

Activité n°24 : La contraception.

I – La pilule.



Document n°1 : La pilule contraceptive.

Mode d'action et utilisation : constituée d'une association d'hormones, son absorption quotidienne permet :

- le blocage de l'ovulation ;
- la modification du mucus cervical, empêche les spermatozoïdes de pénétrer dans l'utérus
- le blocage de la nidation dans l'utérus.

Cette méthode très efficace est la plus utilisée. Elle requiert une prise quotidienne, à un horaire relativement fixe. Un oubli rend la contraception inefficace.

Il existe quelques risques, d'où la nécessité d'une consultation médicale avant toute prise de pilule.

Le médecin décide alors de la prescrire ou d'orienter vers un autre moyen contraceptif

Pourcentage de grossesses non intentionnelle 0,3%.

	Sans pilule	Avec pilule	Après l'arrêt de la pilule
Émission d'ovule par cycle	1	0	1
Couche superficielle de la paroi de l'utérus au 23 ^e jour du cycle	épaisse	fine	épaisse
Passage du col de l'utérus par les spermatozoïdes	facilité	freiné	facilité

Niveaux d'action de la pilule féminine. À condition d'être utilisée correctement, elle très est efficace.

Question n°1 : La pilule fonctionne à trois niveaux différents. Décris comment elle peut empêcher une grossesse. (=I)

1 Je prends mon premier comprimé le premier jour des règles. Par exemple, le mardi 9 octobre.

2 Le lendemain, et jusqu'à la fin de la plaquette je prends un comprimé chaque jour à la même heure. Je prends donc les 21 comprimés sans interruption.

3 Quand la plaquette est terminée, j'arrête de prendre la pilule pendant les 7 jours suivants. Durant cette période, mes règles vont arriver normalement.

4 Même si mes règles ne sont pas terminées à la fin de cette période de 7 jours, je recommence une nouvelle plaquette de 21 pilules : une par jour, à la même heure sans interruption pendant 21 jours.

Ce n'est pas compliqué... à condition de lire la notice à l'avance !

premier jour des règles → 1 → 28

Une date très importante à ne pas oublier

Document n°2 : Le mode d'emploi d'une pilule contraceptive.

Question n°2 : Comment faut-il prendre sa pilule contraceptive ? (=I)

Question n°3 : Pourquoi est-il conseillé de prendre la pilule à heure fixe ? (=Ra)

Document n°3 : Parfois on peut oublier de prendre la pilule

L'oubli d'un comprimé expose à un risque de grossesse :

- Si l'oubli d'un comprimé est constaté dans les 12 heures qui suivent l'heure habituelle de la prise, prenez immédiatement le comprimé oublié, et poursuivez la prise normalement en prenant le comprimé suivant à l'heure habituelle. Aucun autre moyen contraceptif n'est nécessaire.
- Si l'oubli d'un comprimé est constaté plus de 12 heures après l'heure normale de la prise, il existe un risque de grossesse. Dans ce cas, prendre immédiatement le comprimé oublié et poursuivre la plaquette normalement jusqu'à la fin. Cependant, vous devez utiliser un autre moyen de contraception (type préservatif) pendant les sept jours suivants. Si pendant ces sept jours vous terminez la plaquette commencée, commencez immédiatement une nouvelle plaquette, c'est-à-dire que vous ne devez pas faire d'arrêt entre deux plaquettes (règle des sept jours). Si vous n'avez pas vos règles à la fin de la nouvelle plaquette, faites un test de grossesse. Dans tous les cas, consultez votre médecin.

Question n°4 : Que faire si on se rend compte que l'on a oublié de prendre sa pilule :

- depuis moins de 12H ? (=I)
- depuis plus de 12H ? (=I)

Question n°5 : D'après-toi quel sont les avantages et les inconvénients de la pilule comme mode contraceptif ? (=Ra)

II – Les préservatifs.



Document n°4 : Les préservatifs.

Le **préservatif masculin** est une gaine en latex ou en polyuréthane qui se place sur le pénis en érection. Il présente une très bonne efficacité contraceptive lorsqu'il est utilisé correctement (précaution contre le déchirement du préservatif à l'ouverture de l'emballage et lors de sa mise en place, déroulement dans le bon sens...).

Le **préservatif féminin** est une gaine en polyuréthane avec deux anneaux plus rigides. Le premier maintient le préservatif au fond du vagin, le deuxième repose sur la vulve et assure sa stabilité au cours du rapport sexuel.

Ils sont disponibles librement et sans ordonnance dans les pharmacies, de nombreux commerces ou les distributeurs publics. Ils sont à usage unique.

