

CHAPITRE VI : MAITRISE DE LA REPRODUCTION

1. LES METHODES CONTRACEPTIVES

L'étude de la reproduction humaine a permis de connaître le fonctionnement des appareils reproducteurs et de l'influencer en faveur de la planification familiale en général et l'espacement des naissances en particulier.

La contraception est l'ensemble des méthodes permettant d'empêcher la survenue d'une grossesse non désirée. C'est une nécessité pour planifier la grossesse et pour essayer de diminuer le nombre d'IVG et d'avortement clandestin.

Plusieurs méthodes de contraception (y compris les méthodes Naturelles) ont pu être identifiées avec chacune ses caractéristiques. Ces applications sont donc nombreuses et peuvent être mécaniques, hormonales, chirurgicales ou d'auto-observation.

1.1. LES METHODES NATURELLES

1.1.1. L'abstinence

Dans cette méthode l'homme et la femme n'ont aucun rapport sexuel.

Ses avantages :

- Il n'y a pas de possibilité de grossesse,
- Elle ne demande pas de médicaments,
- Elle ne coûte pas cher.

Ses inconvénients :

- Elle est difficile à supporter,
- Elle expose les deux partenaires au vagabondage sexuel,
- Elle peut causer des mésententes dans le foyer.

1.1.2. La méthode de température

Comment applique-t-on cette méthode ?

Sachant que la température du corps diminue de 0,5°C avant l'ovulation et augmente de 0,2 à 0,5° C au moment de l'ovulation, la femme doit prendre sa température chaque matin au réveil à la même heure et la noter sur une courbe. Elle doit guetter le jour où la température va dépasser 37°. A partir de ce moment, elle sait qu'elle est dans la période d'ovulation donc de fécondité. Elle reste dans sa période féconde jusqu'au troisième jour après l'ovulation.

Avec cette méthode, la femme ne doit pas avoir des rapports sexuels du premier jusqu'au troisième jour après la montée de la température.

Ses avantages :

- Elle ne demande pas de médicament,
- Elle ne coûte pas cher,
- Son efficacité est bonne (94 % à 97 %),
- Elle est acceptée par les religions,
- La femme peut avoir une grossesse dès l'arrêt de la méthode, etc.

Ses inconvénients :

- Elle est mal acceptée par les couples à cause d'une abstinence plus ou moins longue,
- Elle n'est pas applicable chez la femme illettrée,
- Elle s'applique difficilement chez la femme qui travaille la nuit,
- Elle s'applique difficilement si la femme fait de la fièvre pour raison de maladie (fièvre, infection...),
- Elle ne protège pas contre les IST/SIDA.

1.1.3. La méthode de la glaire cervicale**Comment utilise-t-on cette méthode ?**

On sait que :

- La glaire cervicale est peu abondante avant l'ovulation,
- Pendant la période féconde du cycle menstruel la glaire est abondante dans le vagin. Elle est filante et gluante pendant la période féconde,
- Après l'ovulation, la glaire devient peu abondante, épaisse et collante.

Dans l'application de cette méthode, la femme doit tâter sa glaire chaque matin au réveil. Elle doit éviter des rapports sexuels dès qu'elle constate que la glaire est abondante et filante c'est-à-dire qu'elle est gluante et élastique. Elle peut reprendre les rapports sexuels quand cette glaire redeviendra peu abondante et collante.

Ses avantages :

- Elle ne demande pas de médicaments,
- Elle n'a pas de coût sur le plan financier,
- Elle permet à la femme de mieux connaître le fonctionnement de son corps,
- Elle n'a pas d'effets secondaires indésirables sur la femme,
- La femme peut avoir une grossesse dès l'arrêt de la méthode.

Ses inconvénients :

- Elle a beaucoup d'échecs,
- Elle nécessite un long apprentissage,
- Elle exige une période d'abstinence plus ou moins longue,
- Elle ne protège pas contre les IST/SIDA,
- Il y a un risque d'infection.

