

# La Contraception

---

## Préservatif Féminin:

---

### Avantages:

- S'appliquer 8 heures avant un éventuel rapport sexuel.
- Protège mieux que le préservatif masculin pendant les règles.
- La taille unique s'adapte à toutes les formes de vagin.
- Être utilisé avec tous les types de lubrifiant, à base d'eau, de silicone, ou d'huile.

### Inconvénients:

- Le préservatif féminin plus chère que le préservatif masculin.
- Peut-être bruyant. Cela peut dépendre du mouvement du pénis dans le vagin ou de la position adoptée.
- Il est nécessaire de le tenir au moment de la pénétration.



- Source:  
<https://www.rtl.fr/actu/bien-etre/ce-qu-il-faut-savoir-sur-le-preservatif-feminin-7782900129>

## Préservatif Masculin:

### Avantages:

- Le préservatif masculin offre une excellente protection contre les infections sexuellement transmissibles, y compris l'infection par le virus du sida.
- L'efficacité du préservatif masculin comme moyen contraceptif dépend de sa bonne utilisation.
- les lubrifiants à base de glycérine ou de silicone peuvent être utilisés sans problème.

### Inconvénients:

- Les préservatifs masculins en latex sont déconseillés aux personnes allergiques au latex.
- Il y a un risque de glissement ou de déchirure du préservatif (environ 4 à 8,5 % pour les préservatifs en polyuréthane et 1,3 à 3,2 % pour les préservatifs en latex).
- Certains hommes sont gênés par la pose ou le port du préservatif masculin dans leurs sensations (diminution de sensibilité) ou leur perception érotique du rapport sexuel
- Il faut éviter d'ajouter du lubrifiant à l'intérieur du préservatif car cela augmente le risque qu'il glisse au cours du rapport sexuel.



- Source:  
<https://www.futura-sciences.com/sante/questions-reponses/sexualite-mettre-preservatif-693/>

## Spermicides:

### Avantages:

- Simples à utiliser et discrets.
- Disponible en pharmacie sans ordonnances médicale.
- Ils n'irritent pas la paroi du vagin (sauf utilisés de nombreuses fois/jours)
- Ils peuvent faire office de lubrifiant vaginal.

### Inconvénients:

- Relativement coûteux et non remboursés par l'Assurance Maladie.
- Reste peut efficaces s'ils sont utilisés seuls. Conseillé de les combiner aux préservatif, diaphragme ou à une cave cervicale.
- Ils imposent de ne pas prendre de douche ou de bain pendant les 6 à 8 heures.
- Protège pas contre les infections sexuellement transmissibles. Seuls les préservatif protège.



• Source:

<https://www.docteurcliv.com/encyclopedie/spermicides.aspx>

## Implant hormonal :

### Avantages:

- Efficacité élevée de jusqu'à 99 pour cent moins de sept jours de mise en place d'implant.
- Efficacité pendant trois années sans davantage d'intervention
- Facilement retiré dans la plupart des cas pour permettre à la grossesse de se produire naturellement
- Réduit le risque de maladie inflammatoire pelvienne dû au mucus cervical épais qui empêche des microbes de monter du vagin dans l'utérus
- Quelques femmes remarquent l'amélioration de l'acné suivant l'utilisation de l'implant

### Inconvénients:

- Il n'offre aucune protection contre sexuellement - des infections transmises
- La protection immédiate peut ne pas être procurable dans toutes les situations, et un autre mode de la contraception efficace doit alors être employé pendant au moins sept jours suivant la mise en place
  - Perturbation des règles normales
- Douleur à la poitrine dans 13 pour cent, ainsi qu'hypertrophie du sein, de l'écoulement de raccord, et des vulves de prurit
  - Douleur abdominale 11 pour cent

- Source:  
<https://www.franceinter.fr/societe/olivia-a-du-subir-une-thoracotomie-mon-implant-contraceptif-a-migre-de-mon-bras-a-mon-poumon>



## Interruption du coït:

---

### Avantages:

-Le coït interrompu a de grands avantages, car il ne nécessite aucun artifice, il est pratique et facilement disponible.

### Inconvénients :

-Certains hommes ont de la difficulté à détecter l'imminence de l'éjaculation et se retirent un petit peu trop tard ce qui semble être la plus grande cause d'échec.



