



Contraceptions

UE200A - SERVICE SANITAIRE

Santé sexuelle

4^{ème} année Industrie/Recherche

Cécile LARRAZET (MCU)

Définition

❑ « *Utilisations d'agents, de dispositifs, de méthodes ou de procédures pour diminuer la probabilité de conception ou l'éviter.* » OMS

❑ **Moyens :**

- Bloquer l'ovulation
- Empêcher la fécondation
- Empêcher l'implantation de l'œuf

❑ **Caractéristiques :**

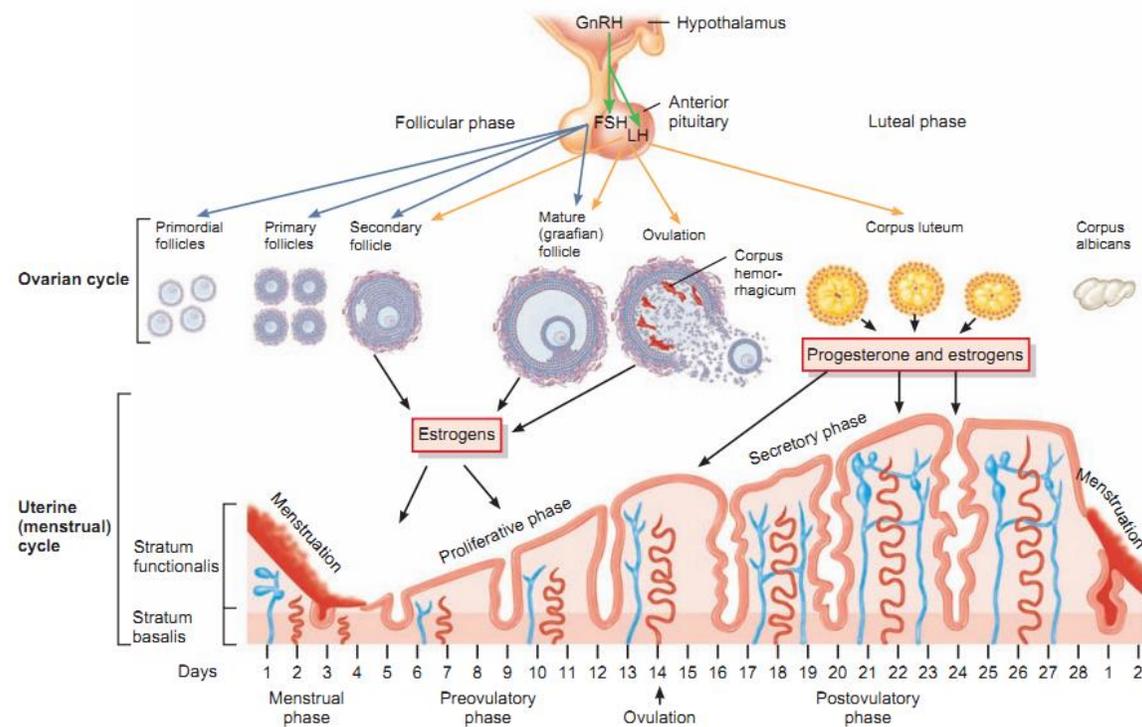
- Réversibles
- Temporaires



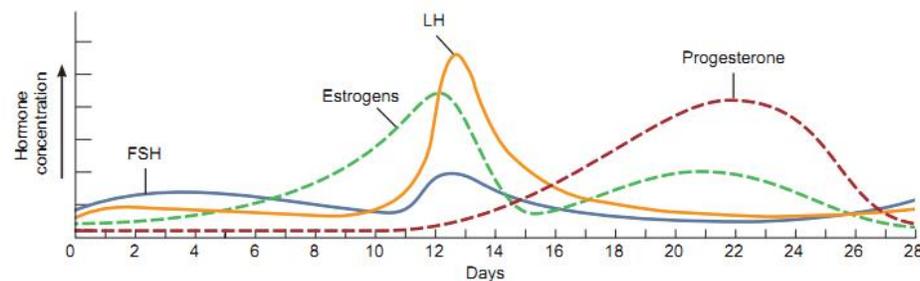
Quelques dates en France

- ❑ 1920 : interdiction de la provocation de l'avortement et de toute propagande anticonceptionnelle
- ❑ 1955 : mise au point de la première pilule contraceptive oestro-progestative (Dr Gregory PINCUS - USA)
- ❑ 1967 : autorisation de la contraception sur ordonnance/autorisation parentale (publicité interdite)
- ❑ 1974 : remboursement de la contraception orale et du stérilet
- ❑ 1975 : autorisation de l'IVG (« loi Veil »)
- ❑ 1991 : levée de l'interdiction de publicité sur tous les moyens contraceptifs
- ❑ 1999 : commercialisation de NORLEVO®
- ❑ 2000 : CU en vente libre en pharmacie
- ❑ 2001 : accès à la contraception pour les mineures sans autorisation parentale
- ❑ 2013 : « gratuité » de la contraception pour les 15-18 ans
- ❑ 2022 : « gratuité » de la contraception jusqu'à 25 ans
- ❑ 2023 : « gratuité » de la CU pour toutes les femmes, « gratuité » de préservatifs externes jusqu'à 25 ans
- ❑ 2024 : « gratuité » de préservatifs internes jusqu'à 25 ans

Rappels physiologiques : cycles ovarien et menstruel



(a) Hormonal regulation of changes in the ovary and uterus



(b) Changes in concentration of anterior pituitary and ovarian hormones

Les méthodes de contraception

Les différentes méthodes contraceptives

| | | |
|-----------------------|--|---|
| Hormonales | Œstrogène + Progestatif | Pilule contraceptive œstro-progestative  |
| | | Dispositif transdermique  |
| | | Anneau vaginal  |
| | Progestatif seul | Pilule contraceptive progestative  |
| | | Implant contraceptif  |
| | | Progestatifs injectables  |
| | | Dispositif intra-utérin hormonal  |
| Non hormonales | Dispositif intra-utérin au cuivre  | |
| | Préservatif externe  | |
| | Préservatif interne  | |
| | Spermicides  | |
| | Diaphragme et cape cervicale   | |

Les méthodes de contraception

Méthodes hormonales : les différentes formes

Progestatifs

Pilule



Implant
(3 ans)



Injection (IM)
(3 mois)



DIU hormonal
(5 ans)



Œstro-progestatifs

Pilule

- C1G, C2G, C3G, C4G
- Mono, bi, tri ou quadri-phasiques
- 21, 24 ou 28 cp



**Dispositif
transdermique**
(1 semaine)



Anneau vaginal
(3 semaines)



