

# Sage-femme : Zoom sur le métier le plus beau au monde

*Le métier de sage-femme est un métier crucial dans le domaine de la santé, en particulier en Afrique. Les sage-femmes sont des professionnels de la santé qui accompagnent les femmes tout au long de leur grossesse, de leur accouchement et de la période postnatale. En plus d'être des professionnels de la santé, les sage-femmes sont également des conseillers, des éducateurs et des défenseurs des droits des femmes en matière de santé reproductive.*



L'importance du métier de sage-femme en Afrique est particulièrement cruciale, car l'Afrique est l'un des continents les plus touchés par la mortalité maternelle et infantile. Selon l'Organisation mondiale de la santé (OMS), plus de 500 000 femmes meurent chaque année dans le monde des complications liées à la grossesse et à l'accouchement, dont la plupart se produisent en Afrique subsaharienne. La plupart

de ces décès pourraient être évités grâce à une meilleure accessibilité aux soins prénataux, à des accouchements assistés par des professionnels de la santé et à des soins postnataux de qualité.

Les sage-femmes sont des professionnels de la santé qui peuvent aider à réduire la mortalité maternelle et infantile en Afrique en offrant des soins de qualité aux femmes enceintes, aux mères et aux nouveau-nés. Les sage-femmes sont formées pour identifier et gérer les complications liées à la grossesse et à l'accouchement, et pour fournir des soins de qualité aux femmes tout au long du processus de la reproduction.

Les sage-femmes peuvent également jouer un rôle crucial dans la lutte contre les mutilations génitales féminines (MGF) et les mariages précoces, qui sont deux pratiques courantes en Afrique et qui ont un impact négatif sur la santé reproductive des femmes et des filles. Les sage-femmes peuvent aider à sensibiliser les communautés à l'importance de la santé reproductive et à lutter contre ces pratiques nocives.

Malheureusement, en Afrique, le métier de sage-femme est souvent sous-estimé et mal rémunéré. Les sage-femmes sont souvent mal équipées et manquent de ressources pour fournir des soins de qualité aux femmes. En outre, les femmes africaines sont souvent confrontées à des obstacles financiers, géographiques et culturels qui entravent leur accès aux soins de santé reproductive.

Il est donc crucial que les gouvernements et les partenaires internationaux investissent dans la formation et la reconnaissance des sage-femmes en Afrique, ainsi que dans l'amélioration de l'accessibilité et de la qualité des soins de santé reproductive pour les femmes. Les sage-femmes doivent être reconnues comme des professionnels de la santé à part entière, avec une rémunération et des conditions de travail justes.

Le métier de sage-femme est d'une grande importance pour la santé reproductive des femmes en Afrique et dans le monde entier. Les sage-femmes sont des professionnels de la santé qualifiés qui peuvent aider à réduire la mortalité maternelle et infantile, à prévenir les mutilations génitales féminines et les mariages précoces, et à améliorer l'accès aux soins de santé reproductive pour les femmes.

**Megan Valère SOSSOU**

---

## **La crampe menstruelle : Comment soulager les douleurs ?**

*C'est une expérience commune et souvent désagréable pour de nombreuses femmes. Il s'agit des crampes menstruelles. Elles sont généralement ressenties comme une douleur dans le bas-ventre ou dans le dos, et peuvent être accompagnées d'une sensation de tension ou de pression dans la région pelvienne.*



Bien que les crampes menstruelles puissent varier en intensité

et en durée, elles sont souvent décrites comme des douleurs lancinantes et ennuyeuses qui peuvent rendre les activités quotidiennes difficiles pendant les jours de menstruation. Les spécialistes expliquent les crampes menstruelles par des contractions de l'utérus qui se produisent pendant la menstruation. Ces contractions sont déclenchées par des niveaux élevés de prostaglandines, des hormones produites par l'utérus qui aident à stimuler les contractions musculaires nécessaires pour éliminer le sang menstruel.

