

CONTRACEPTION

Dr SAWADOGO Yobi Alexis
Gynécologue au CHUYO

DEFINITION

- ⊙ La contraception est l'ensemble des méthodes permettant d'empêcher la survenue d'une grossesse non désirée.
- ⊙ Le but est d'obtenir une infécondité temporaire et réversible.
- ⊙ La contraception doit répondre à 4 critères fondamentaux
 - L'innocuité
 - L'efficacité
 - La réversibilité
 - L'acceptabilité physique et psychologique

CYCLE MENSTRUEL

- ◉ Le cycle menstruel est la période allant du 1^{er} jour des règles au dernier jour qui précède les règles suivantes
- ◉ Les règles durent en moyenne 3 à 7j elles peuvent être abondante ou non
- ◉ L'ovulation survient toujours 14j avant les règles prochaines
- ◉ L'ovule vit 24 à 48h

CONTRACEPTION NATURELLE

◉ La méthode de retrait ou la méthode de coït interrompu

- consiste à se retirer avant l'éjaculation lors des rapports sexuels surtout pendant la période de l'ovulation
- Avantages : disponible, moins cher, sans effets secondaires
- Inconvénient : taux de grossesse élevé, ne convient pas aux femmes qui ne doivent pas avoir de grossesse

⊙ Les méthodes d'abstinence périodiques

- La méthode de la courbe de température
 - C'est une méthode d'abstinence périodique basée sur la détermination de la période féconde à partir de la mesure de la température basale du corps de la femme et abstinence de tout rapport sexuel pendant cette période féconde.



- ◎ **La méthode du calendrier ou la méthode OGINO**

- C'est une méthode qui utilise la détermination de la période féconde à partir de l'utilisation du calendrier. L'observation est faite durant 6 cycles. L'abstinence sexuelle se fera pendant la période féconde.

- ◎ **Autres méthodes : l'observation de la glaire cervicale, etc.**



LA MÉTHODE MAMA

La MAMA est efficace à 98% ou plus
(si toutes les 3 conditions sont remplies)



LES AVANTAGES DE LA MAMA

- ⦿ Empêche les grossesses
- ⦿ Encourage l'allaitement
- ⦿ Pourrait être une bonne introduction aux autres méthodes de PF
- ⦿ Bonne pour la santé de la mère et de l'enfant

CONDITIONS DE LA MAMA

1. Allaitement Exclusif
2. Aménorrhée
3. 4-6 mois



LA MÉTHODE DES JOURS FIXES ET LE COLLIER DU CYCLE

LA MÉTHODE DES JOURS FIXES

- ◉ Identifie les jours 8-19 du cycle comme fertiles
- ◉ C'est pour les femmes avec des cycles entre 26 et 32 jours
- ◉ Aide le couple à éviter les grossesses imprévues en sachant quand s'abstenir de rapports sexuels non protégés
- ◉ Utilise un collier de perles colorées pour aider la femme à savoir sa période féconde



CONTRACEPTIFS ORAUX COMBINÉS

CONTRACEPTIFS ORAUX COMBINÉS (COCS).

- Pilules contenant deux hormones en faibles doses :
 - un progestatif et un œstrogène.
- Leur action principale est d'empêcher les ovaires de libérer des ovules.

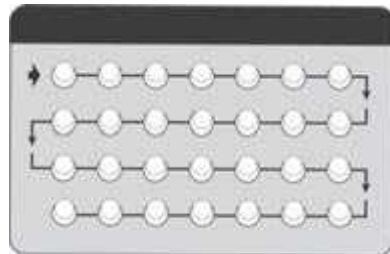
EFFICACITÉ

- Telle qu'elle est utilisée couramment, environ 8 grossesses pour 100 femmes pendant la première année.
- Si aucune erreur n'est faite, moins d'une grossesse pour 100 femmes pendant la première année (3 pour 1 000 femmes).

LES PILULES A SEULS PROGESTATIFS

QUE SONT LES PILULES PROGESTATIFS?

- Pilules qui renferment de très faibles doses de progestatif comme la progestérone qui est une hormone naturelle dans le corps de la femme
- Egalement appelée la “mini-pilule” et contraceptifs oraux progestatifs (COP)



MODE D'ACTION

Agissent essentiellement en :

- ⊙ Epaississant la glaire cervicale
(cela empêchent les spermatozoïdes de rencontrer l'ovule)
- ⊙ Empêchant l'ovulation



MODE D'EMPLOI

- ⦿ Prendre une pilule chaque jour en continu
- ⦿ Prendre la pilule à la même heure chaque jour
- ⦿ Lorsqu'elle termine une plaquette, elle devrait prendre la première pilule de la prochaine plaquette dès le lendemain.

TIMBRE CONTRACEPTIF OU PATCH CONTRACEPTIF



◉ De quoi s'agit-il?

- Un timbre ou patch qui libère des hormones à travers la peau.
- Le timbre peut se porter sur les fesses, le haut du bras, le bas de l'abdomen ou le haut du torse, mais pas sur la poitrine.
- Un nouveau timbre est appliqué une fois par semaine pendant trois semaines, suivies par une semaine sans timbre.

◉ Quel est le mode d'action?