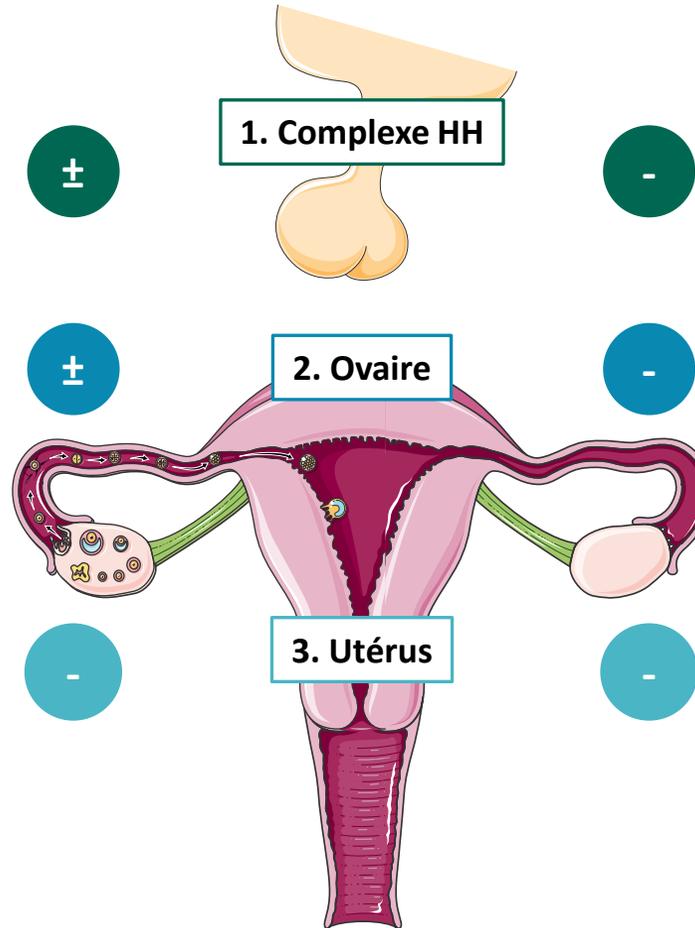
Les méthodes de contraception

Méthodes hormonales : mécanisme d'action

Progestatifs

1. Rétrocontrôle négatif variable

3. Atrophie de l'endomètre
3. Épaississement de la glaire cervicale



Œstro-progestatifs

1. Rétrocontrôle négatif
⇒ ↘ FSH et LH

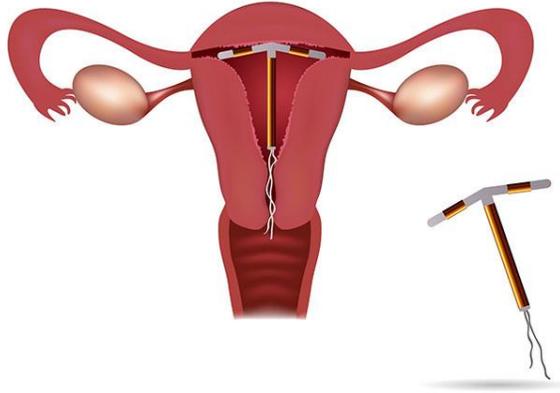
2. ∅ croissance folliculaire
∅ ovulation

3. Atrophie de l'endomètre
3. Épaississement de la glaire cervicale

Les méthodes de contraception

Méthodes non hormonales

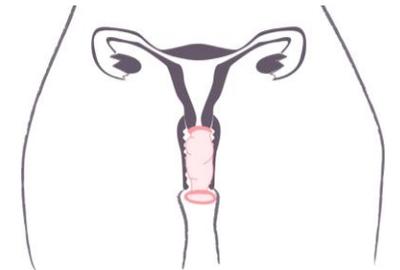
DIU au cuivre
(5 ans)



Cape cervicale
Diaphragme



Préservatifs
externes et internes



Prévention des IST !

Efficacité des contraceptions

Indice de Pearl

- Efficacité théorique
- Nombre de grossesses accidentelles / 100 femmes / an (%)
- « Efficace » si $< 1\%$

Efficacité pratique...

Innocuité

(Réversibilité)

Acceptabilité

Efficacité des contraceptions

| Méthode | Efficacité théorique (%) | Efficacité pratique (%) |
|-------------------------------|--------------------------|-------------------------|
| Implant (P) | 99,9 | 99,9 |
| DIU hormonal (P) | 99,8 | 99,8 |
| DIU au cuivre | 99,4 | 99,2 |
| Contraceptif injectable (P) | 99,7 | 94 |
| Anneau vaginal (EP) | 99,7 | 93 |
| Dispositif transdermique (EP) | 99,7 | 91 |
| Pilule (EP – P) | 99,7 | 91 |
| Diaphragme | 94 | 88 |
| Préservatif externe | 98 | 85 |
| Cape cervicale | 91 | 84 |
| Préservatif interne | 95 | 79 |
| Spermicides | 82 | 71 |