On peut aussi se les procurer gratuitement dans les centres de planification familiale ou auprès des infirmières scolaires.

En plus de leur rôle dans la **contraception**, ils sont les seuls moyens permettant de se protéger des infections sexuellement transmissibles (IST) comme le Sida.

Question n°6 : D'après-toi comment les préservatifs masculins et féminins empêchent-ils la grossesse ? (=Ra)

Question n°7 : Quels sont les principaux avantages du préservatif ? (=I)

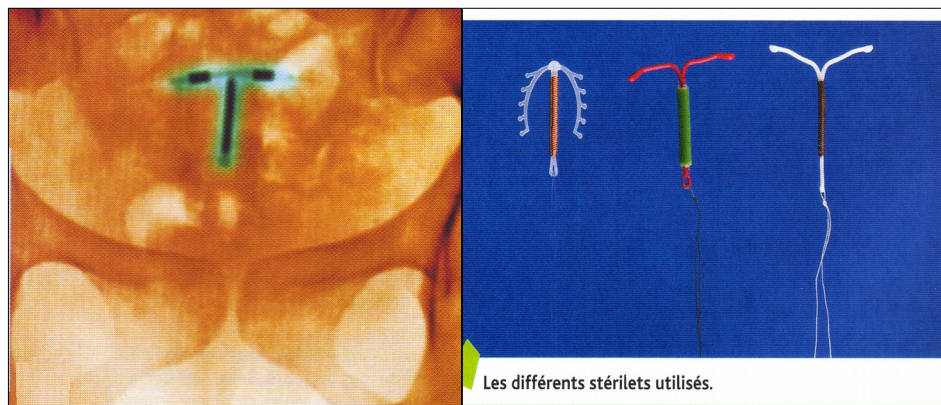
Question n°8 : Où peut-on trouver des préservatifs ? (=I)



Document n°5 : Pour information voici le mode d'emploi d'un préservatif.

Un bon conseil messieurs, le mieux est de s'être entraîné avant....

III – Les autres moyens de contraception.



Document n°6 : Le stérilet.

• Le stérilet est un petit objet de quelques centimètres souvent en forme de T, qui se place dans la cavité de l'utérus. La pose ou le retrait du stérilet s'effectue au cours d'une consultation médicale, et son efficacité est plus ou moins longue suivant les modèles (de un à cinq ans). C'est une méthode contraceptive très efficace dès sa mise en place.

• Certains stérilets sont recouverts de cuivre, d'autres libèrent des hormones.

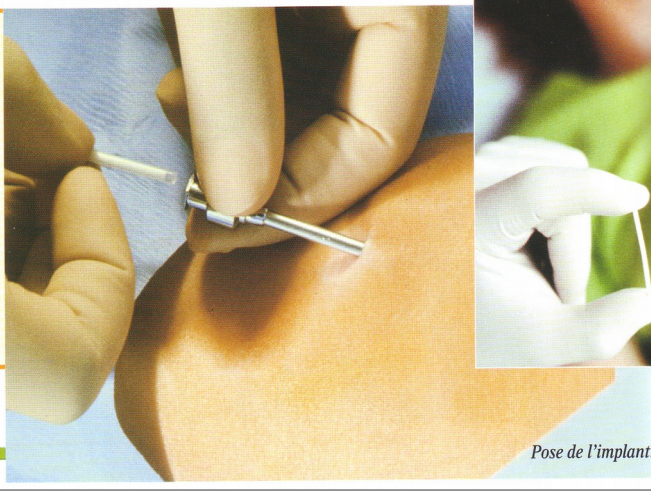
• Le stérilet empêche l'implantation de l'embryon car il modifie les caractéristiques de l'utérus. Il exerce aussi une action sur le passage des spermatozoïdes dans l'utérus.

Question n°9 : Quel est le principe du stérilet. (=I)

Question n°10 : Quels sont ses avantages et inconvénients ? (=Ra)

L'implant contraceptif

- Utilisation : bâtonnet inséré sous la peau au niveau du bras par un médecin, sa durée est de 3 ans. Son action est identique à celle de la pilule. Cette méthode, récente, est encore peu utilisée.
- L'implant n'est pas toujours bien toléré et il peut se déplacer.
- Pourcentage de grossesses non intentionnelles : 0,05 %.



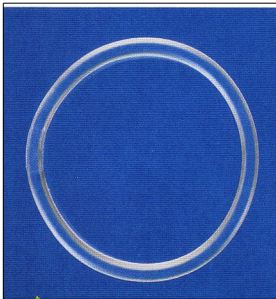
Pose de l'implant.