- ◉ Il inhibe la libération d'un ovule par l'ovaire.
- ◉ Il favorise l'épaississement de la glaire cervicale augmentant la difficulté pour les spermatozoïdes de se rendre jusqu'à l'ovule.
- ◉ Il modifie la paroi interne de l'utérus, ce qui rend l'implantation difficile.
- ◉ **Taux d'échec:** 80 par 1 000 femmes par année

ANNEAU VAGINAL

- ◉ De quoi s'agit-il?
 - Un anneau flexible, presque transparent, qui mesure 54 mm (environ 2 pouces) de diamètre.
 - Pendant les trois semaines où il est présent dans le vagin, l'anneau libère une dose continue d'hormones.
- ◉ Quel est le mode d'action?
 - Il inhibe la libération d'un ovule par l'ovaire.
 - Il favorise l'épaississement de la glaire cervicale augmentant la difficulté pour les spermatozoïdes de se rendre jusqu'à l'ovule.
 - Il modifie la paroi interne de l'utérus, ce qui rend l'implantation difficile.
- ◉ Taux d'échec: 80 par 1 000 femmes par année.



LES MÉTHODES INJECTABLES A SEUL PROGESTATIF

QUE SONT LES INJECTABLES À SEUL PROGESTATIF

Le Depo-Provera qui est
l'injectable progestatif le plus
utilisé

le Sayana Press

Le Noristerat



MODE D'ADMINISTRATION

- ◉ Revenir régulièrement pour les injections. tous les 3 mois(13 semaines) pour le Depo-Provera et Sayana Press ou
- ◉ tous les 2 mois (8 semaines) pour le Noristérat
- ◉ Injection intramusculaire profonde
- ◉ Injection sous cutanée pour le Sayana Press

MODE D'ACTION

- Epaissit la glaire cervicale empêchant la pénétration des spermatozoïdes.
- Diminue le transport de spermatozoïdes dans le tractus génital supérieur (trompe de Fallope)
- Supprime l'ovulation.



IMPLANTS

DESCRIPTION DES IMPLANTS

- De petits bâtonnets ou capsules en plastique, chacune de la taille d'une allumette, qui libèrent un progestatif analogue à la progestérone qui est une hormone naturelle dans le corps d'une femme.



DIFFERENTS TYPES D'IMPLANTS

Il existe de nombreux types d'implants :

- ◉ Jadelle : 2 bâtonnets efficaces pendant 5 ans
- ◉ Implanon : 1 bâtonnet efficace pendant 3 ans
- ◉ Sinoplant : 2 bâtonnets efficaces pendant 5 ans.

TYPES D'IMPLANTS



MÉCANISME D'ACTION

- ✓ Libère régulièrement de la progestérone
- ✓ Supprime l'ovulation
- ✓ Augmente la viscosité du mucus cervical,
- ✓ Empêchant les spermatozoïdes d'aller vers la cavité utérine et le tube

MÉTHODES BARRIÈRES

TYPES DE MÉTHODES BARRIÈRES

⊙ Préservatifs

- Masculin
- Féminin

⊙ Spermicides et éponges

⊙ diaphragmes et

⊙ Capes cervicales



CONDOM FÉMININ

- ◉ **Quel est le mode d'action?**
- ◉ Il doit être inséré dans le vagin avant le rapport sexuel.
- ◉ Il recouvre entièrement la paroi vaginale, empêchant le contact direct entre le pénis et le vagin et l'échange de fluides corporels.
- ◉ **Taux d'échec:** 210 par 1 000 femmes par année.

DIAPHRAGME



De quoi s'agit-il?

C'est une méthode barrière intravaginale utilisée avec un spermicide.

- Le diaphragme est un dôme de latex entouré d'un anneau métallique flexible (aussi disponible sans latex).
- Placé dans le vagin avant le rapport sexuel.
- Il doit être laissé en place de 6 à 8 heures après le rapport sexuel.



Quel est le mode d'action?

- .Un examen gynécologique est nécessaire pour déterminer la taille du diaphragme.
 - Le dispositif doit être inséré dans le vagin et doit couvrir le col de l'utérus.
 - Ce dispositif bloque l'entrée du col de l'utérus empêchant les spermatozoïdes d'entrer et de féconder l'ovule.
 - Il faut remettre du spermicide dans l'éventualité d'un autre rapport sexuel.

Taux d'échec: 16 à 32 % par année.



CAPE CERVICALE



- **De quoi s'agit-il?**
 - Une méthode barrière intravaginale utilisée avec un spermicide.
 - La cape cervicale est une calotte, en forme de dé, faite de silicone.
 - Ce dispositif est placé sur le col avant le rapport sexuel.
 - Il doit être laissé en place de 6 à 8 heures après le rapport
- **Quel est le mode d'action**
 - Un examen gynécologique est nécessaire pour déterminer la taille de la cape.
 - Le dispositif doit être inséré dans le vagin et doit couvrir le col de l'utérus.
 - Ce dispositif bloque l'entrée du col de l'utérus empêchant les spermatozoïdes d'entrer et de féconder l'ovule.
 - Il faut remettre du spermicide dans l'éventualité d'un autre rapport sexuel.
- **Taux d'échec:** 160 à 320 par 1 000 femmes par année

PRESERVATIF MASCULIN

⊙ Indication :

- Contraception d'attente
- Les rapports sporadiques
- Une contre indication à la pilule et au dispositif intra utérin
- Protection contre les IST

⊙ Contre indication

- Allergie au latex
- Handicapé mental

⊙ Taux d'échec 14 à 21 %



LE DIU OU STÉRILET

DÉFINITION

Le DIU est un petit dispositif qu'on insère dans la cavité utérine pour éviter la survenue d'une fécondation



