



**Ce qu'il faut savoir,
dans votre poche**



LA SANTÉ QUEER

“Développer une justice de la santé, façon queer.”

**2022 Fondation
Treat it Queer.**

Ce projet est financé par:
Share-Net Pays-Bas.

Auteurs: Dr. Maddalena
Giacomozzi; Dr. Flori Sintenie;
Aafke Uilhoorn & Stéphane
Aubin, M.Sc. Global Health.



Mise en page et illustrations:
Elia Zeno Covolan.

Remerciements à:
Charlie Loopuijt.

Traduction française:
Stéphane Aubin, M.Sc.
Global Health

Ecrivez-nous: treatitqueer@gmail.com

Site web: <http://treatitqueer.org>

Suivez-nous sur @treatitqueer



**Share-Net
Netherlands**

The Knowledge Platform on
Sexual and Reproductive Health & Rights



Terminologie inclusive

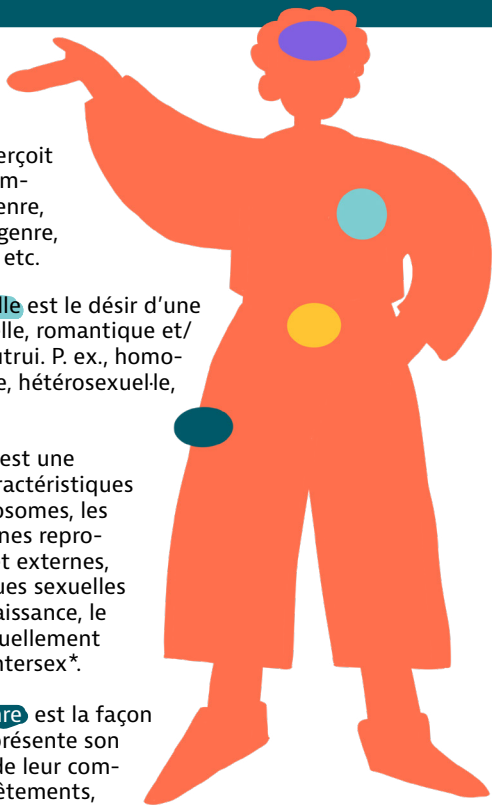
L'identité de genre est la façon personnelle dont un individu perçoit son genre. P. ex., femme/homme transgenre, femme/homme cisgenre, non-binaire, queer, etc.

L'orientation sexuelle est le désir d'une relation émotionnelle, romantique et/ou sexuelle avec autrui. P. ex., homosexuel-le, bisexuel-le, hétérosexuel-le, pansexuel-le, etc.

Le sexe biologique est une combinaison de caractéristiques incluant les chromosomes, les hormones, les organes reproducteurs internes et externes, et les caractéristiques sexuelles secondaires. À la naissance, le sexe assigné est usuellement femelle, mâle, ou intersex*.

L'expression de genre est la façon dont quelqu'un représente son genre, par le biais de leur comportement, leurs vêtements, leur apparence, et plus encore. P. ex., androgyne, féminine, masculine, etc.

*un terme utilisé pour une gamme de conditions selon lesquelles un individu naît avec une anatomie reproductive qui ne représente pas les définitions typiques de mâle ou femelle. Des conditions intersex communes sont le syndrome de Turner et le syndrome de Klinefelter.



Vocabulaire inclusif

OPTIONS INCLUSIVES



TERMES GENRÉS

TERMINOLOGIE

Personne qui menstrue	femme
Personne enceinte	femme
Personne produisant du sperme	homme
Voix aïgue/grave	voix féminine/ voix masculine
Estrogène	hormone femelle
Testostérone.....	hormone mâle

FAMILLE ET RELATIONS

Froeur, Adelphe	frère ou soeur
Ness	neveu ou nièce
Parent porteur/gestationnel	mère
Futur parent.....	la personne qui sera le parent de l'enfant
Congé parental	congé de maternité/ paternité

PARTIES DU CORP

Cellules germinales	ovaires/testicules
Poitrine	seins
Lait, lait parental, lait personnel	lait maternel
Organes reproducteurs ou organes génitaux internes	utérus/pénis
Organes génitaux externes	vulve/pénis/scrotum
Canal interne, canal de naissance, ouverture génitale	vagin

NOTE: le point médian (·) est une ponctuation utilisée pour orthographier un mot de manière inclusive, et éviter les doublets.

