

Il existe de nombreuses méthodes de contraception. Elles visent à empêcher la production des **gamètes**, la **fécondation** ou la **nidation**. Certaines contiennent des hormones, d'autres non.

## Contraception mécanique



- Le **préservatif interne** (placé dans le vagin, usage unique)
- Le **préservatif externe** (placé sur le pénis, usage unique)
- Le **DIU au cuivre** (Dispositif Intra-Utérin, placé dans l'utérus. Efficace 5 à 10 ans)
- Le **diaphragme** (placé au fond du vagin. Réutilisable)

Source : gynandco.com

## Contraception permanente



- La **ligature des trompes**
- La **vasectomie** (ligature des canaux déférents)

Ces deux techniques nécessitent une hospitalisation.

## Contraception hormonale

Ces contraceptifs diffusent des hormones dans le corps



- La **pilule contraceptive** (prise orale quotidienne) Bloque l'ovulation
- Le **DIU hormonal** (placé dans l'utérus. Efficace 5 à 10 ans)
- L'**implant contraceptif** (placé dans la peau du bras. Efficace 3 ans) Bloque l'ovulation
- Le **patch contraceptif** (placé sur le bras, changé chaque semaine) Bloque l'ovulation
- L'**anneau vaginal** (placé au fond du vagin pour 3 semaines)
- L'**injection contraceptive** (de progestérone ou de testostérone, voir ci-dessous)

## L'injection de testostérone

Peu connue, l'injection de testostérone existe pourtant depuis plusieurs années. Hebdomadaire, elle a pour but d'empêcher la production de **spermatozoïdes** par les testicules. Parce que ces **gamètes** sont produits en 72 jours, il faut attendre 3 mois pour que la contraception soit efficace, et de nouveau 3 mois après arrêt du traitement pour retrouver une **fertilité** normale.

Mais cette technique a ses limites. L'Organisation mondiale de la santé (**OMS**) recommande un usage limité à **18 mois** d'affilée, pour les personnes de 25 et 45 ans qui ne fument pas et ne présentent pas certains antécédents médicaux (problèmes cardiovasculaires, cancers, etc.).



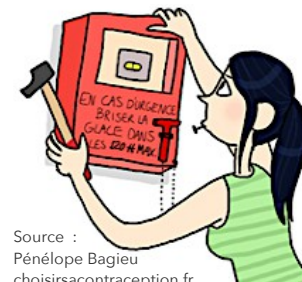
Source : libresdenoschoix.fr  
Le Planning Familial

## La pilule NORLEVO, une contraception d'urgence

**Dans quelle situation ?** Après un coït non protégé (pas de contraception, oubli de pilule, préservatif craqué...).

**Quand doit-on la prendre ?** Au maximum 72h après le rapport à risque. Plus on la prend tôt, plus elle est efficace.

**Comment l'obtenir ?** La pilule Norlevo est délivrée sans ordonnance et gratuitement aux personnes mineures dans les pharmacies, le planning familial ou dans les infirmeries scolaires.



Source :  
Pénélope Bagieu  
choisirsacontraception.fr



**Comment fonctionne-t-elle ?** Elle bloque l'ovulation grâce à l'hormone de synthèse qu'elle contient. Elle rend aussi l'utérus impropre à la nidation. En revanche, si la pilule est prise trop tard, elle ne peut pas mettre un terme à une grossesse en cours.

**Quels sont les inconvénients ?** Elle n'est pas aussi fiable que les autres contraceptifs. Son efficacité est limitée. Sa forte concentration en hormones perturbe le cycle menstruel, elle ne peut donc pas remplacer une contraception « régulière ».

**Est-ce le seul moyen ?** Une autre pilule, EllaOne, est efficace jusqu'à 5 jours, mais coûte 19€.

↳ Le **DIU** (au cuivre ou hormonal) peut aussi être utilisé comme **contraceptif d'urgence** de par son effet **contragestif** (il empêche la **nidation**). C'est d'ailleurs le contraceptif d'urgence le plus efficace. Sa mise en place doit se faire dans les 5 jours suivant un rapport à risque.

## Interrompre une grossesse

L'**Interruption Volontaire de Grossesse** (IVG, aussi appelée avortement), est une intervention destinée à stopper une grossesse non désirée, autorisée en France depuis 1975.

Les personnes enceintes mineures peuvent y avoir accès anonymement. En France, elle est **autorisée** jusqu'à la 12<sup>e</sup> semaine de grossesse (14<sup>e</sup> semaine après les dernières règles), sur seule décision de la personne enceinte.

La méthode médicamenteuse est possible jusqu'à la 5<sup>e</sup> semaine. L'**hormone de synthèse** RU 486 arrête la grossesse en entraînant des contractions qui éliminent la muqueuse utérine.



WWW.IVG.GOUV.FR  
0 800 08 11 11 Service & appel  
Sexualités - Contraception - IVG

