

DESCRIPTION

Le stérilet est un petit objet de matière plastique en forme de T qui est placé dans l'utérus par un médecin pour prévenir la grossesse. Il existe quatre modèles disponibles au Canada soit, le Nova-T, le Flexi-T300 et 380, le Liberte UT380 et le Mirena. Pour le Nova-T, le Flexi-T et le Liberte, le dispositif est recouvert de cuivre d'où l'appellation stérilet en cuivre. Quant au Mirena, la partie verticale est recouverte d'un petit tube qui contient de la progestérone (une hormone) qui est libérée lentement dans l'utérus.

MODE D'ACTION

Stérilets en cuivre

Le cuivre sur le Nova-T, le Flexi-T et le Liberte détruit les spermatozoïdes lors de leur passage dans l'utérus. Le cuivre modifie également l'endomètre (couche interne de l'utérus) rendant impossible l'implantation d'un œuf fécondé, si cela arrivait.

Mirena

La progestérone libérée par le Mirena épaissit le mucus du col pour empêcher les spermatozoïdes de pénétrer dans l'utérus. La progestérone amincit également la

paroi de l'utérus pour empêcher l'implantation d'un œuf fécondé si cela arrivait.

EFFICACITÉ

Il s'agit d'une méthode contraceptive très efficace. Le Nova T peut être laissé en place pour une période de cinq ans. Quant au Flexi 380 et au Liberte UT380, ils peuvent être laissés en place 10 ans. Ces derniers offrent une protection de plus de 99 % alors que le Mirena est pratiquement aussi efficace que la stérilisation féminine (99,8 %).

COÛT

Le prix d'un Nova-T (environ 200\$), d'un Flexi-T (environ 90\$ et 100\$) et d'un Liberte UT380 (environ 60\$) peut varier d'une clinique à l'autre. On peut se les procurer en pharmacie ou chez son médecin. Ils ne sont pas remboursés par le Régime d'assurance médicaments et très peu d'assurances privées les paient. Quant au Mirena, il est plus dispendieux et son prix varie entre 350 et 370 \$. Il est cependant remboursé par le Régime d'assurance médicaments et les assurances privées. On doit toutefois obtenir une ordonnance d'un médecin pour se le procurer en pharmacie.

INDICATION

Toute femme qui désire un moyen de contraception efficace peut se faire installer un stérilet. Idéalement, elle doit vivre une relation stable ce qui la rend moins à risque de contracter une maladie transmissible sexuellement.

CONTRE-INDICATIONS

Les contre-indications absolues à la pose d'un stérilet sont les suivantes :

- malformation utérine
- utérus trop petit
- infection pelvienne aiguë (infection des trompes)
- possibilité d'une grossesse
- saignement utérin de cause inconnue
- allergie au cuivre ou à une autre composante du stérilet

Il existe aussi d'autres conditions qui limitent la pose du stérilet. Votre médecin en discutera avec vous.

POSE

L'insertion d'un stérilet se fait habituellement lors de la période menstruelle de façon à s'assurer que la femme n'est pas enceinte. Si un moyen de contraception efficace est déjà utilisé, le stérilet peut être posé en tout temps.

Il peut être inséré immédiatement après une fausse-couche ou un avortement. Toutefois, plusieurs médecins préfèrent attendre deux à trois semaines. Suite à un accouchement, il peut être posé après quatre semaines. Avant la pose d'un stérilet, toutes les femmes devraient passer des prélèvements vaginaux et du col (dépistage des maladies transmissibles sexuellement, ITSS (MTS) et en avoir obtenu les résultats, même si elles sont est en situation de couple stable. L'insertion d'un stérilet est peu douloureuse, mais provoque quelquefois des crampes semblables à des douleurs menstruelles qui peuvent persister quelques minutes après la pose. Ces crampes peuvent être diminuées par un médicament anti-inflammatoire pris une heure avant la pose.

EFFETS SECONDAIRES

Le Nova-T, le Flexi-T et le Liberte UT380

Le stérilet en cuivre allonge en moyenne de un à deux jours la période menstruelle. Les pertes sanguines sont plus abondantes dans les trois premiers mois mais s'atténuent habituellement par la suite.

Le stérilet peut aussi augmenter les crampes menstruelles. Votre médecin peut vous prescrire un médicament anti-inflammatoire qui diminuera les crampes ainsi que le flux menstruel.

De plus, quelques femmes peuvent présenter un saignement entre les cycles qui tend à disparaître avec le temps. Enfin, tout saignement ou toute douleur inhabituelle chez une femme porteuse d'un stérilet nécessite une vérification par le médecin.

Mirena

Avec le Mirena, la femme peut avoir des saignements irréguliers pendant les trois à quatre premiers mois. Par la suite, les menstruations redeviennent régulières mais sont habituellement beaucoup moins abondantes. Un certain pourcentage de femmes n'aura plus de menstruation après un an. Cela est très avantageux pour les femmes qui ont des menstruations abondantes, longues et douloureuses.

À cause de la progestérone, certaines femmes peuvent présenter au début des maux de ventre, des douleurs aux seins et des nausées (rares). Ces effets secondaires ne sont pas dangereux et cessent dans les premiers mois d'utilisation.

COMPLICATIONS

Maladies inflammatoires pelviennes

Le stérilet n'augmente pas le risque de maladies inflammatoires pelviennes (salpingite et infection des trompes de Fallope) au-delà du premier mois d'utilisation. Cette infection, lorsqu'elle survient, est associée aux maladies transmissibles sexuellement et non au stérilet. Le Mirena offre une certaine protection contre l'infection des trompes.

Grossesse ectopique

L'incidence de grossesse ectopique (grossesse dans les trompes) est très rare chez les femmes porteuses d'un stérilet. Néanmoins, si une femme devient enceinte avec un stérilet, elle doit consulter rapidement son médecin.

RETRAIT

Le stérilet est retiré lors de la période menstruelle. Toutefois, le retrait peut se faire à n'importe quel moment du cycle menstruel s'il n'y a pas eu de relation sexuelle non protégée depuis la dernière menstruation ou si une grossesse est désirée.

COMMENT CHOISIR

Le choix se fait en fonction de vos besoins et de votre histoire gynécologique. Toutes les femmes peuvent utiliser le Mirena surtout celles qui ont des menstruations abondantes, longues et douloureuses. Toutefois, une femme qui a des menstruations régulières, peu abondantes et peu douloureuses sera très satisfaite avec un stérilet en cuivre.

Parlez-en avec votre médecin afin d'être bien conseillée.

STÉRILET DU LENDEMAIN

Un stérilet en cuivre peut être inséré dans les sept jours suivant une relation sexuelle non protégée. Cela préviendrait une grossesse dans presque tous les cas. Il faut donc y penser si le délai pour la contraception post-coïtale (pilule du lendemain) est dépassé. Le stérilet Mirena n'est pas efficace comme stérilet du lendemain.

Révision juin 2011

DISPOSITIF INTRA-UTÉRIN (STÉRILET)

- description
- mode d'action
- efficacité
- coût
- indication
- contre-indications
- pose
- effets secondaires
- complications
- retrait
- comment choisir
- stérilet du lendemain

Clinique de planning

CSSS R-N, 150 avenue Rouleau
Rimouski (Québec) G5L 5T1
Tél. : (418) 724-8578
www.planningchrr.com