Les méthodes de contraception

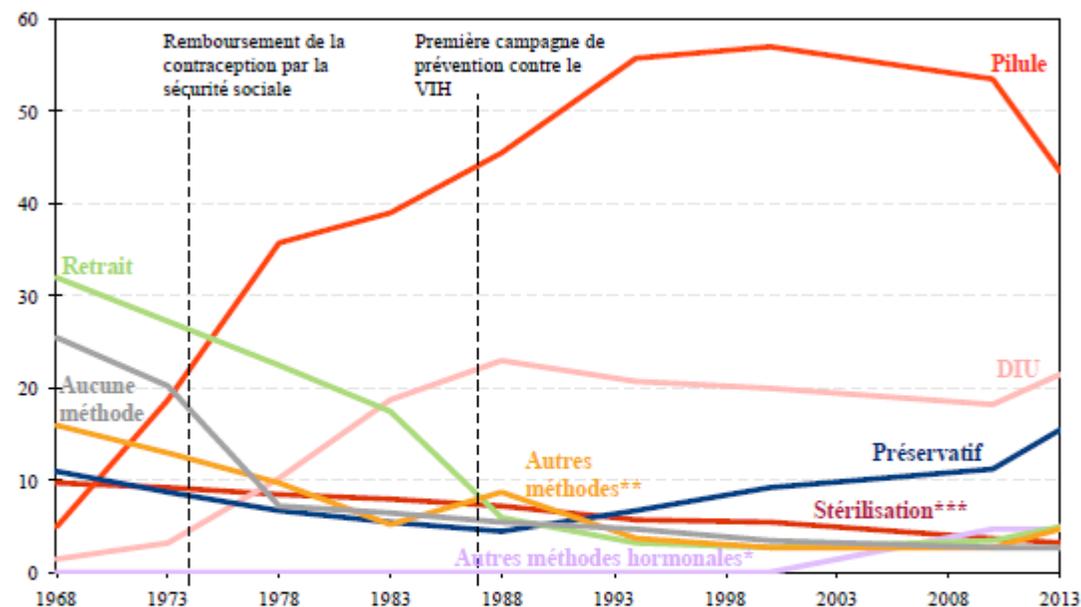
Méthodes « naturelles »

- ❑ **Définition** : méthodes qui visent à identifier la période de l'ovulation de manière à éviter d'avoir des rapports sexuels féconds à ce moment-là.

| Méthode | Efficacité pratique (%) | Efficacité théorique (%) |
|--|-------------------------|--------------------------|
| Retrait | 78 | 96 |
| Abstinence périodique (température, glaire cervicale, cycle, ...) | 75 | 94 |
| MAMA | 98 | 99,5 |

