

Pourquoi cette fiche : un rendez-vous dure quinze minutes. Ce qu'on prépare avant décide de ce qu'on arrive à dire pendant. Cette fiche ne vous dit pas quoi demander — elle vous aide à poser vos questions et à ce qu'elles soient entendues.

1. Avant le rendez-vous

- **Écrivez la chronologie.** Quelques lignes suffisent : quand c'est apparu, comment ça a évolué, où vous en êtes aujourd'hui.
- **Notez ce que vous ne pouvez plus faire.** Trois ou quatre gestes précis du quotidien.
- **Rassemblez ce que vous avez déjà.** Comptes rendus, courriers, résultats — même anciens, même s'ils vous semblent sans rapport.
- **Venez accompagnée si vous le pouvez.** Être deux aide à retenir ce qui a été dit, et à le redire ensuite.

2. Les questions que vous pouvez poser

- « Est-ce que ce que je décris peut avoir un lien avec ma grossesse ou avec l'allaitement ? »
- « Y a-t-il un examen qui permettrait d'y voir plus clair ? »
- « Vers quel spécialiste puis-je être orientée ? »
- « Pouvons-nous noter cette question dans mon dossier, pour y revenir au prochain rendez-vous ? »

3. Si vous n'êtes pas entendue

- **Demandez que ce soit écrit.** Faire noter votre question dans le dossier laisse une trace, et permet d'y revenir.
- **Un second avis est un droit.** Le demander ne remet pas en cause votre médecin, et n'a pas à être justifié.
- **Écrivez-nous.** Nous ne donnons pas d'avis médical, mais nous pouvons vous mettre en lien avec des femmes passées par là.

Une question, un besoin d'orientation ?

contact@ogpp.fr

Cette fiche ne pose aucun diagnostic. Elle rassemble ce que des femmes touchées nous ont décrit et ce qui les a aidées à se faire entendre. Elle ne remplace pas un avis médical : chaque situation est différente, et seul un professionnel qui vous examine peut vous orienter. L'association ne dispose pas de comité scientifique.