

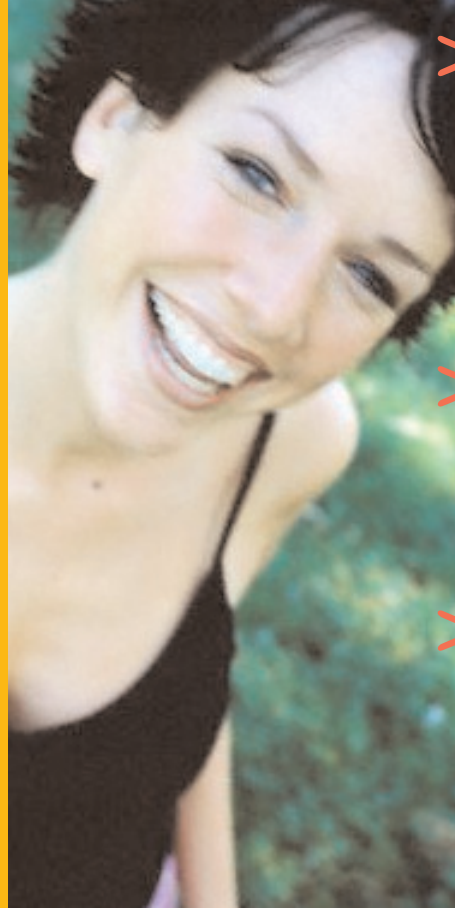


## > Principaux modes de contraception

*(Texte d'intro sur les principaux modes de contraception)*

*Lorem ipsum dolor sit amet, consetetur sadipscing elitr, sed diam nonumy eirmod tempor invidunt ut labore et dolore magna aliquyam erat, sed diam voluptua. At vero eos et accusam et justo duo dolores et.*

- > Contraception Hormonale Estroprogestative
- > Contraception Progestative
- > Contraception Non Hormonale



### > Contraception Hormonale Estroprogestative

Ces méthodes contraceptives contiennent un estrogène (éthinyloestradiol) et un progestatif (variable selon les produits). Leur mode d'action repose sur les 3 verrous contraceptifs ce qui en fait une contraception fiable : inhibition de l'ovulation, épaissement de la glaire cervicale et modification de l'endomètre.

### > Contraception Progestative

Ces méthodes contraceptives contiennent uniquement un progestatif variable selon les produits. On dispose de 3 voies d'administration avec des durées d'utilisation et des modes d'action différents selon les produits.




### > Contraception Non Hormonale

Les contraceptifs non hormonaux ont un mode d'action uniquement local et n'inhibent pas l'ovulation. De fait, excepté pour les DIU au cuivre, leur efficacité est moindre.





## > Contraception Hormonale Estroprogestative (on distingue aujourd'hui 3 voies d'administration)

	Voie d'administration	Posologie usuelle	En initiation de traitement	En relais d'une autre contraception estroprogestative	Conseils d'utilisation	Limites d'efficacité contraceptive
<p><b>La pilule contraceptive</b></p> 	Voie orale	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Plaquette de 21 comprimés</b> 1 comprimé par jour pendant 21 jours consécutifs suivis de 7 jours d'arrêt entre 2 plaquettes</li> <li>ou</li> <li>• <b>Plaquette de 28 comprimés</b> (schéma continu) 1 comprimé par jour pendant 28 jours consécutifs sans arrêt entre 2 plaquettes</li> </ul>	1 <sup>er</sup> comprimé à prendre le 1 <sup>er</sup> jour des règles.	Prendre le 1 <sup>er</sup> comprimé après l'arrêt de 7 jours si la précédente plaquette contenait 21 comprimés et sans intervalle si elle en contenait 28 (schéma continu).	Prendre régulièrement et dans l'ordre les comprimés sans aucun oubli jusqu'à fin de la plaquette.	<p><b>Oubli du comprimé inférieur à 12 heures, l'efficacité contraceptive persiste :</b> prendre le comprimé immédiatement et poursuivre le traitement normalement. Au-delà de 12 heures, l'efficacité contraceptive n'est plus assurée, consultez la notice du produit.</p>
<p><b>Le patch contraceptif</b></p> 	Voie transdermique	<p>1 patch par semaine pendant 3 semaines puis 1 semaine sans patch.</p> <p>Changement du patch toujours le même jour de la semaine "jour de changement" habituel.</p>	Coller le 1 <sup>er</sup> patch le 1 <sup>er</sup> jour des règles.	Coller le 1 <sup>er</sup> patch le 1 <sup>er</sup> jour des règles.	Appliquer le patch sur un des 4 sites d'application au choix : abdomen, fesse, torse (partie supérieure) ou bras (face extérieure). Ne pas appliquer sur les seins. Appuyer fermement sur le patch avec la paume de la main pendant 10 secondes en veillant à ce que les bordures adhèrent bien.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Oubli du changement hebdomadaire du patch inférieur à 48 heures, l'efficacité contraceptive persiste :</b> coller immédiatement un nouveau patch et poursuivre sans modifier le « jour de changement » habituel. Au-delà de 48 heures, l'efficacité contraceptive n'est plus assurée, consultez la notice.</li> <li>• <b>En cas de décollement partiel ou total, inférieur à 24 heures, l'efficacité contraceptive persiste :</b> réappliquer le même patch au même endroit ou remplacer par un nouveau patch. Au-delà de 24 heures, l'efficacité contraceptive n'est plus assurée, consultez la notice.</li> </ul>
<p><b>L'anneau vaginal contraceptif</b></p> 	Voie vaginale	1 anneau vaginal pendant 3 semaines suivi d'1 semaine d'arrêt.	Insérer l'anneau le 1 <sup>er</sup> jour des règles.	Insérer l'anneau au plus tard le jour suivant l'intervalle habituel sans comprimé ou sans patch ou le jour suivant le dernier comprimé placebo si plaquette de 28 comprimés (schéma continu).	<p>Vérifier régulièrement la présence de l'anneau.</p> <p>En cas d'expulsion le rincer à l'eau froide voire tiède puis le réinsérer immédiatement.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Oubli du changement de l'anneau inférieur à 1 semaine, l'efficacité contraceptive persiste :</b> le retirer pour la semaine d'interruption et reprendre le traitement normalement. Au-delà d'une semaine d'oubli l'efficacité contraceptive peut être réduite, consultez la notice.</li> <li>• <b>En cas d'expulsion ou de retrait de moins de 3 heures, l'efficacité contraceptive persiste :</b> réinsérer l'anneau. Au-delà de 3 heures, l'efficacité contraceptive n'est plus assurée, consultez la notice.</li> </ul>