Lors d'une consultation... Pour l'historique médical

Trucs et astuces:

Appelez votre patient par leur **nom de famille** uniquement, sans honorifique;

Indiquez vos propres **pronoms** lorsque vous vous présentez;

Demandez toutes questions nécessaires, mais **aucune question superflue**;

Expliquez la pertinence de toute question qui pourrait-être perçue comme **intrusive**.



Exemples de l'usage de pronoms:

→ **Féminin:**
"La connais-tu? Elle s'est bien portée pendant son suivi."

→ **Masculin:**
"Le connais-tu? Il s'est bien porté pendant son suivi."

→ **Neutre:**
"Lo connais-tu? Iel s'est bien portée pendant son suivi."



Lors d'une consultation... Pour l'examen physique

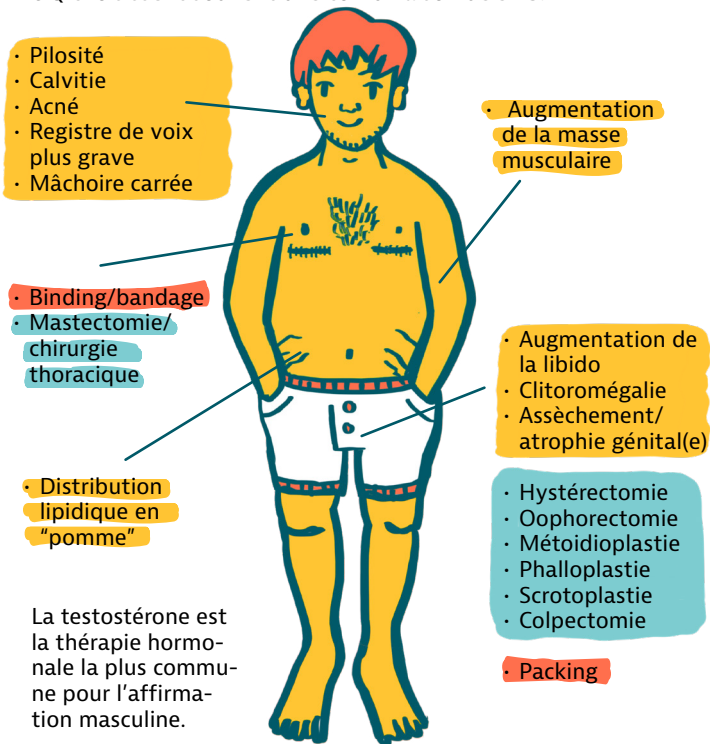
- Expliquez ce que vous allez faire, et pourquoi, **avant** de procéder;
- Soyez conscients que l'examen peut entraîner des **sentiments de dysphorie** (p. ex., une auscultation des poumons requiert le retrait d'un binder);
- Demandez si votre patiente ressent de **l'anxiété** et/ ou a vécu des **expériences de soins négatives** par le passé;
- De surcroît, demandez comment en tenir compte durant l'examen;
- Tenez-compte des **organes** que possède votre patiente, qu'importe leur genre (p. ex., pap-smear si iel a un cervix; examen de la prostate si iel en a une);
- Si possible, utilisez les techniques d'imagerie et d'examen **les moins invasives** possibles (p. ex., échographie abdominale au lieu de transvaginale).



Soins d'affirmation du genre masculin

P. ex., pour individus à qui un sexe féminin a été attribué à la naissance

Certains individus transgenres et queer (T&Q) entreprennent des démarches de soins d'affirmation du genre (SAG). Les SAG incluent des pratiques **non-médicales**, des thérapies **hormonales** et/ ou des procédures **chirurgicales**. Les adultes T&Q choisissent souvent une combinaison de SAG.