Quelques chiffres en France

Figure 2. Méthodes de contraception utilisées en France, 1968 - 2013



* Implant, patch, anneau vaginal

** abstinence périodique, méthodes locales, autre, NSP

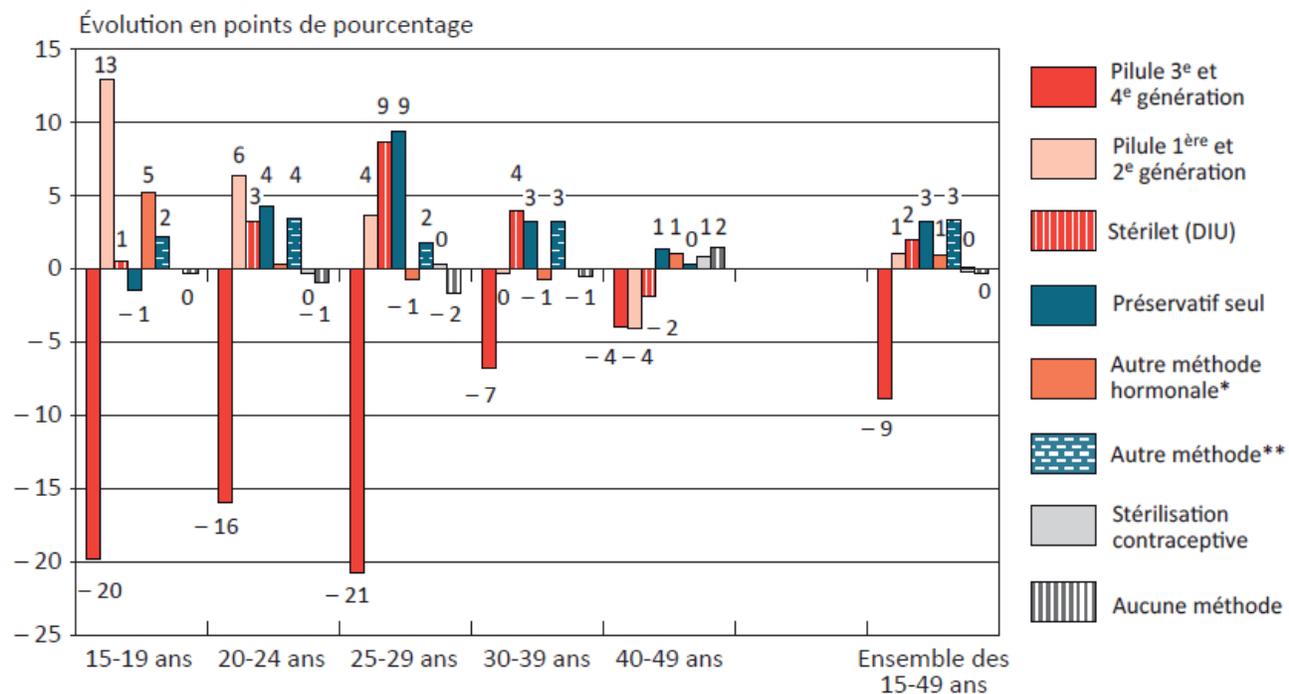
*** l'enquêtée ou son partenaire

M. Le Guen *et al.*, *Population et Sociétés* n° 549, Ined, novembre 2017

Champ : France métropolitaine. Femmes de 18 à 44 ans utilisant une méthode contraceptive ou n'en utilisant pas et n'étant ni