TYPES DE DIU

○ DIU au cuivre

- Tcu 380 A
- Tcu 200

Petite armature flexible en plastique, **Dispositif** recouvert des fils en cuivre; efficace pendant 12 ans

○ DIU aux hormones

- Progestasert, Levonova
- Mirena

Une armature en plastique en forme de T qui libère régulièrement de petites quantités de lévonorgestrel chaque jour; efficace pendant 5 ans

○ DIU inertes

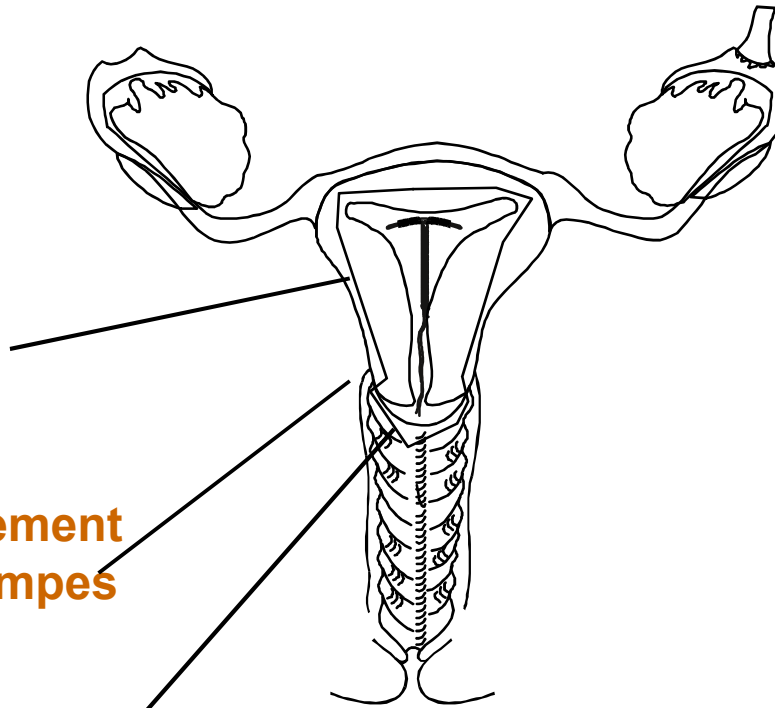
- Plastique (Boucle de lippes)
- Acier inoxydable chinois

MODES D'ACTION

Interfère avec la capacité du spermatozoïde de traverser la cavité utérine.

Altère l'environnement utérine et des trompes de Fallope

Diminue la mobilité et le fonctionnement des spermatozoïdes

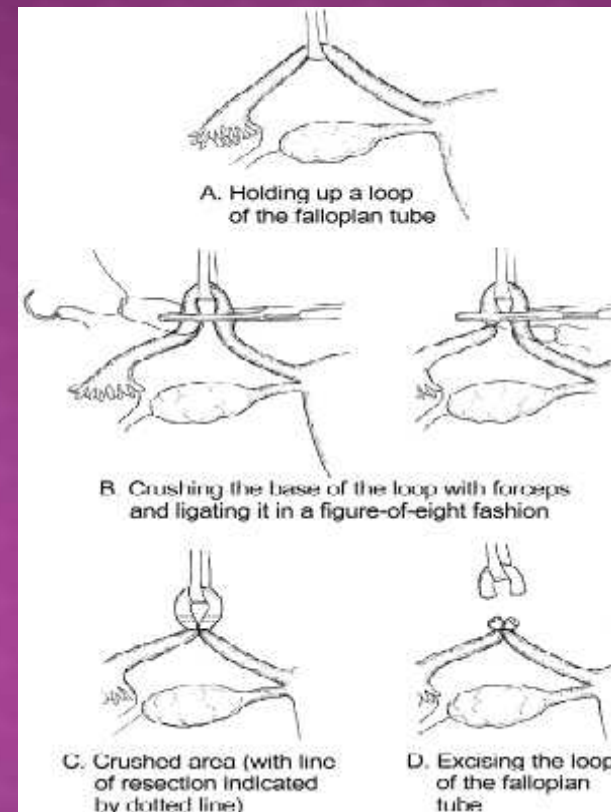


Les recherches montrent que le DIU au cuivre prévient la grossesse principalement en affectant le transport des spermatozoïdes, donc

PREVENANT LA FECONDATION

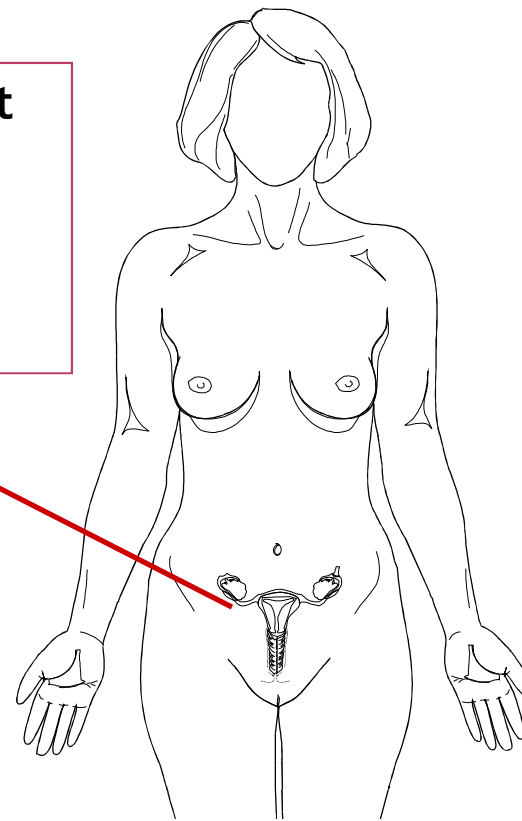
La prévention de la nidation est un mode d'action secondaire inconnu

Ligature des trompes



MÉCANISME D'ACTION

Bloque les trompes de Fallope (en les nouant et en les coupant, en y posant des anneaux, des agrafes ou par electrocauterisation), empêchant ainsi le sperme d'atteindre l'ovule et de causer la fertilisation.