1.1.4. La sympto-thermique

Elle associe la glaire cervicale et la température

1.1.5. La méthode des jours fixes (MJF)

La méthode des jours fixes (MJF) appelée collier du cycle est une méthode naturelle basée sur la connaissance du cycle menstruel.

Description du collier du cycle :

C'est un collier de perles de couleurs différentes qui représentent chaque jour du cycle menstruel de la femme, il peut aider la femme à savoir quand elle peut tomber enceinte à la suite de rapports sexuels non protégés.

- Les perles blanches marquant les jours où vous pouvez tomber enceinte,
- Les perles marron marquant les jours où il est peu probable que vous tombiez enceinte,
- Un cylindre noir avec une flèche qui indique dans quel sens déplacer l'anneau.

Qui peut utiliser le collier du cycle

- Les femmes qui veulent une méthode naturelle et efficace de planification familiale,
- Les femmes qui ont des cycles compris entre 26 à 32 jours.

Comment utiliser le collier du cycle

- Le premier jour de vos règles, mettez l'anneau sur la perle rouge,
- Marquez le premier jour de vos règles sur votre calendrier. Vous devez connaître ce jour au cas où vous oubliez de déplacer l'anneau,
- Chaque matin, déplacez l'anneau dans la direction de la flèche sur le cylindre,
- Continuez à déplacer l'anneau chaque jour, d'une perle à l'autre, même les jours où vous avez vos règles,
- Le jour où vos prochaines règles viennent, mettez à nouveau l'anneau sur la perle ROUGE. S'il vous reste des perles marron, sautez-les,
- Quand l'anneau est sur une perle BLANCHE, vous pouvez tomber enceinte à la suite de rapports sexuels sans protection,
- Quand l'anneau est sur une perle MARRON, il est peu probable que vous tombiez enceinte à la suite de rapports sexuels sans protection.

Ses Avantages

- C'est une méthode naturelle, elle n'a aucun effet secondaire,
- Ne demande pas de prise de médicaments ou autre intervention chirurgicale,
- Méthode simple, facile à enseigner, à utiliser,

- Méthode efficace 95% (quant elle est utilisée correctement) elle réduit de manière considérable la probabilité d'une grossesse non désirée,
- Méthode à très faible coût,
- Fait participer les deux partenaires en offrant les possibilités d'améliorer la communication au sein du couple.

Ses Inconvénients

- Ne protège pas contre les IST/VIH/SIDA,
- Abstinence sexuelle les jours de fécondité ou utilisation d'une méthode de barrière efficace.

1.1.6. La méthode d'Allaitement Maternel et de l'Aménorrhée (MAMA)**Comment utilise-t-on cette méthode ?**

Il faut que :

- L'enfant soit âgé de moins de 6 mois,
- La mère n'ait pas encore vu ses règles depuis l'accouchement,
- L'allaitement soit exclusif, à la demande, y compris la nuit.

Si ces trois conditions sont réunies la mère n'a pas besoin d'une autre méthode contraceptive.

Ses avantages :

- elle ne coûte pas cher,
- elle favorise la pratique de l'allaitement maternel,
- elle ne demande pas de médicaments,
- elle est acceptée par les religions,
- la femme peut avoir une grossesse dès l'arrêt de cette méthode,
- pas d'effets secondaires etc.

Ses inconvénients :

- l'allaitement maternel à la demande, y compris la nuit, est difficile à supporter pour la mère,
- la méthode n'est valable que pendant 6 mois,
- l'allaitement maternel exclusif n'est pas encore bien toléré par tous,
- une ovulation peut intervenir à l'insu de la mère qui pourrait bien tomber en grossesse,
- elle ne protège pas contre les IST/SIDA,
- n'est pas recommandée chez les femmes qui présentent une maladie débilitante (VIH/SIDA, tuberculose, cancer, cardiopathie sévère).