- Source:  
[https://www.google.com/search?q=interrrompu+du+coit&rlz=1C1GCEU\\_frFR918FR918&hl=fr&sxsrf=AOaemvJZ7b-4W5MOMW5obtGS3B0D4dFBUg:1642159891800&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=2ahUKEwj3546okrH1AhWnxYUKHWNIArYQ\\_AUoA3oECAEQBQ&biw=1920&bih=969&dpr=1#imgrc=vdpe3NPHBoQ3RM](https://www.google.com/search?q=interrrompu+du+coit&rlz=1C1GCEU_frFR918FR918&hl=fr&sxsrf=AOaemvJZ7b-4W5MOMW5obtGS3B0D4dFBUg:1642159891800&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=2ahUKEwj3546okrH1AhWnxYUKHWNIArYQ_AUoA3oECAEQBQ&biw=1920&bih=969&dpr=1#imgrc=vdpe3NPHBoQ3RM)

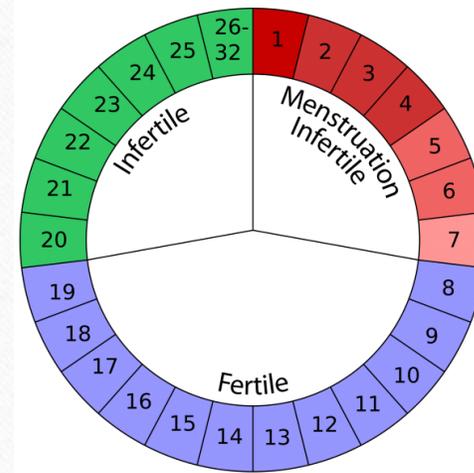
## Abstinence périodique:

### Avantages:

- Les méthodes peuvent être associées aux méthodes barrière (Préservatifs, Spermicides, Diaphragme)
  - Gratuité des méthodes.
  - Sans effet secondaire.
- Ne représente aucun risque pour la santé.

### Inconvénients:

- Ne protège pas contre les MST.
  - Jours d'abstinence très longs.
- Implique une parfaite connaissance du cycle et du corps féminin ainsi qu'une grande rigueur.
  - Nécessite d'un cycle très régulier.
  - Taux d'échec important.



- Source: <http://latribunedessemaines.fr/la-contraception-naturelle-catho-ou-ecolo/>

# Dispositif intra-utérin (stérilet):

## Avantages:

### **Stérilet en cuivre:**

- Le seul contraceptif à long terme sans hormone.
- N'augmente pas les risques de maladies thromboemboliques ou artérielles.
- N'a pas de conséquences sur l'évolution de la fertilité après son retrait.

### **Stérilet hormonal:**

- Réduit, voire supprime les règles douloureuses et abondantes.
- Efficace à 99%, taux supérieur à la pilule et au DIU au cuivre.
- Efficace deux jours après sa pose.
- Les risques d'effets secondaires hormonaux sont limités.

## Inconvénients:

### **Stérilet en cuivre:**

- Règles rallongées chez les utilisatrices des DIU au cuivre.
- Le partenaire peut sentir la présence des fils lors des relations sexuelles.
- Requièrent plusieurs rendez-vous chez le gynécologue.

### **Stérilet hormonal:**

- Peut provoquer les mêmes effets secondaires que les contraceptions contenant des progestatifs: Saignement répétés ou au contraire disparition des règles ce qui est sans gravité; prise de poids; poussée d'acné.



Source: <https://www.parlons-sexualites.fr/sterilet-diu/>

## Contraception orale:

### Avantages:

- C'est un des moyens contraceptifs les plus fiables
- Réduction de l'importance et de la durée des saignements
- Diminution de la douleur pendant les règles.

### Inconvénients:

- Elle peut réveiller les problèmes d'acné
- Elle peut favoriser une prise de poids chez certaines femmes prédisposées
- Elle peut entraîner des troubles des règles (saignement entre les règles, règles irrégulières, absence des règles)



- Source: <https://www.pourquoidocteur.fr/Articles/Question-d-actu/2121-Etat-des-lieux-de-la-contraception-orale>

## Stérilisation:

---

### Avantages:

- Elle est sans danger
- Sans effets secondaires ou presque
- Les taux annuels de grossesse y associés sont inférieurs à un pour cent par an.

### Inconvénients:

- Tiraillements, douleurs, sensation de gonflement.
- Douleurs à l'épaule et/ou à la poitrine, à cause du gaz carbonique utilisé pendant l'opération pour gonfler l'abdomen.
- Nausées, étourdissements. Réaction à l'anesthésie ou Infection.



- Source: <https://www.passeportsante.net/fr/Maux/examens-medicaux-operations/Fiche.aspx?doc=ligatures-trompes-operation-age-effet-sur-regles>