention du paludisme par des médicaments.

Dès que la femme soupçonne qu'elle est enceinte, elle doit se rendre dans un centre de santé afin que sa grossesse puisse être confirmée par des examens plus approfondis. C'est à partir de cette visite de

confirmation que lui sera donnée la date de sa première consultation prénatale qui se fait généralement au troisième mois de la grossesse. C'est un agent de santé qui reçoit la future maman. Un carnet de santé lui sera donné. La future maman répond à un certain nombre de questions qui lui sont posées, ceci pour avoir un ensemble de renseignements sur son état de santé. Le carnet de santé est un document précieux. Chaque fois que la future maman se rend au centre prénatal, on y notera les constatations médicales qui par la suite donneront un aperçu global de la santé actuelle et de l'évolution de la grossesse. La future maman devra avoir au moins huit contacts avec les services de santé avant l'accouchement. A chaque consultation, elle sera soumise au trois examens de routine suivants : la prise du poids, la prise de la tension et la recherche des albumines dans l'urine. En plus de ces trois examens de routine la femme enceinte fera d'autres examens tels que l'échographie, le dépistage pour le VIH/sida et d'autres IST etc.

f- L'hygiène corporelle et vestimentaire de la femme enceinte

L'élégance est innée chez la femme. Et toute femme veut rester belle même pendant la grossesse. Alors continuer à bien faire sa toilette et rester belle est indispensable pour la bonne humeur d'une jeune femme. Comme la propreté est le fondement de la beauté, il convient de suivre quelques indications :

- la propreté est à la base d'une bonne santé, pendant la grossesse, la transpiration augmente il faudra donc vous laver chaque jour avec de l'eau tiède et du savon ;

- il faut faire soigneusement la toilette des parties intimes. Si vous avez la possibilité, douchez-vous deux fois par jour. Evitez d'injecter l'eau dans le vagin de peur de nuire au fœtus;
- habillez-vous de vêtements amples pour éviter toute gêne. Evitez de comprimer l'abdomen ;
- évitez les travaux pénibles ;
- dormir sous une moustiquaire imprégnée.

g- L'accouchement

L'accouchement

C'est : « Ensemble des phénomènes (mécaniques et physiologiques) qui ont pour conséquence la *sortie du fœtus et de ses annexes hors des voies génitales maternelles, à partir du moment où la grossesse a atteint le terme théorique de 6 mois (28 semaines d'aménorrhée révolues) »*

L'accouchement normal se déroule en trois périodes. Ces trois périodes portent le nom de travail d'accouchement.

Ce sont :

1- La 1ère période = période d'effacement et de dilatation du col

Elle comporte 2 phases :

- 1ère phase du travail : 0 à 3cm de dilatation
- 2ème phase : 4 à 10cm de dilatation

2- La 2ème période : Sortie du fœtus

3- La 3ème période : Sortie des annexes (placenta et membranes) = délivrance

➤ **Diagnostic du travail d'accouchement**

- Les contractions utérines du travail
- Modification cervicale (effacement et dilation du col)
- Perte du bouchon muqueux
- Formation de la poche des eaux

1- Première période du travail

Elle correspond à l'effacement et à la dilatation du col. Pendant cette étape de travail, les contractions vont progressivement entraîner l'effacement du col de l'utérus

- L'effacement du col : c'est le raccourcissement du col au point de ne plus ressentir le relief cervical au toucher.
- la dilatation du col: c'est l'ouverture progressive du col jusqu'à dilatation complète (de 0 à 10 cm)

Cette première période du travail se divise en deux phases:

- la première phase appelée phase de latence va de 0-3 cm
- la deuxième phase appelée phase active va de 4- 10 cm

Durant cette période, il peut se produire la rupture de la poche des eaux. Si non la gardé intact jusqu'à moment de l'expulsion du bébé

2- La deuxième période du travail

La seconde étape du travail consiste à pousser pour expulser le bébé. Cette étape du travail est divisée en 3 temps :

- le passage du détroit supérieur du bassin (engagement).
- la rotation intra-pelvienne de la présentation foetale (ici le sommet)
- L'expulsion de la tête foetale hors des voies génitales maternelles

Ces phénomènes vont voir une adaptation du mobile foetal au bassin osseux maternel, mais aussi aux parties molles de la filière pelvienne et génitale. Ainsi que les effets des contractions utérines poussant le fœtus hors des voies génitales.