1.2. LES METHODES MODERNES

1.2.1. Les méthodes de barrière

Ce sont des dispositifs ou des produits chimiques qu'on place sur le pénis ou dans le vagin pour empêcher les spermatozoïdes d'arriver vivants dans l'utérus.

1.2.1.1. Condom masculin ou capote :

C'est une mince enveloppe en latex ou produit naturel qu'on place sur le pénis en érection avant les rapports sexuels pour empêcher le sperme d'être en contact avec les voies génitales de la femme.

Comment la capote permet d'éviter la grossesse ?

La capote empêche les spermatozoïdes d'entrer dans le vagin de la femme.

Ses avantages :

- Elle ne coûte pas cher,
- Elle est disponible partout sur le marché,
- Elle a peu d'effets secondaires,
- Elle protège contre les IST et le VIH/SIDA,
- Elle convient aux rapports sexuels occasionnels,
- Elle protège contre les grossesses non désirées et les IST/VIH/SIDA,
- Elle n'a pas besoin d'ordonnance,
- Elle engage l'homme dans la planification familiale,
- Elle est efficace immédiatement,
- Elle n'affecte pas l'allaitement,
- Peut être utilisé en plus d'autres méthodes.

Ses inconvénients :

- La capote diminue la sensibilité du gland,
- Certains hommes ne peuvent pas maintenir l'érection pour porter la capote,
- Il faut interrompre les préliminaires pour porter la capote,
- Utilisation une seule capote lors de chaque rapport sexuel,
- L'efficacité dépend de la volonté à suivre les conseils.

Ses effets secondaires :

Certaines personnes sont allergiques au latex

Comment utilise-t-on la capote ?

- ❖ Avant le rapport sexuel :
 - Se laver les mains à l'eau et au savon (si cela est possible),

- Attendre que le pénis soit en érection,
 - vérifier que l'emballage est correct,
 - ajouter la date de péremption,
 - Repérer le bord en dent de scie de l'emballage,
 - Déchirer avec précaution l'emballage au niveau des dents de scie,
 - Faire sortir la capote sans la déchirer,
 - Repérer le sens de déroulement,
 - Pincer le bout effilé entre le pouce et l'index pour chasser l'air,
 - Placer la capote sur le sommet du gland en maintenant le bout entre les deux doigts,
 - Dérouler la capote sur le pénis jusqu'à la racine,
 - Commencer le rapport sexuel, en pénétrant avec douceur la partenaire.
- ❖ Après le rapport sexuel
- Retirer le pénis du vagin avant la fin de l'érection en bloquant la capote contre le pénis avec les doigts pour éviter qu'elle ne reste dans le vagin ou que le sperme ne s'écoule,
 - Une fois le pénis retiré, enlever la capote et la jeter en lieu sûr. Si les partenaires souhaitent avoir un autre rapport sexuel, l'homme doit porter une autre capote,
 - Se laver les mains après avoir retiré la capote.

1.2.1.2. Le condom féminin

Le condom féminin est une méthode de barrière pour se protéger des IST/VIH/SIDA et des grossesses non désirées.

Caractéristique du condom féminin :

- Forme : comme un sachet fermé à l'extrémité avec deux anneaux,
- Un anneau à l'intérieur flottant qui permet d'insérer le condom féminin aisément dans le vagin et de le maintenir au fond du vagin,
- Un autre à l'extrémité fixée qui sert à le maintenir en recouvrant les parties externes du sexe,
- Dimension : 17 cm de profondeur ; 7,8 cm de diamètre ; 0,42-0,53mm d'épaisseur
- Matière : polyuréthane (par contre le condom masculin est en latex ou en vinyl)
- Transparent, souple,
- Lubrifié,
- Sans odeur,
- Usage unique,
- Appellation: female condom, femidom, care, reality.