stériles, ni enceintes, ayant des rapports sexuels et ne cherchant pas à concevoir.

Quelques chiffres en France

Figure 1. Évolution des méthodes de contraception utilisées en France entre 2010 et 2013 selon l'âge des femmes



* Implant, patch, anneau vaginal

**Retrait, abstinence périodique, méthode locale

(N. Bajos et al., *Population & Sociétés*, n°511, Ined, mai 2014)

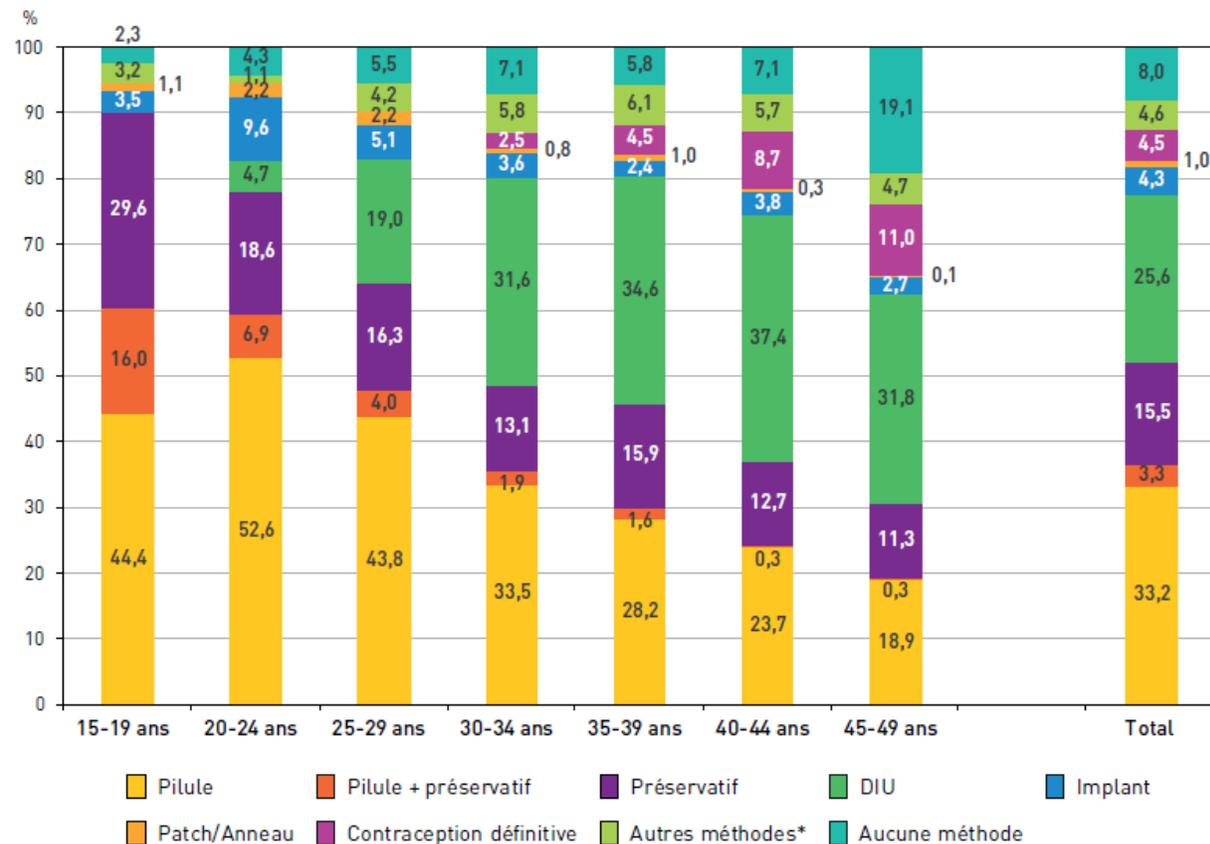
Source : Enquête *Fécond* (2013), Inserm-Ined.