Cependant, lorsque les niveaux de prostaglandines sont trop élevés, cela peut causer des contractions plus intenses et plus douloureuses. Selon Florence ADOHINZIN, Sage femme, les femmes qui souffrent des crampes menstruelles se plaignent fréquemment des courbatures, des douleurs au niveau de l'estomac, du bas de dos et au niveau des cuisses.

En effet, les symptômes des crampes menstruelles peuvent varier d'une femme à l'autre, mais certains signes courants comprennent des douleurs dans le bas-ventre ou dans le dos, une sensation de gonflement ou de ballonnement, des nausées et des vomissements, des maux de tête et des vertiges. Ces symptômes peuvent également varier en intensité, allant d'une légère douleur à une douleur intense qui peut empêcher les femmes de vaquer à leurs occupations quotidiennes.

## **Y a t-il des solutions ?**

A en croire les spécialistes, il existe plusieurs moyens pour les femmes de soulager les crampes menstruelles. L'un des moyens les plus courants est de prendre des analgésiques en vente libre tels que l'ibuprofène ou l'acétaminophène. Ces médicaments peuvent aider à réduire l'inflammation et à soulager la douleur. Les femmes peuvent également essayer de se détendre en prenant un bain chaud, en utilisant une bouillotte ou un coussin chauffant, ou en pratiquant des exercices de relaxation tels que le yoga ou la méditation.

Florence ADOHINZIN, recommande aux femmes de faire attention à

leur alimentation et à leur hydratation pendant la menstruation. « *Je leur conseillerais d'être moins stressées, de contrôler leur alimentation quand elles tendent vers cette période* » .

Les aliments riches en graisses saturées et en sel peuvent contribuer à l'inflammation et aggraver les crampes menstruelles. Les femmes doivent donc privilégier les aliments riches en nutriments tels que les fruits, les légumes et les grains entiers, ainsi que boire suffisamment d'eau pour rester hydratées.

Toutefois, les crampes menstruelles peuvent être un signe d'un trouble médical sous-jacent tel que l'endométriose ou des fibromes utérins. Si les crampes menstruelles sont sévères, récurrentes ou accompagnées d'autres symptômes tels qu'une fièvre ou une douleur intense, les femmes doivent consulter leur médecin pour un examen et un diagnostic appropriés.

***Évelyne KADJA***

---

## **Liste des candidats admissibles au concours de recrutement au CHD Zou-Collines**

La liste des candidats admissibles au concours de recrutement au Centre Hospitalier Départemental du Zou et des Collines est sortie. Les candidats sont invités dès lors audit centre le vendredi 25 Février 2022 à 7heures 30 min pour y subir les épreuves pratiques et ou orales.

Il s'agit des noms suivants :

**CORPS : MEDECINS GENERALISTES**

N° D'ORDRE	NUMERO DE TABLE	NOM ET PRENOMS
1	MDE 005	FALADE ADEYEMI SYLVIO BERENGER
2	MDE 003	COTOMALE BIGNON JUSTE GLORIA
3	MDE 012	LAWANI KABIRATH AWERO
4	MDE 016	SALAMI OMM ANI MORAYO
5	MDE 007	HOUNLIHO HOUNMENOU KEVIN

**CORPS : TECHNICIENS SUPERIEURS DE LABORATOIRE**

N° D'ORDRE	NUMERO DE TABLE	NOM ET PRENOMS
1	TSL 079	GAHOU MARTINE AUREORE
2	TSL 009	ADJITCHEBOUTOU MODUPE DEBORA
3	TSL 008	ADJABA YELIAN CHRISTIAN
4	TSL 133	SOHOUNME MAHUSSE RAYMOND
5	TSL 107	HOUNTON SEDAMINOU JOIDIE