Ses avantages

- Efficace immédiatement,
- Solide et résistant (ne se déchire pas facilement),
- Pas d'allergie,
- La femme est autonome et responsable de sa sexualité,
- S'adapte à toutes les tailles de vagin,
- Recouvre tout le vagin et la vulve de la femme elle-même,
- Peut être porté 8 heures avant les rapports sexuels,
- Pas d'interruption de l'ambiance sexuelle comme le condom masculin (peut être inséré 8 heures avant le rapport sexuel),
- Utilisation facile après plusieurs essais,
- Permet aux partenaires de rester un peu plus longtemps enlacés après l'acte sexuel,
- Ne demande aucune ordonnance,
- Protège contre les IST/SIDA et les grossesses non désirées,
- N'affecte pas l'allaitement maternel,
- Peut être contrôlé par la femme.

Ses inconvénients

- Coût élevé par rapport au condom masculin,
- Difficulté d'insertion lors de la première utilisation,
- Position sexuelle réduite. Seule la position dite du missionnaire met à l'aise. C'est une position où la femme est couchée sur le dos, les jambes écartées et l'homme à plat ventre, la pénètre entre les jambes,
- Utilisable une seule fois lors de chaque rapport sexuel,
- L'efficacité dépend de la volonté à suivre les instructions.

Comment utilise-t-on le condom féminin

- Se laver les mains avec du savon,
- Malaxer l'emballage pour une grande diffusion du lubrifiant,
- Ouvrir l'emballage avec les doigts par la flèche sans utiliser d'objet tranchants,
- Pincer l'anneau interne entre l'index et le pouce ou avec le majeur en forme de 8,
- Choisir une position convenable (accroupie ou jambe posée sur une chaise ou un tabouret ou couché sur le dos jambe légèrement fléchie)
- Ecarter les grandes lèvres de la vulve avec l'autre main et introduire le condom féminin dans le vagin,
- A l'aide d'un ou deux doigts à l'intérieur du condom féminin pousser l'anneau le plus loin possible pour le fixer correctement au fond du vagin autour du col de l'utérus il ne doit pas se tordre,
- L'anneau externe reste hors du vagin et recouvre les parties externes du sexe,

- Au moment de la pénétration, tenir l'anneau et aider l'homme en mettant son sexe au milieu du condom féminin pour éviter que le pénis ne passe à côté,
- Pour retirer le condom féminin après éjaculation, prendre un mouchoir ou du papier hygiénique pour tenir l'anneau externe faire une rotation et le retirer avant de se lever,
- L'emballer, le mettre à la poubelle (appropriée) ou l'enterrer et se laver les mains,
- Le condom féminin s'utilise une seule fois.

1.2.1.3. Les spermicides

Ce sont des produits chimiques qu'on introduit dans le vagin avant les rapports sexuels pour tuer ou immobiliser les spermatozoïdes dans le vagin et les empêcher ainsi de pénétrer dans l'utérus. On distingue trois (3) types de produits spermicides qui sont :

- Les mousses : exemple : Emko, Delfen,
- Les gelées : exemple : Ramsès, Delfen, Pharmatex,
- Les comprimés moussants : exemple : Néo shampooon, Conceptrol, Pharmatex.

Comment utilise-t-on les comprimés spermicides ?

- Introduire un comprimé au fond du vagin,
- Attendre dix (10) minutes avant de commencer le rapport sexuel,
- Si les partenaires veulent avoir un autre rapport sexuel, la femme doit placer un autre comprimé et attendre dix (10) minutes avant de recommencer,
- Après le rapport sexuel la femme doit attendre 6 à 8 heures avant de faire une toilette vaginale.

Comment utilise-t-on les mousses spermicides et les gelées ?

- Secouer le flacon avec force pour bien mélanger le produit avec le solvant s'il s'agit d'une mousse,
- Aspirer le produit avec l'applicateur,
- Introduire l'applicateur au fond du vagin et pousser sur le piston pour y déposer le produit,
- Retirer l'applicateur et commencer le rapport sexuel sans attendre,
- Si les partenaires souhaitent avoir un autre rapport sexuel, la femme doit introduire une nouvelle dose du produit,
- Après le rapport sexuel la femme doit attendre 6 à 8 heures avant de faire une toilette vaginale.