Soins d'affirmation du genre féminin

P. ex., pour individus à qui un sexe masculin a été attribué à la naissance

Certains individus transgenres et queer (T&Q) entreprennent des démarches de soins d'affirmation du genre (SAG). Les SAG incluent des pratiques **non-médicales**, des thérapies **hormonales** et/ou des procédures **chirurgicales**. Les changements liés aux SAG présentent une grande variance selon l'individu.

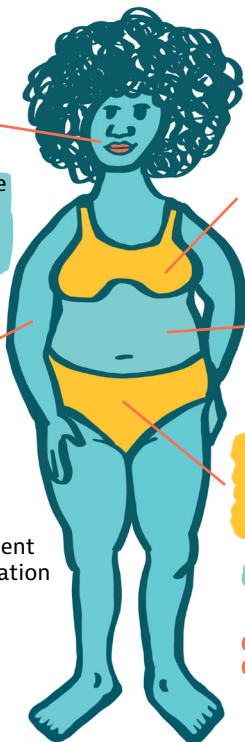
- Assouplissement de la peau
- Diminution de la calvitie

- Thyrochondroplastie réductive
- Phonochirurgie
- Chirurgie plastique

- Épilation au laser

- Réduction de la masse musculaire

Des thérapies hormonales couramment utilisées pour l'affirmation féminine incluent les œstrogènes et les anti-androgènes. La progestérone n'est qu'occasionnellement utilisée.



- Augmentation mammaire

- Croissance mammaire
- Pilosité réduite

- Rembourrage

- Distribution lipidique en "poire"

- Atrophie génitale
- Dysfonction érectile
- Diminution de la libido

- Orchidectomie
- Vaginoplastie

- Tucking
- Padding

Pour individus nés avec des ovaires

Options de préservation de la fertilité pour individus nés avec des ovaires

STADE	MÉTHODE	UTILISATION FUTURE
Prépubère et pré-SAG	Cryopréservation de tissu ovarien immature*	Aucun protocole établi
Post-pubère et pré-SAG	Cryopréservation d'oocytes matures	Partenaire avec spermatozoïdes: FIV/ IICS
Post-pubère et pré-SAG + désire parental actif avec partenaire actuel	Cryopréservation embryonnaire	Partenaire avec oeufs: Donneur de sperme, FIV/IICS (réciproque)
Post-pubère et pré-SAG	Cryopréservation de tissu ovarien*	Aucun protocole établi
Post-SAG	Mêmes options que pré-SAG, 3-6 mois après l'arrêt d'une TH.	

* *expérimental*

TH: thérapie hormonale; **SAG:** soins d'affirmation du genre; **FIV:** fertilisation in vitro; **IICS:** njection intracytoplasmique de sperme.



Santé reproductive: pour individus nés avec des ovaires

Effets d'une thérapie hormonale sur le système reproducteur:

Testostérone:

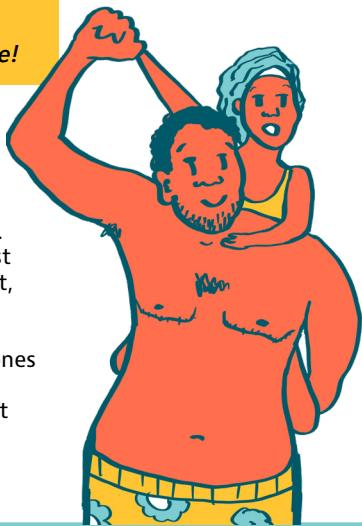
- Anovulation
- Aménorrhée secondaire (80% de chances)
- Endomètre hyper/ atrophique
- Réserve ovarienne inchangée (hormone anti-Müllérienne)

RAPPEL:

*la testostérone n'est PAS
une méthode contraceptive!*

Allaitement:

Il est important de demander si le patient désire allaiter ou non. Un gonflement de la poitrine est possible après un accouchement, même chez un individu ayant subi une mastectomie. Considérez l'utilisation d'hormones de suppression de la lactation pour les patients qui ne désirent pas allaiter.