Lecture : la proportion de femmes de 25-29 ans utilisant une pilule de 3^e ou 4^e génération a baissé de 21 points entre 2010 et 2013 (28 % en 2010 et 7 % en 2013).

Champ : femmes de 15-49 ans vivant en France métropolitaine, ni stériles, ni enceintes, ayant des rapports hétérosexuels et ne voulant pas d'enfant.

Quelques chiffres en France

FIGURE 1 | Méthodes de contraception utilisées en France en 2016 par les femmes concernées par la contraception selon leur âge



Champ : femmes de 15-49 ans résidant en France métropolitaine, non enceintes, non stériles, ayant eu une relation sexuelle avec un homme au cours des douze derniers mois et ne souhaitant pas avoir d'enfant.

* Cette catégorie comprend le diaphragme, la cape et les méthodes dites traditionnelles telles que la symptothermie, la méthode des températures et le retrait.

Source : Baromètre santé 2016, Santé publique France

L'accès à la contraception

❑ Consultation médicale

- Examen général (poids, taille, IMC, PA), CI ? IM ?
- Examens biologiques ±
- Examen gynécologique ±

❑ Prescription médicale

❑ Délivrance

❑ Prise en charge

- Contraceptifs remboursés : certaines pilules, DIU, implant, diaphragme
- Contraceptifs non remboursés : certaines pilules, patch, anneau, cape cervicale

❑ Contraception « gratuite » et anonyme pour les femmes de moins de 26 ans

- **Cs** : Cs médicale et examens de biologie 100 % pris en charge
- **Pharmacie** : 100 % prise en charge (si prise en charge) et secret de la délivrance
- **CSS** : consultation, prescription, délivrance, pose (DIU, implant)

❑ Délivrance gratuite et anonyme de préservatifs pour les moins de 26 ans en pharmacie

(5 références de préservatifs externes / 3 références de préservatifs internes)



Contraception hormonale : retards / oublis

❑ Délais \Rightarrow \searrow efficacité

- Contraceptifs oraux EP = 12h
- Contraceptifs oraux P : Microval = 3h / autres = 12h
- Dispositif transdermique = 24 h
- Anneau vaginal = 3 h

❑ Conduite à tenir



Si S3
NE PAS FAIRE ISH

Si rapport < 5 jours
CONTRACEPTION D'URGENCE
méthode barrière \rightarrow règles suivantes !

Que faire en cas d'oubli de pilule ?
Il faut réagir vite.

Nom de votre pilule : _____

Votre plaquette contient des comprimés inactifs : oui non nombre _____

Délai au-delà duquel il existe un risque de grossesse : 3 h 12 h

Si le décalage est inférieur au délai ci-dessus, prenez immédiatement le comprimé oublié (2 comprimés peuvent être pris le même jour), puis les comprimés suivants à l'heure habituelle. Il n'y aura pas de risque de grossesse.

* Recommandation de la HAS. Le reste de cette plaquette peut donner des indications différentes. En cas de doute ou d'incertitude, consultez un(e) professionnel(le) de santé.

Si vous avez dépassé le délai indiqué sur la carte
Pour retrouver une contraception efficace,
il faut au moins 7 jours de comprimés actifs en continu après l'oubli.

- 1 Prenez immédiatement le dernier des comprimés oubliés et poursuivez la plaquette à l'heure habituelle.
- 2 Utilisez des préservatifs pendant 7 jours.
- 3 Si l'oubli concerne 1 des 7 derniers comprimés actifs, poursuivez la plaquette jusqu'à la fin des comprimés actifs, puis enchaînez avec la plaquette suivante (sans jour d'interruption ou sans prise de comprimé inactif).

En cas de rapport sexuel dans les 5 jours précédant l'oubli,
prenez la contraception d'urgence.

