
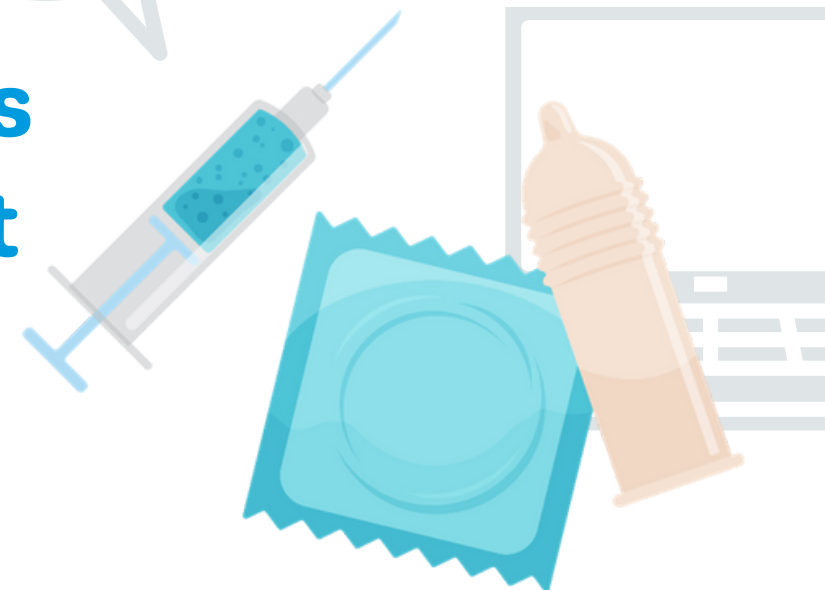


## CONTRACEPTION ET GROSSESSE

# Quelles sont les différentes formes de contraception et comment les utiliser ?

MOTS CLÉS préservatifs | pilule contraceptive | rapports sexuels protégés | contraception 

Il existe plusieurs options de contraception, chacune ayant sa propre façon de prévenir les grossesses et la propagation des infections sexuellement transmissibles (IST). Jetons un coup d'œil :

## • Préservatifs

Les préservatifs sont de petits assistants pratiques qui agissent comme une barrière en empêchant les spermatozoïdes d'atteindre l'ovule. Mais attention, n'oublie pas qu'il faut en utiliser un nouveau à chaque rapport sexuel (vaginal, oral ou anal) et suivre scrupuleusement le mode d'emploi.



### • Pilules contraceptives

Ces pilules sont prises quotidiennement et contiennent des hormones qui arrêtent l'ovulation. L'ovulation (lorsqu'un ovule est libéré par les ovaires) marque la phase la plus fertile du cycle menstruel (plus ou moins à la 2e semaine). Il est important de prendre la pilule contraceptive à la même heure tous les jours, mais une fois que l'on commence, cela devient vite une habitude ! Pour certaines jeunes femmes, la pilule contraceptive a un effet négatif sur leur humeur et leur moral, c'est pourquoi il est nécessaire de discuter de cette méthode en détail avec un médecin.

### • Implants contraceptifs

Il s'agit de minuscules bâtonnets insérés sous la peau de ton bras. Ils fonctionnent en libérant des hormones qui empêchent la grossesse. En termes de taux de réussite, ils sont très efficaces et fonctionnent pendant plusieurs années, de sorte qu'il n'est pas nécessaire d'en acheter constamment de nouveaux, comme les préservatifs, ou de renouveler les ordonnances, comme pour les pilules contraceptives.

### • Stérilets

Il s'agit de petits dispositifs en forme de T placés par un médecin à l'intérieur de l'utérus pour empêcher une grossesse. Ils existent en version hormonale et non hormonale et peuvent fonctionner pendant des années. L'insertion peut être légèrement douloureuse ou très douloureuse pendant environ 1 à 2 minutes. Il est également important de connaître les symptômes post-insertion : des crampes, de légers saignements ou des vertiges peuvent survenir après l'intervention.

## • Patches contraceptifs

Il s'agit d'un patch que l'on colle sur la peau une fois par semaine pendant trois semaines, puis qu'on retire pendant une semaine. Il libère des hormones pour arrêter l'ovulation et est facile à utiliser. Tu peux mettre le patch sur ta fesse, la partie supérieure de ton bras, la partie inférieure de ton abdomen ou la partie supérieure de ton corps. Ne le mets pas sur tes seins ou à un endroit où il pourrait s'enlever.

## • Injection contraceptive

Il s'agit d'une piqûre que le médecin t'injecte dans le bras ou la fesse tous les trois mois. Ce produit agit en empêchant l'ovule d'être libéré par l'ovaire, c'est-à-dire en empêchant l'ovulation de se produire.

---

Lorsque vient le moment de choisir la forme de contraception qui te convient le mieux, n'oublie pas de faire des recherches et de peser le pour et le contre en termes d'efficacité, de coût, de confort et de disponibilité. Réfléchis à ce qui te convient le mieux et à ce qui est le mieux adapté à ton mode de vie. Surtout, avant de prendre une décision définitive, parles-en à ton médecin : il te fournira le soutien dont tu as besoin pour faire le bon choix.



**CONTRACEPTION  
ET GROSSESSE**