Mécanique

○ **L'engagement**

Une présentation est « engagée » lorsque sa plus grande circonférence passant par les bosses pariétales a franchi le plan du détroit supérieur.

Le plus grand diamètre de la présentation du sommet fléchi est le diamètre passant par les deux bosses pariétales : le diamètre sous-occipito-bregmatique.

L'engagement du sommet est donc le passage du détroit supérieur par le diamètre sous- occipito- bregmatique

○ **La Descente et rotation intra pelvienne**

Après l'engagement la présentation effectue sa descente suivie de sa rotation dans l'excavation pelvienne

○ **L'Expulsion de la tête foetale hors des voies génitales maternelles**

Le col étant bien ouvert et le bébé bien engagé dans le bassin, la sage-femme indiquera à quel moment la femme doit pousser (lors des contractions). Ceci permettra à la naissance de se faire en douceur et vous évitera d'avoir une déchirure ou une épisiotomie. Souvent, pour éviter une déchirure lors de l'expulsion de bébé, une épisiotomie peut être nécessaire.

➤ **La 3ème période du travail : Sortie des annexes (placenta et membranes) délivrance**

La troisième étape commence après la naissance de bébé. Les contractions reprennent, avec une intensité moindre, dans le but de détacher le placenta de la paroi de l'utérus.

Cette étape du travail aboutit à l'expulsion du placenta. C'est un phénomène qui se produit généralement de manière naturelle, sans beaucoup d'effort. On parle maintenant de la délivrance dirigée active ou GATPA.

La Gestion Active de la Troisième Période de l'Accouchement (GATPA) permet de minimiser les pertes de sang. La prise en charge de la troisième période de l'accouchement est la meilleure pratique pour prévenir l'hémorragie du post partum.

Il faut vérifier l'absence d'un deuxième fœtus. Ensuite, on injecte de l'ocytocine en Intra Musculaire chez la femme pour que l'utérus se contracte. Puis il suffit généralement de pousser doucement pour expulser le placenta.

Pendant ce temps, le bébé va être lavé et recevoir les premiers soins et la mise en sein. Après deux heures de surveillance, vous pourrez tous les deux rejoindre votre chambre.

➤ **Les positions pour accoucher**

Aujourd'hui, les agents de santé encouragent les femmes pendant la CPN à choisir la position d'accouchement qui leur conviennent.

Les différentes positions sont : allongée sur le dos, sur le côté, demi- assise, accroupie, assise, dans l'eau (pissine ou baignoire, etc. Contrairement aux idées reçues, il n'existe pas une seule et unique position pour accoucher. Mais toutes ne sont pas acceptées dans les maternités du fait des conditions difficiles de travail.



B- Les questions sur le cours

Q1- La reproduction c'est l'ensemble des processus par lesquels une espèce se perpétue, en mettant au monde de nouveaux individus. Vrai ou faux ?

- a) Vrai
- b) Faux



Réponse = a

Q2 Parmi les étapes suivantes quelles sont celles d'un rapport sexuel :

- a) L'orgasme

- b) La découverte
- c) L'achèvement
- d) Les préliminaires



Réponse=a, d

Q3 L'orgasme chez l'homme se traduit par :

- a) L'excitation
- b) L'éjaculation



Réponse=b

Q4- Cochez la ou les bonnes réponses.

Pour réussir un rapport sexuel il faut :

- a) Forcer son ou sa partenaire à faire ce qui nous fera plaisir
- b) Eviter d'être brutal
- c) Demander à sa ou son partenaire ce qui lui fera plaisir
- d) Dire à son ou sa partenaire ce qui vous fera plaisir



Réponse=b, c, d

Q5 : La fécondation c'est :

- a- La rencontre entre le spermatozoïde et l'ovule
- b- La rencontre entre le spermatozoïde et l'ovaire

 **Réponses=a**

FIN