AVANTAGES

- ◉ Hautement efficace : 0,5 grossesses pour 100 femmes au cours de la première année d'utilisation
- ◉ Sans danger
- ◉ Permanent
- ◉ N'interfère pas avec les relations sexuelles
- ◉ Chirurgie simple habituellement réalisée sous anesthésie locale avec une sédation modérée et en tant que patiente non hospitalisée
- ◉ Pas d'effets secondaires à long-terme
- ◉ Bon pour la patiente si une grossesse représente pour elle un danger pour sa santé

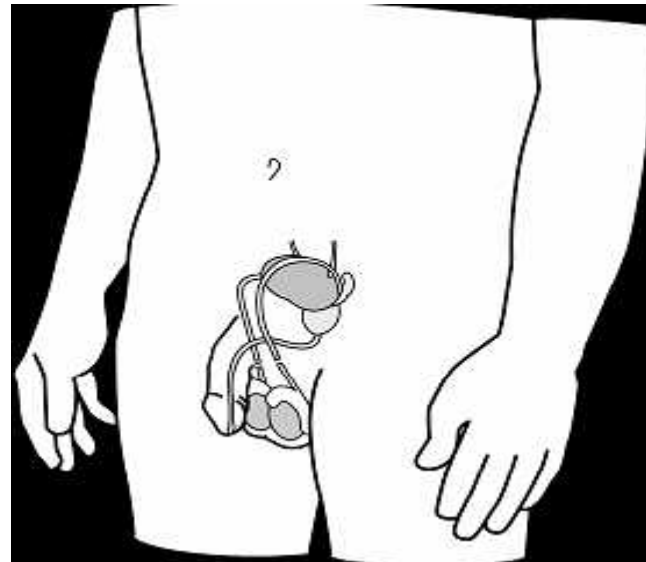
CONDITIONS AU BURKINA FASO

- ⦿ Avoir au moins 35 ans
- ⦿ Être mentalement stable
- ⦿ Avoir au moins 3 enfants dont les 2 sexes

VASECTOMIE SANS BISTOURI

Définition de la vasectomie

- La vasectomie est une méthode de planification familiale sans danger, pratique, hautement efficace et permanente,
- elle est obtenue par une chirurgie simple , réalisée afin d' obstruer et de diviser les canaux déférents.



CARACTÉRISTIQUES DE LA VASECTOMIE

- Méthode hautement efficace
 - Pas efficace immédiatement— l’OMS recommande d’utiliser une contraception de renfort pendant 3 mois après la procédure
- L’échec est de (taux de grossesse) 0,2% à 0,4%
- Regret :
 - La plupart des hommes ayant choisi la vasectomie ne regrette pas leur choix
 - Une attention particulière doit être accordée aux jeunes, l’instabilité maritale et les décisions prises sous pression
 - Afin de minimiser le regret un counseling prudent est indispensable.