Options de préservation de la fertilité: pour individus nés avec des testicules

STADE	MÉTHODE	UTILISATION FUTURE
Prépubère et pré-SAG	Cryopréservation de CSS*	Aucun protocole établi
	Cryopréservation de tissu testiculaire*	
Post-pubère et pré-SAG	Cryopréservation de sperme	Partenaire avec sper- matozoïdes: donneur d'oeufs et parent porteur gestationnel. Partenaire avec oufs: IIU ou FIV/IICS (avec les oocytes du partenaire)
	Extraction chirurgicale de spermatozoïdes (TESE ou PESA)	
Post-SAG	Évaluation de la qualité du sperme pour fins de cryopréservation ou de TESE/PESA, 3-12 mois après l'arrêt d'une TH	Dépendante de la méthode utilisée



**expérimental*

TH: thérapie hormonale; **SAG:** soins d'affirmation du genre;; **CSS:** cellules souches spermatogoniales; **IIU:** insémination intra utérine; **FIV:** fertilisation in vitro; **IICS:** injection intracytoplasmique de sperme; **TESE:** aspiration percutanée de spermatozoïdes testiculaires; **PESA:** aspiration percutanée de spermatozoïdes épидидymaires.

Santé reproductive: pour individus nés avec des testicules

Effets d'une thérapie hormonale sur le système reproducteur:

Œstrogènes et anti-androgènes:

- Déficience grave de la spermatogenèse
- Décompte spermatique bas
 - + motilité spermatique réduite
 - + morphologie spermatique anormale= Oligoasthenoteratospermie (OAT)

RAPPEL:

*la thérapie hormonale n'est PAS
une méthode contraceptive!*

Allaitement:

La lactation peut être induite chez des individus présentant un stade de développement de la poitrine (stades de Tanner) avancé au moyen d'une stimulation hormonale (comme chez les femmes cisgenres).



Dysphorie du genre

(DSM-5) Également "incongruence du genre" (CIM-11)

La dysphorie est une combinaison de sentiments négatifs et d'inconfort associés par un individu à leur sexe assigné à la naissance (SAN) et à la façon dont celui-ci s'aligne (ou non!) avec leur identité et expression du genre.

Un individu peut assimiler des idées sur l'apparence que leur corps "devrait" avoir. La dysphorie se trouve alors dérivée **d'attentes sociétales** fondées sur le SAN, particulièrement si le genre de l'individu ne s'y souscrit pas.

La dysphorie se manifeste typiquement lors de l'enfance, mais certains peuvent ressentir un premier épisode de dysphorie lors de la puberté, ou même bien plus tard au cours de leur vie.

Les gens vivant avec la dysphorie:

- Ont souvent l'impression que leur identité n'est pas valide ou légitime;
- Ressentent le besoin de "prouver" leur identité transgenre et qu'ils ne sont "**pas assez trans**";
- Ont plus de difficulté à accéder à de l'aide et des services professionnels;
- Sont à plus haut risque de **dépression, d'anxiété, d'abus de substances, et de suicide.**

Une majorité d'individus transgenres et queer (T&Q) ont rapporté au moins un épisode de dysphorie au cours de leur vie.

Gendereuforie

L'euphorie du genre se décrit comme une gamme de sentiments positifs, plaisants et affirmatifs associés par un individu à leur identité du genre et sa présentation.

Discuter d'euphorie permet de porter une attention particulière sur — et de renforcer — **les facteurs positifs** influençant la perception de soi, plutôt

que ceux négatifs.

Une perception positive de son corps et de soi peuvent jouer des rôles importants dans la promotion d'une **santé mentale saine**.

"Comment puis-je promouvoir l'euphorie du genre chez mes patients?"

- Mettez à jour les pronoms et le genre des patients dans leur **dossier médical**;
- Rendez votre environnement de travail aussi inclusif que possible (p. ex., en ayant des salles de bains non-genrées).
- Affichez un symbole **arc-en-ciel** dans votre milieu de travail, ou sur vous-même.
- Adoptez des pratiques inclusives et un **langage non-genré**.
- Affichez vos **pronoms** sur votre badge d'identité et dans votre signature de courriels.
- **Inscrivez-vous** à votre registre local de prestataires de soins inclusifs.