Pour plus d'information ou pour être aidé(e), rendez-vous chez votre pharmacien, dans un centre de planification ou sur www.choisisrconception.fr

Contraception d'urgence

☐ Contraception d'urgence

- Norlevo : < 72h
- EllaOne : < 120 h
- DIU au cuivre : < 120 h

le plus tôt possible !

☐ Accès

- Pharmacie, CSS, Infirmierie scolaire, SUMPPS
- CU orale « gratuite pour toutes les femmes » : 100 % prise en charge
- Mineures : « gratuite » et anonyme

☐ Contraception mécanique : jusqu'au début du cycle suivant

☐ Test de grossesse : 21j après rapport à risque



Et la contraception masculine ???

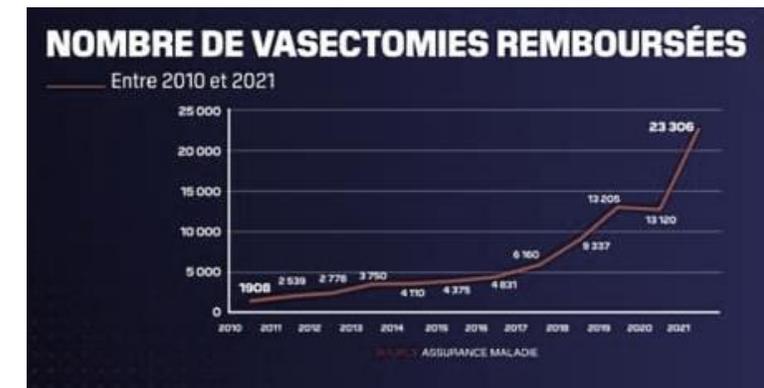
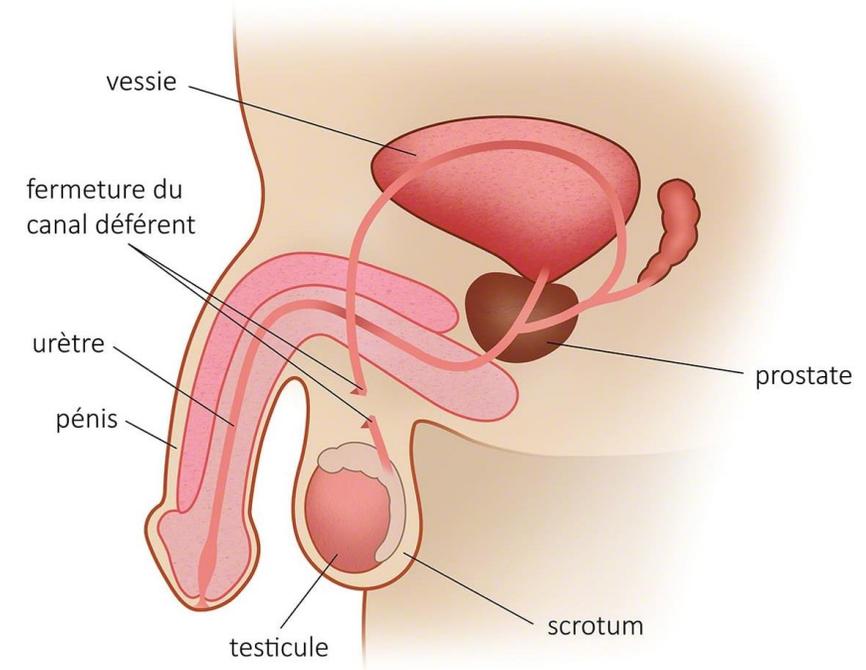
Actuellement en France (HAS / AFU) :

❑ **Préservatif externe**

❑ **Retrait**

❑ **Vasectomie** : « stérilisation à visée contraceptive » (2001)

- Permanente et irréversible
- Section / obturation des canaux déférents
- Établissement de santé : ambulatoire, anesthésie (20-30 min)
- Prise en charge par l'AM
- Azoospermie après 8-16 semaines et 20 éjaculations
- Efficacité : 99,8 %
- > 18 ans, délai de réflexion de 4 mois après la 1^{ère} Cs
- x15 en 12 ans (1 940 en 2010 – 30 288 en 2022)



Et la contraception masculine ???