Leurs avantages :

- Ils sont faciles à acquérir,
- Leur utilisation est très facile,
- Ils sont bien indiqués pour les rapports sexuels occasionnels,
- Leur prix est abordable.

Leurs inconvénients :

- Il y a beaucoup d'échecs,
- Ils peuvent provoquer des lésions sur le pénis ou dans le vagin,
- Il faut observer un temps d'attente de dix (10) minutes avant de commencer le rapport sexuel,
- Leur présence dans le vagin gêne le rapport sexuel (sensation de brûlure, de picotement, de flottement, inflammation du vagin...),
- Ils ne protègent pas contre les IST/SIDA.

1.2.2. Les méthodes hormonales**1.2.2.1. Les pilules**

Il en existe deux sortes : la pilule combinée et la pilule progestative.

❖ La pilule combinée

C'est un comprimé composé de deux hormones (la progestérone et l'œstrogène). Elle s'appelle aussi pilule oestroprogestative.

Comment la pilule oestroprogestative agit pour éviter la grossesse ?

- elle bloque l'ovulation,
- elle perturbe la paroi utérine qui devient lisse et incapable d'accueillir l'œuf,
- elle épaissit la glaire cervicale pour empêcher les spermatozoïdes de rentrer dans l'utérus,
- Ralentit le transport des spermatozoïdes.

Comment utilise-t-on la pilule combinée ?

Chaque plaquette de pilule comporte vingt huit (28) comprimés dont vingt et un (21) comprimés blancs contenant des oestroprogestatifs et 7 marrons contenant uniquement du fer.

La prise doit commencer entre le premier et le septième jour du cycle. La femme doit s'assurer qu'elle n'est pas enceinte avant de prendre la pilule.

La femme commence par les pilules blanches en avalant un comprimé chaque jour et de préférence à la même heure.

A la fin des 21 comprimés, elle poursuit sans arrêt avec un comprimé marron par jour.

En général les règles surviennent pendant la prise des comprimés marron.

Dès qu'une plaquette est finie, il faut entamer une autre comme indiqué plus haut sans sauter de jour.

En cas d'oubli, si la femme se rappelle avant l'heure de la prise suivante elle prend immédiatement le comprimé oublié puis le comprimé du jour sera pris à l'heure habituelle. Si

la femme se rappelle après deux prises, elle doit se rendre à la formation sanitaire pour des conseils.

En cas de vomissement intervenant dans un délai de trois heures après la prise, la femme doit prendre une pilule de remplacement immédiatement. La pilule du jour prochain sera prise à l'heure prévue.

Ses avantages

- Elle ne coûte pas cher,
- Elle est très efficace,
- Elle est disponible dans les formations sanitaires et en pharmacie,
- La femme peut reprendre une grossesse dans un délai raisonnable après l'arrêt de la pilule,
- Elle soulage certaines maladies,
- Elle régularise les cycles irréguliers,
- Elle n'entraîne pas d'infections génitales chez la femme,
- Elle est indépendante de l'activité sexuelle,
- Elle peut être fournie par un personnel non médical formé.

Ses effets secondaires :

- Saignements vaginaux,
- Tension mammaire,
- Maux de têtes,
- Absence de règles,
- Nausées,
- Vomissements, vertiges, acnés,
- Prise de poids,
- Diminution de la sécrétions du lait chez les femmes qui donnent le sein,
- Douleurs à la poitrine,
- élévation de la tension artérielle,
- Baisse du plaisir sexuel.

Ses inconvénients

- Elle nécessite une surveillance médicale,
- Sa prise est contraignante,
- Elle a beaucoup de contre-indications,
- Elle diminue la production de lait chez la femme allaitante,
- Elle ne protège pas contre les IST/VIH/SIDA.

❖ La pilule progestative

C'est un comprimé composé uniquement de progestérone.

Comment la pilule progestative agit pour éviter la grossesse ?