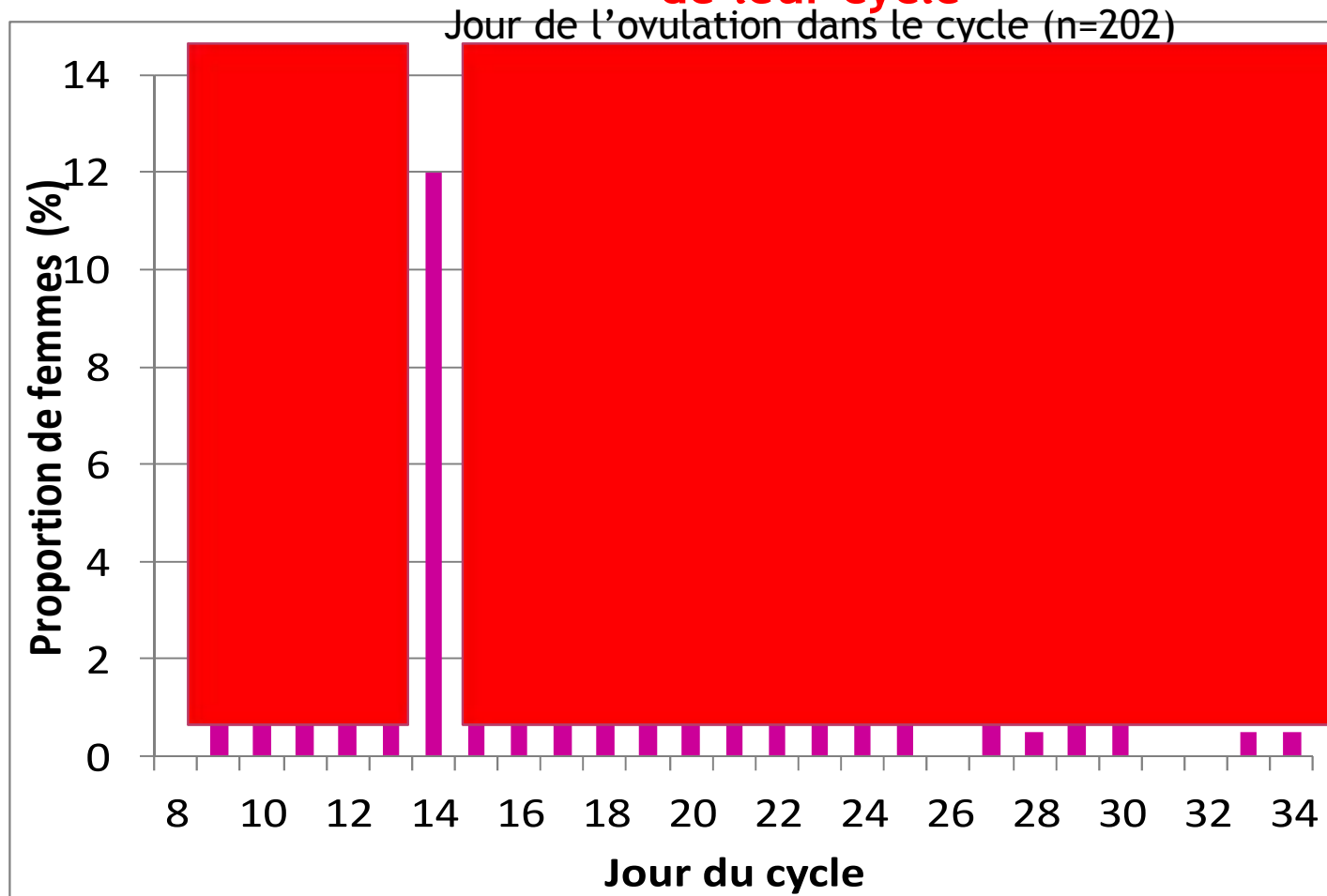
CONTRACEPTION D'URGENCE

QU'EST-CE QUE LA CU?

- ◉ Un type de contraception qui est utilisé en urgence afin d'empêcher une grossesse non voulue suite à une relation sexuelle non protégée.
- ◉ Quelquefois on l'appelle la “pilule du lendemain” ou “contraception post-coïtale”.

L'OVULATION PEUT INTERVENIR À TOUT MOMENT DU CYCLE

La grande majorité des femmes n'ovulent pas le 14ème jour de leur cycle



Le 14ème jour est le jour où le plus grand nombre d'ovulations apparaissent, mais seulement 12% des femmes ovulent ce jour là. Donc 88% des femmes n'ovulent pas le 14ème jour.

Plus de 50 de femmes ovulent en dehors de la fenêtre jour 12 – 16 .

TYPES DE CU

- Pilules contraceptives d'urgence (PCU):
 - Contraceptif oral combiné ou
 - Pilule avec progestatif seul
- Mifépristone : Elleone
- DIU libérant du cuivre.

QUI PEUT UTILISER LA CU?

- Celles qui n'ont utilisé aucune contraception
- Celles qui ont mal utilisé/oublié leur contraception
 - Rupture, glissement ou mauvaise utilisation du préservatif
 - Expulsion du DIU
 - Deux COC perdues consécutivement & lorsqu'il est trop tard pour une injection de Depoprovera \geq 4 semaines
 - Pilule contraceptive POP prise 3 heures ou plus après le moment prévu
 - Non dissolution du spermicide et avant la relation sexuelle
 - Coït mal interrompu (retrait)
 - Délogement du diaphragme ou retrait précoce.
 - Mauvais calcul de la période sans danger du cycle lorsqu'on utilise une méthode basée sur la fécondité.
- En cas d'agression sexuelle

QUAND LES PRENDRE ?

- ⦿ Aussi rapidement que possible après des rapports sexuels non protégés. *Plus la PCU est prise rapidement après des rapports non protégés, mieux elle arrive à prévenir la grossesse.*
- ⦿ Peut prévenir la grossesse si elle est prise dans les 5 jours maximum après des rapports sexuels non protégés.

PROTOCOLE DES PILULES DE CU

1. Pilules contenant uniquement de la progestérone

- Pilules contenant 0,75mg de levonorgestrel telles que postinor-2, Optinor.
 - 1 pilule aussitôt que possible après la relation sexuelle non protégée suivie par une dose égale prise 12 h plus tard.
- Pilules contenant 1,5mg de levonorgestrel: Norlevo
 - 1 pilule aussitôt que possible après une relation sexuelle non protégée
- Pilules contenant 0,03mg de levonorgestrel (microlute, norgeston, ovrette, microval)
 - 25 pilules pour la 1^{ère} et 2^{nde} dose

PROTOCOLE DE PCU ...

