

Vrai ou Faux : La contraception

Fiabilité et types de contraception

1.

Les contraceptions sont-elles toutes aussi fiables ?

La fiabilité des méthodes contraceptives varie en fonction de la méthode utilisée et de la manière dont elle est utilisée. Par exemple, les stérilets (dispositifs intra-utérins) et les implants ont un très faible taux d'échecs, tandis que les méthodes comme le préservatif ou la pilule nécessitent une utilisation correcte pour être efficaces.

Les méthodes dites « naturelles » sont moins fiables de manière générale.

2.

Puis-je arrêter le préservatif si j'ai une contraception ?

Oui mais il est important de comprendre que la pilule ne protège pas contre les infections sexuellement transmissibles (IST). **Le dépistage des IST** se fait au laboratoire et consiste en une prise de sang (sida, hépatites, syphilis) et en un prélèvement vaginal (à la recherche de Gonocoque, chlamydia...), possible par auto-prélèvement.

Evidemment les deux partenaires sont concernés par ces dépistages !

3.

La contraception est-elle réservée aux femmes ?

Non, la contraception n'est pas uniquement une affaire de femmes. Il existe également des méthodes contraceptives **pour les hommes**, comme le **préservatif** ou la **vasectomie**.

Les méthodes thermiques seraient efficaces en cas de respect du protocole mais encore peu utilisées.

Méthodes spécifiques et contre-indications

4.

Le stérilet est-il réservé aux femmes ayant eu des enfants ?

Non, non et non ! Il n'est pas réservé aux femmes ayant déjà eu des enfants !

Il peut être utilisé par des femmes qui n'en ont pas, la plupart du temps on leur propose un stérilet de plus petite taille.

La pose se prépare en prenant des anti-douleurs en amont, et peut être facilitée si faite pendant les règles (car le col de l'utérus est plus ouvert) dans une relation de confiance entre la patiente et le professionnel.

5.

Existe-t-il des contre-indications à certaines hormones ?

Oui, il existe des contre-indications à certaines hormones : cardiovasculaires, thromboemboliques, antécédents de cancers hormono-dépendant, migraines avec aura ...

Le professionnel de santé s'assure de l'absence de contre-indication (ou de l'absence d'accumulation de facteurs de risque) avant de prescrire une contraception hormonale.

Effets sur le corps

6.

La pilule rend-elle stérile ?

Non, la pilule ne rend pas stérile. C'est un moyen de contraception temporaire. A l'arrêt de la pilule la fertilité revient à son niveau normal. Cependant, il peut y avoir un délai de quelques semaines avant que le cycle menstruel et l'ovulation se rétablissent.

7.

Les hormones peuvent-elles faire prendre du poids ?

Il est effectivement possible de prendre du poids sous l'effet de certaines hormones. Ces hormones peuvent augmenter la sensation de faim et donc ouvrir l'appétit. Toutefois cette prise de poids ne doit pas dépasser les 2-3 kg sinon il faut en reparler avec le professionnel de santé !

8.

Les hormones peuvent-elles baisser la libido ?

Oui, certaines méthodes contraceptives hormonales peuvent entraîner une baisse de libido. Cela dépend des types d'hormones et de la réponse propre à chaque femme.

9.

Les hormones peuvent-elles changer l'humeur ?

Parfois les hormones contenues dans certaines contraceptions peuvent influencer l'humeur. Certaines femmes peuvent éprouver des changements d'humeur, de l'irritabilité ou une hyper-émotivité ou même des symptômes dépressifs. Mais l'humeur s'améliore souvent après quelques mois, le temps que le corps s'habitue aux effets de ces hormones. Il est important de discuter de ces effets avec votre médecin ou sage-femme.

À savoir !

Les études ne montrent pas de lien direct systématique entre la prise de poids et les hormones. **Cela varie d'une femme à l'autre.**

11.

Quels sont les effets secondaires possibles suite à l'introduction d'hormones ?

Après le début de prise d'une contraception hormonale, il est fréquent d'observer des maux de tête, des nausées, des tensions mammaires, une fatigue inhabituelle... Mais il est important de persévérer car très souvent cela rentre dans l'ordre au bout de quelques semaines ! Encore une fois le corps doit s'habituer à ce changement.

10.

La pilule peut-elle améliorer l'acné ?

Oui, certaines pilules sont plus indiquées que d'autres en cas d'acné, et peuvent constituer une partie du traitement de l'acné.

Il faut savoir patienter entre 3 à 6 mois avant de voir les effets positifs sur la peau...

12.

Est-ce grave de ne plus avoir ses règles sous pilule ?

Non ! Certaines pilules à base de progestérone ont pour action de réduire l'épaisseur de la muqueuse utérine (ce qui saigne) et ont donc pour effet l'arrêt des règles au bout de 3 à 6 mois... Il s'agit simplement de la conséquence des hormones utilisées !

Même avec une pilule associant œstrogènes et progestérone il est possible d'enchaîner les plaquettes pour saigner moins souvent (ce n'est absolument pas dangereux ni mauvais pour le corps !)

Accès à la contraception

13.

Faut-il une autorisation de ses parents pour obtenir une contraception ?

Non, en France, depuis 2013, les jeunes filles de moins de 18 ans peuvent obtenir une contraception sans avoir besoin de l'autorisation de leurs parents. Toutefois, en parler avec un adulte de confiance est conseillé.

Les jeunes filles mineures peuvent obtenir la contraception, et bénéficier du secret sur l'ensemble du parcours contraceptif (Consultations, biologie, délivrance et prise en charge des contraceptifs à la pharmacie).

La pilule peut être introduite dès les premières règles si nécessaire, suite à une évaluation par le médecin ou la sage-femme qui prendra en compte plusieurs facteurs dont la croissance osseuse...



À savoir !

**La pilule n'est pas réservée aux femmes sexuellement active !
On utilise la pilule chez des jeunes filles qui ont de fortes douleurs de règles non soulagées par des anti-douleurs ou encore des règles irrégulières ou hémorragiques...**

Sources

has-sante.fr / inserm.fr / cngof.asso.fr / bmj.com / who.int

N'hésitez pas à prendre rendez-vous avec un de nos praticiens du centre émanéa le plus proche de chez vous !

Fiche rédigée en collaboration par les médecins des centres émanéa.