**CORPS : TECHNICIENS SUPERIEURS DE L'ACTION SOCIALE**

N° D'ORDRE	NUMERO DE TABLE	NOM ET PRENOMS
1	TSAS 003	DOVOYEDO FIFAME REINE NADEGE
2	TSAS 004	GANYHESSOU MAHUGNON GILDAS
3	TSAS 002	BOVIS AREL ERIC DOHO
4	TSAS 001	ADJO SENA ERIC
5	TSAS 005	OKOUNDE FLORENCE GRACE MARIE EDJE

**CORPS : ASSISTANTS DES SERVICES FINANCIERS**

<b>N° D'ORDRE</b>	<b>NUMERO DE TABLE</b>	<b>NOM ET PRENOMS</b>
1	ASF 001	ABALLO T. W. J. M. EDISONNH
2	ASF 004	ADANDEDJAN CHRISTELLE T.
3	ASF 006	AGONGNON ROMULUS SAMUEL B.
4	ASF 007	AGOSSOU DEBORA H. L.
5	ASF 009	AHEHEHINNOU D. A. ROSETTE HERMINE
6	ASF 011	AKPE A. THERESE
7	ASF 013	ASSAVEDO N.N. ARIELLE
8	ASF 014	AVADJA HOUGBETODE P.ESPOIR FLEURY
9	ASF 015	AZONNOUDO H. P. VIANNEY
10	ASF 018	DOSSA Y. AGATHE
11	ASF 019	GNANWO RHUTH
12	ASF 020	GOUDOU O. PEGGY
13	ASF 021	GOUGNI CENDRINE
14	ASF 026	KASSIEN NADEGE ELEONORE
15	ASF 027	KOTIN M. FIDELE
16	ASF 028	KPOVIESSI JESUGO SHEME
17	ASF 030	PADONOU IBELDA MARIE SHELLA
18	ASF 032	SALANON D. ALEXANDRE
19	ASF 036	TOSSOU S. ENAGNON
20	ASF 037	YAKPETCHOU S. AURIO-JUSTE

**CORPS : CONTROLEURS D'ACTION SANITAIRE/IDE**

<b>N° D'ORDRE</b>	<b>NUMERO DE TABLE</b>	<b>NOM ET PRENOMS</b>
1	CAS 027	DANSIGA N. S. MURIELLE
2	CAS 030	DJOSSOU S. JEAN DE DIEU
3	CAS 005	AGBIDIME CECILE
4	CAS 038	HONDAGNI SATTI CONSTANT
5	CAS 024	BOSSOU MODESTINE
6	CAS 007	AGUEMON D. ELISABETH
7	CAS 036	FAGNIHOUN M. ROLAND
8	CAS 014	ALLANTO ALICE
9	CAS 023	BEHANZIN FIRMINE
10	CAS 040	KOUHOSSOUNON M. F. PRISCA
11	CAS 009	AHOSSI VICTOR
12	CAS 013	AIMAHOU S. ROSEMONDE
13	CAS 029	DJOKPE A. SYLVESTRE
14	CAS 031	DOONOU HYPOLITE
15	CAS 052	ZALE Y. GERARD
16	CAS 053	ZINGBE F. AURELIEN
17	CAS 034	DOSSOU M. I. ESTELLE
18	CAS 051	TCHOGOU ADOUNDO
19	CAS 003	ADESSE E. GRATIEN

**CORPS : AUXILLIAIRE DE PHARMACIE**

N° D'ORDRE	NUMERO DE TABLE	NOM ET PRENOMS
1	APH 032	SANNY Z. P. RACHELLE
2	APH 019	FIOGBE TOBI
3	APH 003	ADINSI H. FERDINAND
4	APH 029	LANMANTCHION S. N. RUTH
5	APH 023	HLOUIN E. FINAGNON
6	APH 012	AWANOU M. ROSE
7	APH 017	DJIGBODJAFE S. L. NATHACHA
8	APH 033	SESSI A. AUDREY
9	APH 030	LEY S. ALICE
10	APH 037	TOMETIN ESTELLE