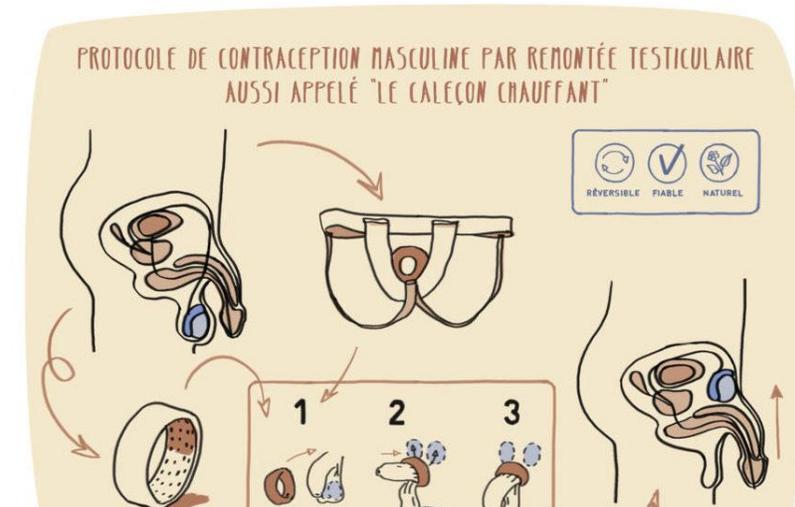
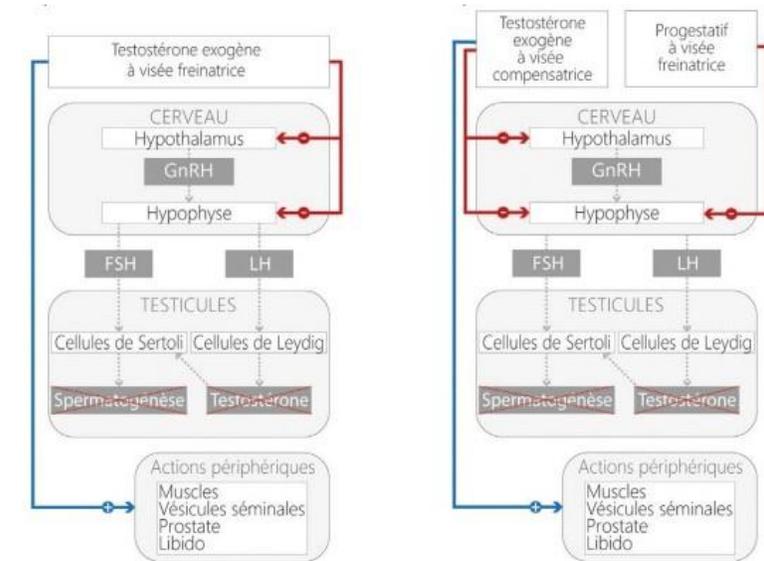
Perspectives ?

☐ Méthodes hormonales

- Testostérone/progestérone IM, 1/semaine, 18 mois max (**validée**)
- Pilule, gel transdermique à l'étude...

☐ Méthodes thermiques

- Principe : \nearrow T° testiculaire de 2°C
 - ⇒ \searrow quantité et mobilité
 - ⇒ altération de la morphologie
- **Sous-vêtement / anneau**
- \geq 15h/j – 2 à 4 mois
- **Non validé...**



Questions d'ados...

- Je ne peux pas tomber enceinte lors de mon premier rapport sexuel.
- Je ne peux tomber enceinte que le 14^{ème} jour de mon cycle.
- Lors d'un rapport sexuel, je peux tomber enceinte même si... ?
- Je ne peux pas prendre la pilule si je fume !
- La pilule fait grossir et donne le cancer.

Ressources

- ❑ <https://www.choisirsacontraception.fr/>
- ❑ <http://www.onsexprime.fr/>
- ❑ <https://www.filsantejeunes.com/>
- ❑ <https://questionsexualite.fr/>

- ❑ <https://www.sante.fr/decryptage/nos-reponses/ou-en-est-de-la-contraception-masculine>
- ❑ <https://questionsexualite.fr/choisir-sa-contraception/ma-contraception-et-moi/contraception-masculine-comment-ca-marche>
- ❑ <https://www.contraceptionmasculine.fr/>

- ❑ <https://www.contraception-et-idees-recues.com/>