2. PCO combinées

- Pilules fortement dosées contenant 50 µg d'ethinyl oestradiol & 0,25mg de levonorgestrel (neogenon, ovrán, eugynon, stédiril)
 - 1^{ère} dose: 2 pilules aussitôt que possible après une relation sexuelle non protégée dans les 5 jours suivants
 - 2^{nde} dose: 2 pilules 12 heures plus tard
- Pilules faiblement dosées contenant 30 µg d'ethinyl oestradiol & 0,15 mg de levonorgestrel (microgynon, nordate, lo/femenal)
 - 4 pilules pour la 1^{ère} & 2^{nde} dose

ELLAONE® EN PRATIQUE

- 1 cp d'ellaOne®, à prendre le plus tôt possible
- Peut être pris au cours ou en dehors des repas
- A n'importe quel moment du cycle
- Si vomissement dans les 3 heures, prendre un autre comprimé
- ellaOne® peut occasionner un retard de règles
-en cas de retard de règles de plus de 7 jours, effectuer un test de grossesse
- ellaOne® ne protège pas des rapports sexuels non ou mal protégés ultérieurs

DIU LIBÉRANT DU CUIVRE

- Un DIU libérant du cuivre peut être utilisé en tant que contraception d'urgence dans les 5 jours suivant un rapport sexuel non protégé
- Efficacité: >99 %
- Indications: en plus de ceux des PCU
 - Lorsque les méthodes hormonales sont moins efficaces parce qu'il s'est écoulé plus de 72 heures.
 - La patiente envisage d'utiliser un DIU comme contraception continue de long-terme.

PLANIFICATION FAMILIALE DU POSTPARTUM



PLANIFICATION ET ESPACEMENT
IDEAL DES GROSSESSES POUR LA
SANTÉ (PEIGS) ET PF DU POST -
PARTUM

IMPACT DES GROSSESSES NON PLANIFIÉES

Dans le monde:

- 180-210 millions de grossesses par an
- 80 millions de grossesses non planifiées
- 42 millions d'avortements provoqués dont 20 millions exécutés dans des conditions à risque
- Près de 600 000 femmes âgées de 15 à 49ans meurent chaque année de complications de la grossesse et de l'accouchement.

ESPACEMENT SAIN DES GROSSESSES:

RÉDUIT LES RISQUES DE CONSÉQUENCES NÉGATIVES
SUR LA SANTÉ (1)

**RISQUES LORSQU'UNE GROSSESSE SURVIENT 6 MOIS
APRES UNE NAISSANCE VIVANTE , COMPARES AUX
RISQUES ENCOURUS DANS LE GROUPE DE
REFERENCE**

CONSEQUENCE NEGATIVE	RISQUE ACCRU
Avortement provoqué	650%
Fausse couche	230%
Décès de nourrisson (<12 mois)	223%
Décès maternel	150%
Naissance avant terme	70%
Faible poids à la naissance	60%

Rutstein SO, 2008, Macro International

ESPACEMENT SAIN DES GROSSESSES:

RÉDUIT LES RISQUES DE CONSÉQUENCES NÉGATIVES SUR LA SANTÉ (2)

RISQUES EN CAS DE SURVENUE DE GROSSESSE PEU DE TEMPS APRES UN AVORTEMENT/UNE FAUSSE COUCHE, COMPARE AUX RISQUES EN CAS DE GROSSESSE SE PRODUISANT A UN INTERVALLE SUPERIEUR A SIX MOIS

INTERVALLE	RISQUE ACCRU APRES 2 MOIS	RISQUE ACCRU APRES 3–5 MOIS
Faible poids à la naissance	170%	140%
Anémie de la mère	160%	120%
Accouchement avant terme	80%	40%

Source: USAID-supported studies, 2005-2007

RECOMMANDATIONS 2006 ISSUES DE LA CONCERTATION TECHNIQUE DE L'OMS

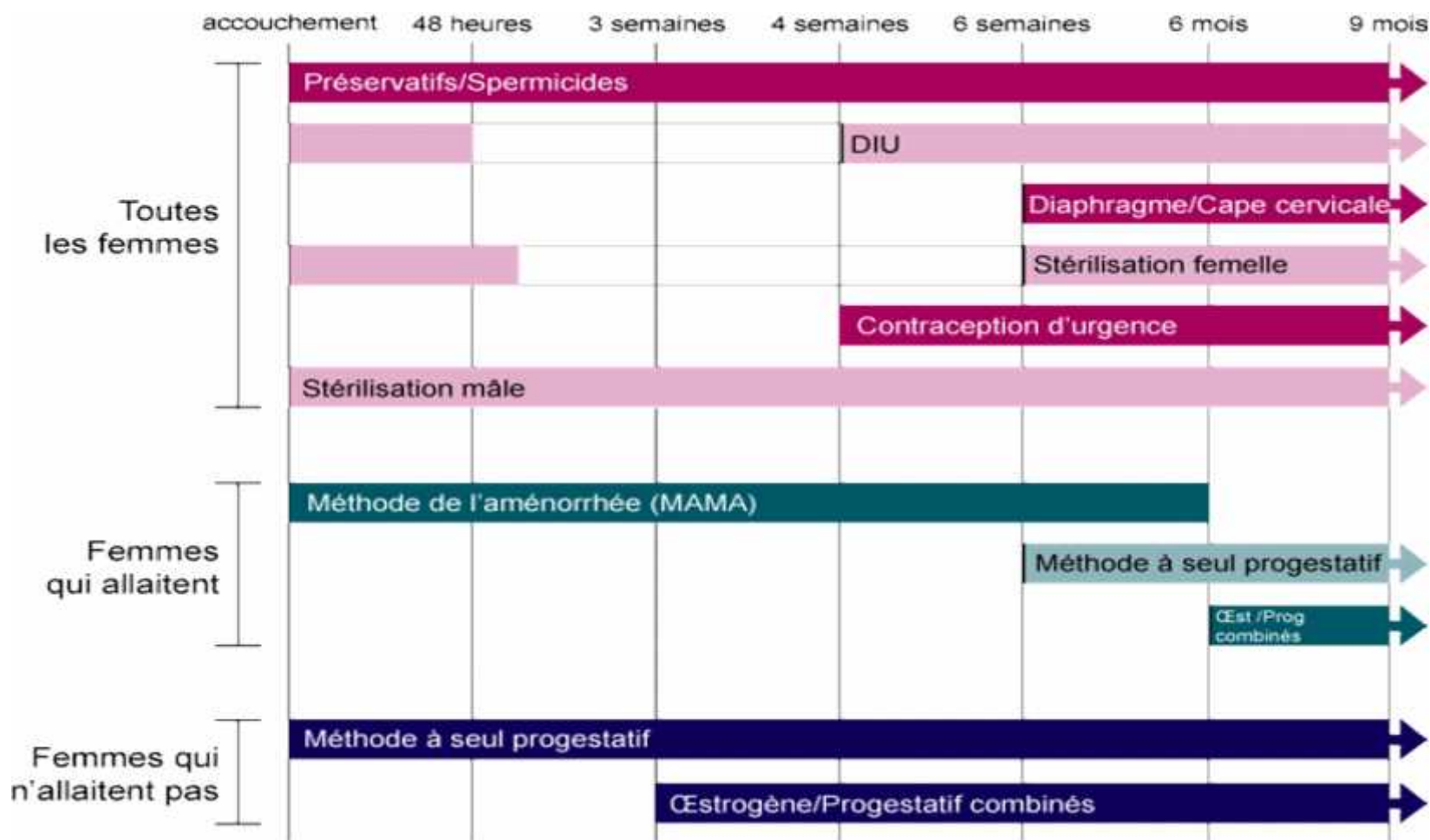
- Recommandation concernant un espacement après une **naissance vivante**:
 - L' intervalle recommandé avant de planifier une prochaine grossesse est d'**au moins 24 mois** afin de réduire le risque de conséquences négatives pour la mère, le nourrisson et l'enfant
- Recommandation concernant un espacement après une **fausse couche ou un avortement provoqué**:
 - L' intervalle minimum recommandé avant la prochaine grossesse devrait être **d'au moins six mois** afin de réduire les risques de conséquences négatives pour la mère et le nouveau-né
- Recommandation concernant l'âge de la première grossesse:
 - Les adolescentes devraient retarder leur première grossesse **jusqu'à 18 ans** afin de réduire les risques de conséquences négatives pour la mère et le nouveau-né