- Elle perturbe la paroi utérine qui devient lisse et incapable d'accueillir l'œuf,
- Elle apaisait la glaire cervicale pour empêcher les spermatozoïdes de rentrer dans l'utérus,
- Elle bloque l'ovulation.

Comment utilise-t-on la pilule progestative ?

- Elle se présente sous la forme de plaquettes de vingt-huit (28) comprimés,
- La femme doit avaler une pilule tous les jours, de préférence à la même heure,
- A la fin de la plaquette, elle commence une autre sans interruption,
- Un oubli de plus de vingt-quatre (24) heures annule l'effet contraception, de la pilule progestative.

Ses avantages

- Elle est très efficace si prise à la même heure chaque jour,
- Elle ne coûte pas cher,
- Elle est disponible dans les formations sanitaires,
- Elle est indépendante de l'activité sexuelle,
- Elle a très peu de contre-indications,
- Ses effets secondaires sont minimes,
- Elle ne diminue pas la production de lait chez la femme allaitante,
- Elle soigne certaines maladies,
- Elle n'entraîne pas d'infections génitales chez la femme,
- Après son arrêt la femme peut facilement avoir une grossesse.

Ses effets secondaires

Ces effets secondaires sont les plus rencontrés

- absence de règles,
- saignements,
- la femme peut prendre ou perdre du poids ;

Ses inconvénients

- elle nécessite une surveillance médicale,
- sa prise est très contraignante (le fait d'avaler un comprimé chaque jour et à la même heure),
- Elle ne protège pas contre les IST/VIH/SIDA,
- L'oubli augmente l'échec de la méthode,
- L'efficacité peut être diminuée par la prise de certains médicaments.

1.2.2.2. Les contraceptifs injectables

Ce sont des produits liquides contenant de la progestérone, destinés à être administrés dans l'organisme de la femme pour empêcher la survenue d'une grossesse.

Comment les contraceptifs injectables agissent-ils pour empêcher la grossesse ?

- Ils bloquent l'ovulation,
- Ils perturbent la paroi utérine qui devient lisse et ne peut recevoir l'œuf,
- Ils épaississent la glaire cervicale qui empêche la montée des spermatozoïdes vers l'utérus ;

Comment utilise-t-on les contraceptifs injectables ?

- la première injection a lieu entre le premier et le 7^{ème} jour du cycle ou si on est raisonnablement sûr que la femme n'est pas enceinte,
- après cette période elle recevra son injection toutes les douze (12) semaines.

Leurs avantages

- Ils sont très efficaces,
- Leur utilisation est discrète,
- Ils sont disponibles dans les formations sanitaires et les pharmacies,
- La prise est suffisamment espacée et plus supportable,
- Ils sont indépendants de l'activité sexuelle,
- Ils ne provoquent pas d'infection génitale,
- Ils ne gênent pas la production de lait chez la femme allaitante.

Leurs effets secondaires

- Ils peuvent entraîner une prise de poids,
- Une absence de règles,
- Des saignements vaginaux, nausées, vertiges, vomissements,
- Une Tension artérielle élevée.

Leurs inconvénients

- Leur utilisation nécessite un personnel qualifié,
- Ils nécessitent aussi un suivi médical,
- Ils possèdent des effets secondaires,
- Ils peuvent entraîner des troubles du cycle menstruel,
- Le retour de la fertilité est lent,
- Ils ne peuvent pas être prescrits à la nullipare ou à l'adolescente,
- Ne sont pas indiqués pour toutes les femmes,
- Ils ne protègent pas contre les IST/SIDA.

1.2.2.3. Le Norplant

C'est une méthode contraceptive composée de capsules fines et flexibles remplies de lévonorgestrel (progestérone). Il existe trois types de norplant : le norplant avec 6 capsules, le norplant avec 2 capsules, le norplant avec une capsule.

Comment le norplant agit-il pour empêcher la grossesse ?