**CORPS : TECHNICIENS D'HYGIENE ET D'ASSAINISSEMENT**

N° D'ORDRE	NUMERO DE TABLE	NOM ET PRENOMS
1	THA 023	HOUNDJO MICHEL
2	THA 034	SOWADAN A. CESAR
3	THA 002	SEHONOU CONSTANCE
4	THA 026	LOKOU D. ELODIE
5	THA 035	TANHOUNNON THOMAS
6	THA 036	TOHOU HERVE

**CORPS : SECRETAIRES DES SERVICES ADMINISTRATIFS**

N° D'ORDRE	NUMERO DE TABLE	NOM ET PRENOMS
1	SSA 004	ADOUKONOU GLAGLADJI I. H. MAHOUGNON
2	SSA 005	BEHANZIN G. H. J. MONELLE
3	SSA 003	MIGAN A. I. LIDWINE
4	SSA 009	KOCOU Y. MONIQUE
5	SSA 012	YEHOUN S. DOLIANE

**CORPS : SECRETAIRES ADJOINTS DES SERVICES ADMINISTRATIFS**

N° D'ORDRE	NUMERO DE TABLE	NOM ET PRENOMS
1	SASA 001	KASSIMOU FAOUZIATH
2	SASA 003	QUENUM M. P. RUTH
3	SASA 002	SAVI H. CHRISTELLE

**CORPS : PREPOSES DES SERVICES ADMINISTRATIFS**

N° D'ORDRE	NUMERO DE TABLE	NOM ET PRENOMS
1	PSA 018	GUEDEGBE S. D. A. MARIE
2	PSA 014	GBESSI M. S. GHISLAIN
3	PSA 001	ADJOUHON P. P. IBIDOU
4	PSA 004	AHOUANOGBO GRACE
5	PSA 020	KENOU ANASTHASIE
6	PSA 015	GBEWA H. RUFIN

7	PSA 027	ZOBLATIN AUBIERGE
8	PSA 019	HOUETCHEKPO S. P. JUDITH
9	PSA 010	ALLADAYE Z. ARNAUD
10	PSA 024	SALANON KPODE M. BRICE

### CORPS : AIDES SOIGNANTS

N° D'ORDRE	NUMERO DE TABLE	NOM ET PRENOMS
1	AS 005	ADOMADA ELIE
2	AS 007	AFFOKPE A. SENA
3	AS 010	AGBETO S. FRANCINE
4	AS 012	AGBOKPE CHIMENE
5	AS 019	AHOUISSOU ABEL
6	AS 024	ALIGONOU CANISSIUS
7	AS 025	ALLAGBE A. ANNE-MARIE
8	AS 028	ASSENOUKON M. LEONIE
9	AS 034	BELLO NAFISSATOU
10	AS 036	BOKO FIFONSI
11	AS 046	DODOMETIN LAURETTE MARINESSE
12	AS 062	GBEGNON FLAVIEN TOGNINOU
13	AS 065	GBETCHESSOU NOE MAHUNA
14	AS 069	GNANHLO F. FIFONSI
15	AS 073	HEDJE F. CHIMENE
16	AS 080	HOUEHOU H. C. BLANCHE
17	AS 089	HOUNSINOU S. ALAIN
18	AS 105	NOUDAKOUNOU FLAMINE
19	AS 107	SAKITI FINAFA EDMOND
20	AS 114	SOLOTE A. GLORIA

Les intéressés sont priés de se présenter au **Centre Hospitalier Départemental du Zou et des Collines** sise à **Abomey** le **vendredi 25 février 2022 à 7 heures 30 minutes** en vue de prendre part aux épreuves pratiques et/ou orales.

Ils devront se munir de leur pièce d'identité en cours de validité.



Le Directeur du CHD/Z-C,

**Darius GOUNFLE**