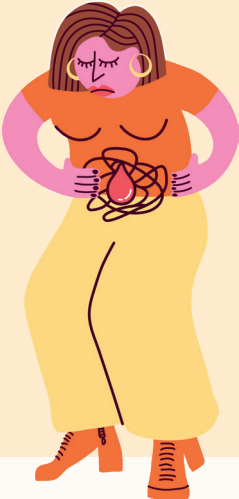


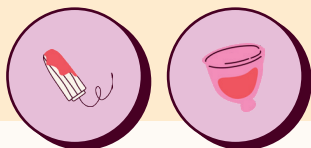
Quels sont les symptômes ?

Ils sont variés et apparaissent pendant les règles, ils peuvent se présenter seuls ou de manière simultanée :

- 🔥 fièvre soudaine ($> 38,9^{\circ}$)
- 🔥 vomissements
- 🔥 sensation de malaise avec mal de tête
- 🔥 diarrhées
- 🔥 éruption cutanée ressemblant à un coup de soleil



Les symptômes peuvent évoluer rapidement ($< 48h$).



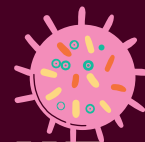
Faut-il arrêter les tampons ?

NON, l'utilisation du tampon ou de la cup en respectant les conditions optimales n'est pas dangereuse.

Je peux aussi en parler avec mon/ma gynécologue, médecin généraliste ou sage-femme si j'ai des questions ou des doutes.



SYNDROME DU CHOC TOXIQUE COMMENT LE PRÉVENIR ?



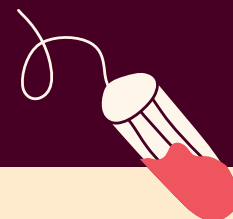
Le guide par



**RÈGLES
ÉLÉMENTAIRES**

et le

Collège de Gynécologie Médicale
Marseille-Provence



Le Syndrome du Choc Toxique, c'est quoi ?

Le syndrome du choc toxique menstruel (SCTM) est une maladie infectieuse rare. En France, elle touche 20 personnes par an. Lorsqu'elle survient, c'est pendant les règles et souvent suite à une erreur d'utilisation des tampons ou de la cup menstruelle. Elle peut être dangereuse si elle n'est pas reconnue et prise en charge à temps.



Le SCTM est causé par une bactérie : le staphylocoque doré, naturellement présent sur la peau, dans le nez et dans le vagin. **Lorsque le sang stagne dans le vagin, certains staphylocoques dorés peuvent se multiplier** et produire une toxine qui, si elle reste trop longtemps dans le vagin, pourra passer dans le sang et provoquer la maladie.



Est-ce que tout le monde est concerné ?

Non, **seulement 1% des personnes** sont porteuses d'un staphylocoque doré produisant la toxine et ne sont pas immunisées contre elle.

Le SCTM se produit alors uniquement quand on porte des **protections internes** (tampons ou cups menstruelles). Quand on porte des protections externes (serviettes ou culottes menstruelles), le SCTM ne peut pas se produire.

COMMENT LE PRÉVENIR ?

- 🔥 Changer de protection **toutes les 4h**
- 🔥 Se laver des mains avant et après la pose, à chaque pose
- 🔥 Ne jamais dormir la nuit avec un tampon ou une cup
- 🔥 Mettre une seule protection interne à la fois
- 🔥 Ne pas oublier d'enlever le tampon usagé avant d'en remettre un autre
- 🔥 Stériliser la cup menstruelle avant chaque utilisation
- 🔥 Ne pas utiliser de tampon ou de cup avant ou après les règles (préférer les protections externes en prévention)
- 🔥 Ne pas utiliser de tampons ou de cups pendant 15 jours après une IVG, et pendant 1 mois après un accouchement