MÉTHODES DE PLANIFICATION FAMILIALE POSTPARTUM

- ◉ MAMA
- ◉ Condoms
- ◉ Pilules combinées (Estrogène/Progestatif)
- ◉ Pilules à seul progestatif
- ◉ DIUPP
- ◉ Vasectomie
- ◉ Salpingectomie

Planification familiale
postpartum

PÉRIODE À LAQUELLE COMMENCER L'UTILISATION DES MÉTHODES DE PF



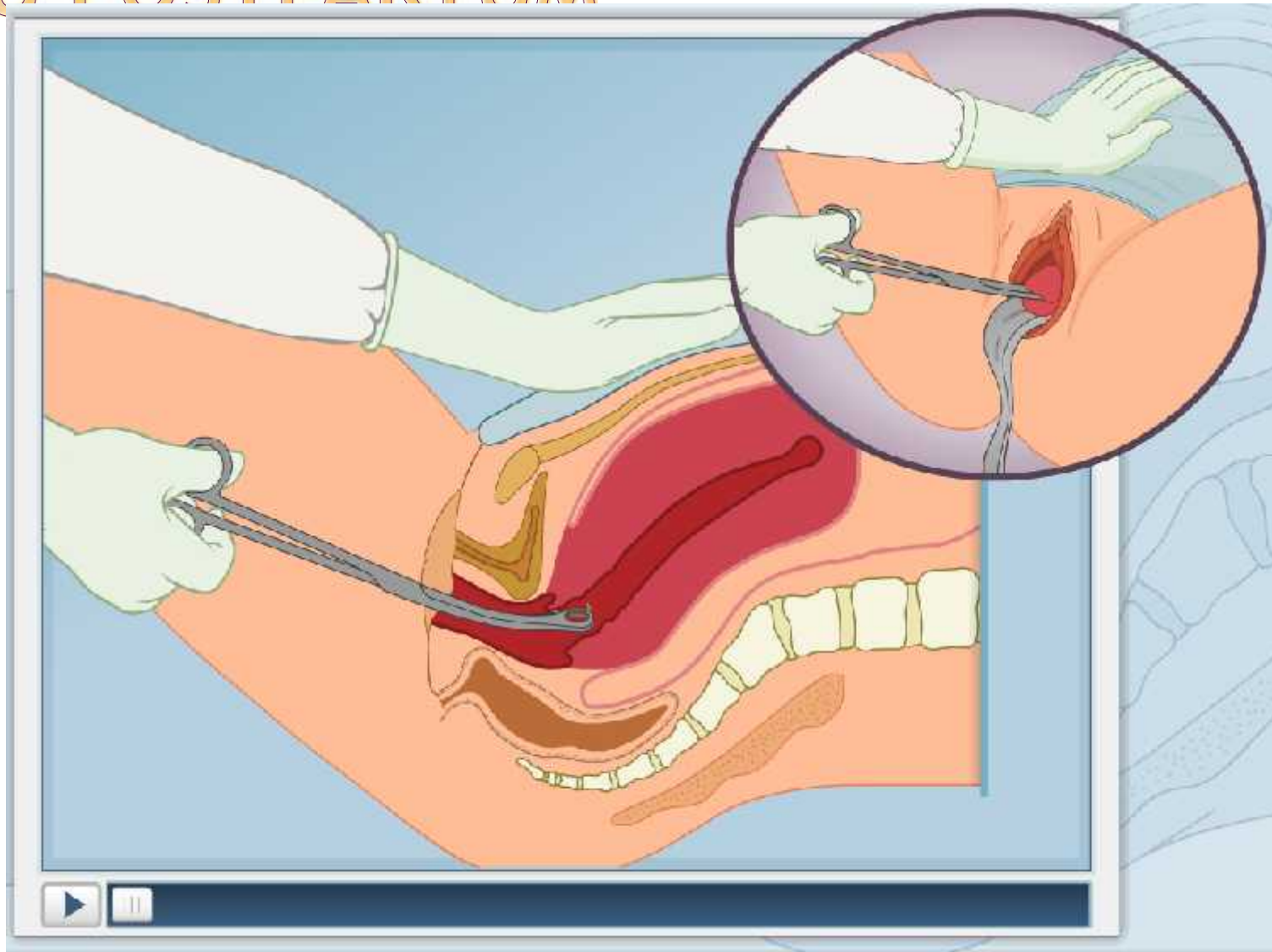
Adapté du bulletin MAQ Exchange : Mise à jour de la technologie de la contraception