## > Contraception Progestative



### Pilule microdosée continue



Voie d'administration

Voie orale

mode d'action

Épaississement de la glaire cervicale. Inhibition de l'ovulation uniquement avec le produit contenant du désogestrel.

Posologie usuelle

1 comprimé par jour à la même heure sans interruption pendant 28 jours. Ne pas faire de pause entre 2 plaquettes (schéma continu).

Conseils pratiques

- **Oubli du comprimé de moins de 3 heures, l'efficacité contraceptive persiste :** prendre le comprimé oublié et poursuivre le traitement en prenant le comprimé suivant à l'heure habituelle. Au-delà de 3 heures, l'efficacité contraceptive n'est plus assurée, consultez la notice du produit.
- Uniquement pour le produit contenant du désogestrel, ce délai est allongé à 12 heures.

### DIU hormonal



Insertion intra-utérine

Inhibition de la prolifération de l'endomètre, épaississement de la glaire cervicale, et inhibition de l'ovulation chez quelques femmes.

Insertion d'un DIU dans la cavité utérine par un médecin pour une durée de 5 ans.

Il est souhaitable de vérifier régulièrement la présence des fils au niveau du col de l'utérus. **Il faut faire un contrôle gynécologique annuel.**



### Implant



Insertion sous-cutanée

Inhibition de l'ovulation et épaississement de la glaire cervicale.

Insertion sous la peau de l'implant par un médecin pour une durée de 3 ans.

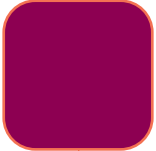
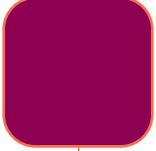

Il est préférable de revenir pour un contrôle médical 3 mois après l'insertion puis de faire un contrôle gynécologique chaque année.





## > Contraception Non Hormonale



	Voie d'administration	mode d'action	Posologie usuelle	Conseils pratiques
<b>DIU au cuivre</b> 	Insertion intra-utérine	Le cuivre provoque une réponse inflammatoire locale qui empêche la fécondation de l'ovule par le spermatozoïde. De plus cette inflammation rend l'endomètre impropre à la nidation.	Insertion du DIU dans la cavité utérine par un médecin pour une durée de 5 ans.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Il est souhaitable de vérifier régulièrement la présence des fils au niveau du col de l'utérus. Il faut faire un contrôle gynécologique annuel.</li> <li>• La prise de médicaments anti-inflammatoires (par exemple : certains traitements de la douleur et de la fièvre) peut diminuer l'efficacité contraceptive.</li> </ul>
<b>Préservatif masculin</b> 	Voie locale	Retient le sperme et empêche donc la fécondation.	Mettre le préservatif sur le pénis en érection avant chaque pénétration. Usage unique.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Le préservatif prévient également les Infections Sexuellement Transmissibles (ex : Sida).</li> <li>• L'efficacité du préservatif dépend du respect de son mode d'emploi, consultez la notice.</li> </ul>
<b>Spermicides</b> 	Voie vaginale  ovules, capsules, éponges ...	Le spermicide détruit les spermatozoïdes et empêche ainsi la fécondation.	<b>Ovules, capsules :</b> placer le spermicide au fond du vagin 5 à 10 minutes avant le rapport en position allongée. La protection est de 4 heures. <b>Eponges :</b> placer le spermicide au fond du vagin juste avant le rapport. La protection est de 24 heures.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Après les rapports, une toilette externe immédiate à l'eau pure est possible mais on attendra 2 heures au moins pour faire une toilette vaginale à l'eau pure.</li> <li>• L'éponge pourra être retirée au plus tôt 2 heures après le dernier rapport et au plus tard 24 heures après sa mise en place.</li> </ul>

