

## 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 en existe deux types : ceux contenant des hormones et ceux au cuivre.

Il existe plusieurs modèles recouverts de cuivre disponibles au Canada, soit les Flexi-T, les Liberté, les Mona Lisa. Quant au stérilet avec hormone, la partie verticale est recouverte d'un petit tube qui contient de la *progestérone* (une hormone) qui est libérée lentement dans l'utérus. Il en existe 2 sortes, le Mirena, et le Kyleena.

## MODE D'ACTION

### Stérilets au cuivre

Le cuivre détruit les spermatozoïdes lors de leur passage dans l'utérus. Le cuivre modifie également l'endomètre (couche interne de l'utérus)

### Stérilet avec hormone

La progestérone libérée par ces stérilets 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.

## EFFICACITÉ

Il s'agit d'une méthode contraceptive très efficace. Les stérilets au cuivre peuvent être laissés en place de 5 à 12 ans selon le type, le Mirena et le Kyleena 5 ans Les stérilets au cuivre ou avec hormones sont pratiquement aussi efficaces que la stérilisation féminine (ligature des trompes) 99,8 %.

## COÛT

Le prix d'un stérilet au cuivre (environ 80 à 110\$) peut varier d'une pharmacie à l'autre. Ils ne sont pas remboursés par le Régime d'assurance médicament et très peu d'assurances privées les paient.

Quant au stérilet avec hormone, leurs prix varient entre 300 et 450 \$ selon le type. Le Mirena et le Kyleena sont remboursés par le Régime d'assurance médicaments et les assurances privées.

On doit toutefois obtenir une ordonnance d'un médecin pour se les procurer en pharmacie.

## INDICATION

Toute femme qui désire un moyen de contraception efficace peut se faire installer un stérilet qu'elle ait eu des enfants ou non.

## CONTRE-INDICATIONS

Les principales 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. 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 (dépistage des maladies transmissibles sexuellement, ITSS (MTS) même si elles sont en situation de couple stable. Le prélèvement peut se faire en même temps que l'insertion du stérilet. L'insertion d'un stérilet est peu douloureuse, mais provoque quelquefois des crampes semblables à des douleurs menstruelles qui peuvent persister quelques heures après la pose. Ces crampes peuvent être diminuées par un médicament anti-inflammatoire (ex : advil) pris une heure avant la pose.

## EFFETS SECONDAIRES

### Les stérilets au cuivre

Les stérilets au cuivre allongent 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.

Les stérilets au cuivre peuvent aussi augmenter les crampes menstruelles. Votre médecin peut vous prescrire un médicament anti-inflammatoire qui diminuera les crampes ainsi que le flux menstruel.

### Stérilet avec hormones

#### Mirena /Kyleena

Avec ces stérilets, la femme peut avoir des saignements irréguliers pendant les trois à quatre premiers mois. Par la suite, les menstruations sont habituellement beaucoup moins abondantes ou cessent complètement. 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) (sauf dans les 3 premières semaines). Cette infection, lorsqu'elle survient, est associée aux maladies transmissibles sexuellement et non au stérilet.

### 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.

**N.B :** Tout saignement ou toute douleur inhabituelle chez une femme porteuse de stérilet nécessite une vérification par le médecin.

## RETRAIT

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. Les femmes apprécieront davantage les stérilets avec hormones si elles ont des menstruations abondantes, longues et douloureuses. Toutefois, une femme qui a des menstruations régulières, peu abondantes et peu douloureuses ou qui souhaite une contraception sans hormone sera très satisfaite avec les stérilets au cuivre.

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

## STÉRILET DU LENDEMAIN

Un stérilet au 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 orale d'urgence (pilule du lendemain) est dépassé. Les stérilets avec hormones n'ont pas été étudiés comme stérilet du lendemain.

Révision Novembre 2018

## 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*

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