PÉRIODE D'INITIATION DES MÉTHODES DE PF POSTPARTUM

- ◉ MAMA- associée à l'allaitement au sein
- ◉ Préservatifs- à la reprise des rapports sexuels
- ◉ Méthodes à seul progestatif -
 - Pratiquent l'allaitement au sein: lorsqu'il y a une bonne production de lait et une bonne pratique de l'allaitement - 6 semaines
 - Ne pratiquent pas l'allaitement au sein - immédiatement
 - Si implants (jadell) immédiatement après l'accouchement
- ◉ Pilules orales combinées (Estrogène + Progestatif)
 - Pratiquent l'allaitement: lorsqu'il n'existe pas de risque, si la quantité de lait diminue - 6 mois
 - Ne pratiquent pas l'allaitement: lorsque le risque de thrombose est réduit - 3 semaines
- ◉ DIU- Lorsque le risque d'infection et de perforation est faible
 - Premières 48 heures ou après 4-6 semaines
- ◉ Salpingectomie- lorsque l'inflammation tubaire et le risque d'infection est faible:
 - 7 premiers jours ou après 6 semaines
- ◉ Vasectomie - A n'importe quel moment

Planification familiale
postpartum

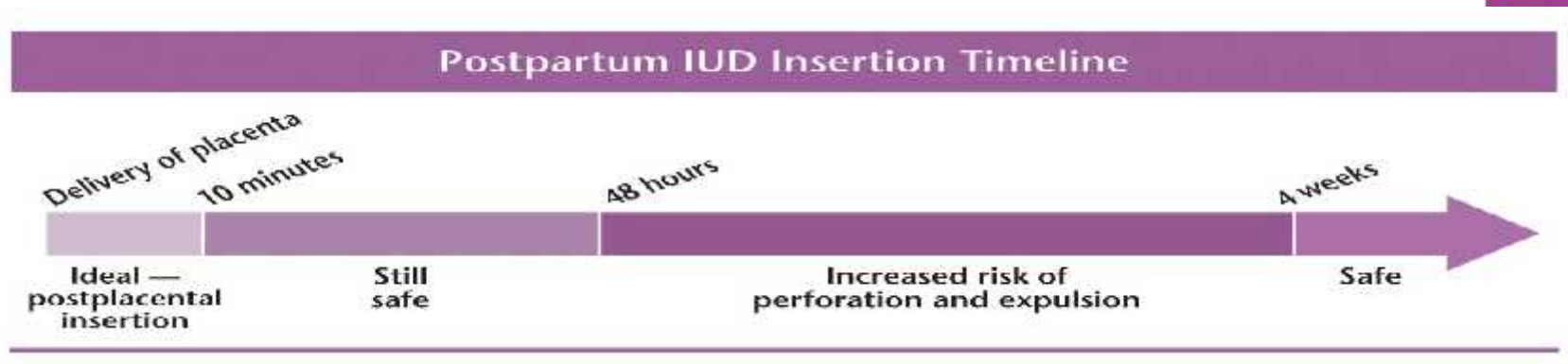
D I U POSTPARTUM



Postpartum Intrauterine Contraceptive Device

MOMENT D'INSERTION DU DIU POST PARTUM - IMMÉDIAT

- Les DIUs peuvent être insérés en postpartum
 - Directement après l'accouchement = Post-placentaire (10 minutes après le placenta)
 - Peu de temps après l'accouchement = postpartum précoce (< 48 heures après l'accouchement)
 - Pendant la césarienne = Per-césarienne
 - Six semaines postpartum ou plus
- Les DIUs **ne doivent pas** être insérés entre 48 hrs et 4 semaines post - partum



CONDITIONS D'INSERTION DU DIU POST PARTUM

○ CONTRE-INDICATIONS ABSOLUES

- Infection puerpérale
- Immédiatement après une chorioamnionite (non mentionné dans les MEC)
- Hémorragie non résolue (non mentionnée dans les MEC)
- Immédiatement après un avortement septique

○ CONTRE-INDICATIONS RELATIVES:

- Entre 48 heures et 4 semaines
- Rupture prématurée de membranes > 18 heures

Merci pour votre attention