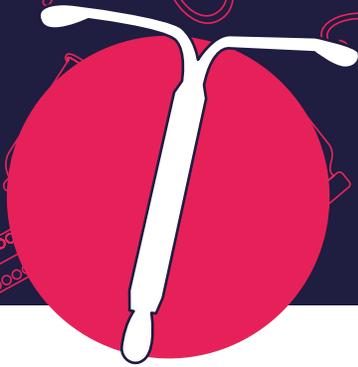


Stérilet



Description

Le dispositif intra-utérin (DIU), communément appelé stérilet, est un petit objet en forme de T mesurant 3 cm et fait de matière plastique. Il est inséré dans l'utérus et il en existe deux modèles : l'un contenant une hormone appelée lévonorgestrel (progestérone) et l'autre dont la partie verticale est recouverte de cuivre (sans hormone).

Quels sont ses modes d'action?

Avec hormone (lévonorgestrel) :

- Amincir la paroi interne de l'utérus, l'endomètre, pour ne pas qu'un ovule fécondé s'accroche et s'y développe;
- Épaissir les sécrétions du col de l'utérus pour empêcher les spermatozoïdes d'entrer dans l'utérus.

Sans hormone (cuivre) :

- Diminuer le pouvoir fécondant des spermatozoïdes;
- Amincir la paroi interne de l'utérus, l'endomètre, pour ne pas qu'un ovule fécondé s'accroche et s'y développe.

Quelle est son efficacité?

Avec hormone (lévonorgestrel) : une méthode contraceptive supplémentaire doit être utilisée pendant les sept premiers jours suivant l'insertion d'un stérilet avec hormone. Par la suite, il est efficace à 99,9 %.

Sans hormone (cuivre) : le stérilet est efficace immédiatement et à 98,5 %. Il peut être inséré jusqu'à sept jours après une relation sexuelle non protégée afin d'empêcher une grossesse.

Le stérilet doit être changé tous les trois à cinq ans, selon le modèle.

Quoi faire avant la pose d'un stérilet?

- Fais un test de dépistage des infections transmissibles sexuellement et par le sang (ITSS).
- Fais un test de grossesse au besoin.
- Utilise une autre méthode contraceptive pour assurer l'absence de grossesse au moment de l'insertion du stérilet.

Comment se pose un stérilet?

L'insertion du stérilet peut se faire à n'importe quel moment du cycle, mais la période juste après les menstruations est souvent privilégiée, car la dilatation naturelle du col rend la procédure plus facile. L'insertion requiert quelques minutes et aucune anesthésie ne sera utilisée.

Parfois, l'insertion peut provoquer des crampes semblables à des douleurs menstruelles et de légers saignements qui peuvent persister quelques heures après la pose. Tu dois prévoir des protège-dessous.

Une heure avant le rendez-vous, il est recommandé de prendre deux comprimés de 200 mg d'ibuprofène (Advil® ou Motrin®) ou deux comprimés de 500 mg d'acétaminophène (Tylenol® ou Atasol®).

Quoi faire après l'insertion du stérilet?

Tu ne dois rien mettre dans ton vagin pour les 24 prochaines heures que ce soit un tampon, un objet sexuel ou même une pénétration.

Comment vérifier si le stérilet est en place?

Après chaque période menstruelle ou une fois par mois, tu dois vérifier la présence des fils du stérilet.

Quels sont les effets secondaires?

Avec hormone (lévonorgestrel) :

- Saignements irréguliers et fréquents durant les trois à six premiers mois (30 % des femmes);
- Aucune menstruation après un an pour certaines femmes;
- Douleurs abdominales et pelviennes (10 % des femmes);
- Kystes ovariens fonctionnels (jusqu'à 30 % des femmes);
- Céphalées (maux de tête pour 2,8 % des femmes);
- Sensibilité des seins (3,1 % des femmes);
- Acné (3,5 % des femmes);
- Pertes vaginales (2,7 % des femmes);
- Nausées (maux de cœur pour 2,4 % des femmes);
- Changements de l'humeur (2,45 % des femmes);
- Poids habituellement inchangé si tu continues de bien t'alimenter et de faire de l'activité physique.

Les effets ne sont pas dangereux et cessent habituellement de trois à six mois après l'insertion du stérilet.

Sans hormone (cuivre) :

- Saignements irréguliers durant la première année (30-50 % des femmes);
- Augmentation de la quantité des saignements (20 % des femmes);
- Augmentation de la douleur lors des menstruations (20 % des femmes).

Si certains effets secondaires t'inquiètent, tu devras revenir pour une visite de contrôle au moment prévu ou plus tôt avec ton professionnel de la santé.

Tu dois toujours te protéger contre les infections transmises sexuellement et par le sang (ITSS) avec un condom.

Quand consulter un médecin?

Consulte ton médecin si tu présentes l'un des symptômes suivants :

- Saignements abondants ou crampes qui persistent trois semaines après l'installation du stérilet;
- Fièvre ou frissons inexplicables;
- Pertes vaginales malodorantes;
- Douleur nouvelle lors des relations sexuelles;
- Céphalées (maux de tête) sévères;
- Douleurs pelviennes ou abdominales inhabituelles;
- Saignements après les relations sexuelles;
- *Spotting* persistant.

Consulte également ton médecin si l'une de ces situations se présente :

- Ton stérilet est sorti.
- Tu penses être enceinte.
- Tu ne sens plus les fils de ton stérilet.

Pour tout problème de santé sexuelle ou toutes inquiétudes, consulte la clinique jeunesse de ton école ou celle du centre local de services communautaires (CLSC) le plus près de chez toi.

En cas de problème de santé non urgent, Info-Santé peut aussi répondre à tes questions à tout moment en composant le 811.



santemonteregie.qc.ca/est/clinique-jeunesse



facebook.com/cisssme

Centre intégré
de santé
et de services sociaux
de la Montérégie-Est

Québec

