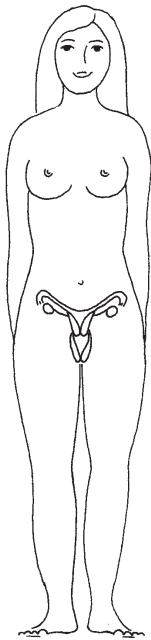
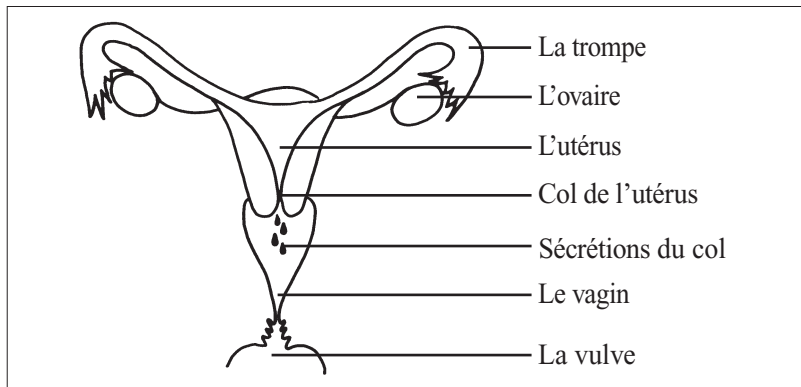


# Les organes génitaux de la femme



La partie extérieure est nommée **vulve**. Elle est formée de deux grandes lèvres à l'extérieur et de deux petites lèvres à l'intérieur qui délimitent l'entrée du vagin et de l'urètre. L'urètre est un canal fin qui permet la sortie de l'urine. Au-dessus de l'entrée de l'urètre se trouve le **clitoris** qui joue un rôle important dans le plaisir sexuel de la femme.



## Le vagin

C'est un canal souple de 7 à 10 cm de long. Il accueille le pénis de l'homme lors de la relation sexuelle. Le vagin est extensible pour permettre le passage du bébé à la naissance. C'est par là aussi que sort le sang des règles. L'excitation sexuelle provoque la lubrification du vagin qui facilite la pénétration.

## L'hymen

Lorsque la femme est vierge on trouve à l'entrée du vagin une membrane fine en partie ouverte: l'hymen. La forme de l'hymen change d'une femme à l'autre. Il est parfois absent. En général l'hymen se rompt lors des premières relations sexuelles.

## L'utérus

C'est l'endroit où la grossesse se développe. Il peut être comparé à une poire tournée vers le bas. A l'intérieur de l'utérus, une muqueuse appelée

**endomètre** se développe durant chaque cycle. A la fin du cycle, l'endomètre se détache, ce sont les **règles** ou menstruations. Si une grossesse commence, l'endomètre forme un nid pour l'embryon. La partie basse qui rejoint le vagin est appelée **col de l'utérus**. Une petite ouverture permet le passage des spermatozoïdes ou du sang des règles. Lors de l'accouchement, le col de l'utérus et le vagin s'ouvrent pour faire un passage pour le bébé.

## Les ovaires

Les ovaires ont la forme et la grandeur d'une amande. Ils ont deux rôles:

- ♦ Produire les hormones sexuelles de la femme qui règlent le cycle, appelées oestrogènes et progestérone.
- ♦ Amener environ une fois par mois un ovule à maturité (ovulation).

## Les trompes

Ce sont deux canaux fins de 10 à 15 cm de long. Les trompes partent de l'utérus et rejoignent les ovaires pour recevoir l'ovule. La fécondation, rencontre de l'ovule et du spermatozoïde, a lieu dans les trompes. Dans ce cas, l'ovule fécondé descend vers l'utérus.

## Le cycle de la femme

C'est une période qui va du premier jour des règles au premier jour des règles suivantes. La durée est variable, en général le cycle dure de 21 à 35 jours. Les cycles commencent entre 11 et 15 ans et s'arrêtent à la ménopause entre 45 et 55 ans. A chaque cycle, l'utérus se prépare à une éventuelle grossesse par le développement de l'endomètre. L'ovulation survient environ 15 jours avant les règles suivantes. Les rapports sexuels dans les jours proches de l'ovulation sont le meilleur moment pour provoquer une grossesse. L'ovulation n'a pas toujours lieu au même moment, la méthode Ogino (ou « calculs ») n'est donc pas une méthode efficace pour éviter une grossesse.

## Durant les règles...

...la femme peut se doucher, se baigner et laver ses cheveux. Elle peut pratiquer un sport et aller à la piscine en utilisant un tampon.

Coordonnées des centres de planning familial sur le site [www.isis-info.ch](http://www.isis-info.ch)

Association professionnelle des conseillères et conseillers en santé sexuelle et reproductive, 2010. Membre de PLANeS, Fondation suisse pour la santé sexuelle et reproductive.