- Il bloque l'ovulation,
- Il perturbe l'utérus en le rendant incapable d'accueillir l'œuf fécondé,
- Il épaisit la glaire cervicale pour empêcher l'entrée des spermatozoïdes dans l'utérus.

Comment utilise-t-on le Norplant ?

- Il doit être placé entre le premier et le septième jour du cycle ou quand on est sûr que la femme n'est pas enceinte,
- On fait une petite incision sur la peau, à la face interne du bras, puis on place les six tubes sous la peau,
- On referme la petite plaie et on la soigne jusqu'à la guérison (au bout de 5 à 6 jours on enlève le pansement),
- Pour enlever les tubes il faut encore une petite incision.

Ses avantages

- Il est très efficace (98 à 99% de taux de réussite),
- Il est discret,
- Son action peut durer jusqu'à 5 ans,
- Sa protection est continue,
- Il est indépendant de l'activité sexuelle,
- Il n'y a pas d'oubli possible,
- Il n'entraîne pas d'infection génitale chez la femme,
- La femme peut avoir une grossesse peu après le retrait du Norplant.

Ses effets secondaires

- Saignements,
- Absence de règles,
- Nausées,
- Vertiges,
- Nervosité,
- Expulsion de capsule,
- Infection du site d'insertion,
- Prise ou perte de poids,
- Tension mammaire.

Ses inconvénients

- Son insertion et son retrait nécessitent un personnel qualifié,
- Il ne peut pas être inséré à toutes les femmes,
- Il ne protège pas contre les IST/VIH/SIDA,
- Il ne peut être administré que par les agents de santé.

1.1.1. Le dispositif intra-utérin (DIU))

C'est un petit appareil qu'on introduit dans la cavité de l'utérus pour éviter la grossesse. On l'appelle également stérilet. Il existe plusieurs types dont le DIU libérateur d'hormones et le DIU au cuivre.

Comment agit le DIU au cuivre pour empêcher la grossesse ?

- Il immobilise les spermatozoïdes pour les empêcher de monter dans les trompes,
- Il perturbe l'utérus et le rend incapable d'accueillir l'œuf fécondé,
- Il accélère le passage de l'ovule dans la trompe.

Comment l'utilise-t-on?

- Le DIU doit être placé de préférence pendant les règles ou quand on est sûr que la femme n'est pas enceinte,
- Il est introduit dans la cavité de l'utérus et les fils restent visibles dans le vagin,
- Il ne peut être placé que par les agents de santé formés à cet effet,
- La femme doit se faire contrôler régulièrement à la formation sanitaire,
- Le retrait peut intervenir dès que la porteuse le demande.

Ses avantages

- Il est très efficace (99% pour le DIU au cuivre)
- Il est discret,
- Il évite les effets secondaires de la pilule,
- Il est indépendant de l'activité sexuelle,
- Il n'y a pas d'oubli possible,
- Il ne gêne pas la production de lait chez la femme allaitante,
- La femme peut avoir une grossesse dès le retrait du DIU,
- Son effet peut durer dix (10) ans.

Ses effets secondaires :

- Saignements abondants,
- Douleurs au bas ventre,
- Perte des fils,
- Infection génitale.

Ses inconvénients

- Sa pose et son retrait nécessitent un personnel formé,
- Il ne peut pas être placé chez une femme qui n'a pas encore accouché,
- Il ne protège pas contre les IST/VIH/SIDA,
- Examen quelques fois nécessaire,
- Peut s'expulser spontanément.

1.2.3. Les méthodes contraceptives chirurgicales volontaires (CCV)

Il s'agit de la ligature ou de l'obstruction des trompes pour les femmes et de la vasectomie pour les hommes. Ce sont des méthodes de contraception définitives.

1.2.3.1. La ligature de trompes

C'est une technique qui consiste à fermer les deux trompes par ligature et section pour empêcher les spermatozoïdes d'atteindre l'ovule et l'ovule de rencontrer les spermatozoïdes.

❖ Mode d'action

La méthode contraceptive chirurgicale empêche le passage de l'ovule et des spermatozoïdes dans la trompe. Il n'y a donc pas de fécondation puisque la rencontre entre les spermatozoïdes et l'ovule est impossible.

❖ Comment procède-t-on ?

On pratique chirurgicalement une petite ouverture dans le bas-ventre ou dans le vagin. On saisit les deux trompes par cet orifice puis on les ligature avant de les sectionner. La petite plaie est refermée et soignée jusqu'à guérison.

1.2.3.2. L'obstruction des trompes

Avec les nouvelles technologies une autre méthode consiste à poser des clips pour obstruer les trompes le plus près possible de l'utérus. Cette technique a l'avantage de moins affecter les trompes de Fallope tout en ayant la même efficacité, une reconstitution des trompes permet à la femme d'être de nouveau fertile.

1.2.3.3. La vasectomie

C'est une technique qui consiste à fermer les deux canaux déférents par ligature et section pour empêcher le passage des spermatozoïdes vers les vésicules séminales.

❖ Mode d'action

Les spermatozoïdes fabriqués dans le testicule ne peuvent pas remonter dans les vésicules séminales. Dans ce cas le sperme ne contient pas de spermatozoïdes. Il ne peut donc pas y avoir de fécondation.

❖ Comment procède-t-on ?

On pratique chirurgicalement une petite ouverture de chaque côté des bourses pour mettre les canaux déférents à nu. On ligature chaque canal déférent et on le sectionne. On referme la petite plaie et on la soigne jusqu'à la guérison. On fait des analyses répétées de sperme.

Les avantages des méthodes chirurgicales :

- Elles sont très efficaces,
- Il n'y a pas de risque d'oubli,
- Elles sont indépendantes de l'activité sexuelle,
- Leur action est durable,
- Elles sont discrètes,
- Elles possèdent peu de contre-indications,
- Elles ont peu d'effets secondaires,
- Elles conservent les capacités sexuelles de l'homme et de la femme.

Les inconvénients et effets secondaires des méthodes chirurgicales :

- Elles nécessitent un personnel qualifié,
- Elles ne sont pas disponibles dans toutes les formations sanitaires,
- Des infections de la plaie opératoire sont possibles,
- Cette méthode est irréversible,
- Elles sont très peu acceptées pour le moment,
- Elles ne protègent pas contre les IST/VIH/SIDA.

1.2.4. La contraception d'urgence

Définition

La contraception d'urgence est l'administration d'une méthode contraceptive suite à un rapport sexuel non protégé à une période du cycle où le risque de survenue d'une grossesse non désirée est élevé (période de fécondité). Par le passé cette méthode était appelée « pilule du lendemain » Elle est utilisée dans les 72 heures à 5 jours qui suivent un rapport sexuel non protégé.

La contraception d'urgence utilise des règles rigoureuses et des doses bien déterminées d'où la nécessité de consulter un agent de santé en cas de besoin.

Trois sortes de contraceptifs sont utilisées :

- Les pilules oestroprogestatives,
- Les pilules progestatives uniquement,
- Le DIU.

Mode d'action :

Son mode d'action est celui de la pilule et du DIU.

Ses avantages :

- Efficace à 97%,
- Le DIU inséré reste comme une méthode de longue durée.

Ses effets secondaires :

Les pilules provoquent des nausées et vomissements.

Ses inconvénients

- Ne protège pas contre les IST/VIH/SIDA,
- Nécessite un personnel formé,
- Ne peut pas être utilisée si une grossesse est confirmée ou suspectée.

Conclusion

Les progrès scientifiques et technologiques et la meilleure connaissance des mécanismes de la reproduction humaine aujourd'hui ont permis de proposer aux individus et aux couples une gamme variée de méthodes de contraception.

Ce qui offre plusieurs possibilités de choix selon les souhaits de tout un chacun. Cependant l'utilisation combinée du condom avec les différentes autres méthodes est recommandable pour éviter à la fois les IST/ VIH/SIDA et les grossesses non désirées.