Implant contraceptif.

Document n°7 : L'implant contraceptif.

Question n°11 : Quel est le principe de l'implant ? (=I)

Question n°12 : Quels sont ses avantages et ses inconvénients ? (=I)



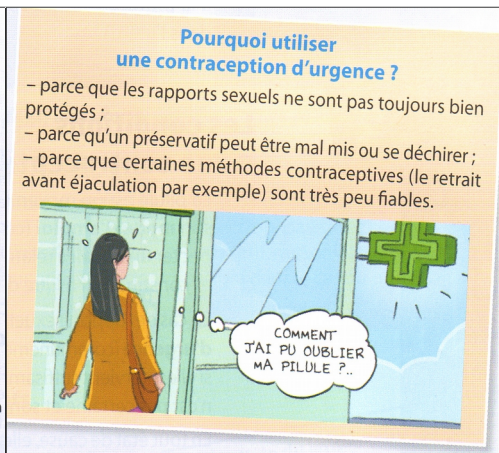
Document n°8 : Pour information....

L'anneau vaginal se place au fond du vagin et libère des hormones pendant trois semaines. Ces hormones entraînent un effet similaire à la pilule contraceptive classique. La femme observe ensuite une semaine sans la présence de l'anneau. C'est à ce moment-là que surviennent les règles.

IV – Que faire en cas d'erreur ou d'échec de la contraception ?



Un contraceptif d'urgence, communément appelé « pilule du lendemain », peut être obtenu sans ordonnance dans toutes les pharmacies (gratuitement pour les mineures) ou auprès de l'infirmière scolaire. Elle est destinée à éviter une grossesse en cas de rapport sexuel non ou mal protégé.

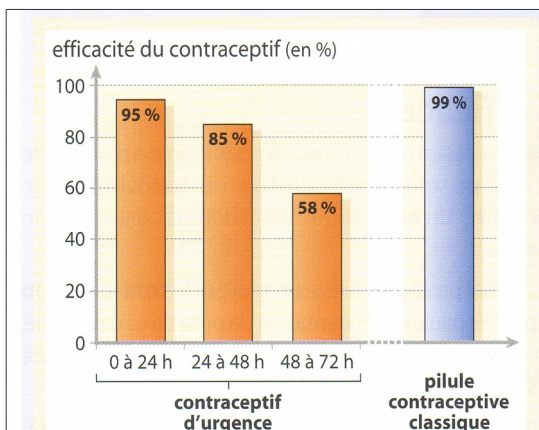


- Pourquoi utiliser une contraception d'urgence ?**
- parce que les rapports sexuels ne sont pas toujours bien protégés ;
 - parce qu'un préservatif peut être mal mis ou se déchirer ;
 - parce que certaines méthodes contraceptives (le retrait avant éjaculation par exemple) sont très peu fiables.

Document n°9 la pilule du lendemain.

Question n°13 : Dans quels cas doit-on utiliser la pilule du lendemain ? (=I)

Question n°14 : Où peut-on la trouver ? (=I)



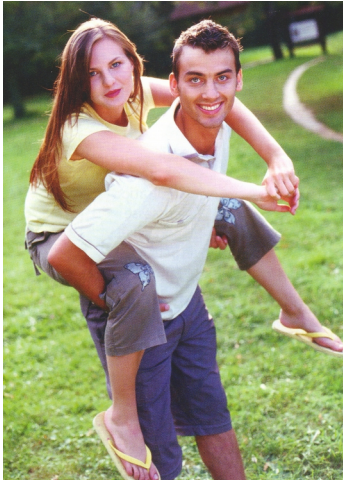
Document n°10 : L'efficacité des pilules contraceptives.

Question n°15 : Pourquoi est-il très important de prendre la pilule du lendemain très rapidement au moindre doute ? (=Ra)

Document n°11 : Pour information...



V – Choisir sa contraception.



Document n°12 : un premier choix.

Antoine et Marie ont tous les deux 22 ans. Ils se connaissent depuis un an. Depuis le début de leur relation, ils utilisent des préservatifs comme mode de contraception. Aujourd'hui, ils ont le résultat de leur test de dépistage du Sida et autres infections sexuellement transmissibles. Ils ont réalisé ce test dans un centre de dépistage gratuit et anonyme. Dans quelques jours, Marie consultera son **gynécologue** dans le but d'obtenir la prescription de la pilule. Ils ont choisi ce contraceptif car il est facile d'utilisation et bénéficie d'une très bonne efficacité, lorsque l'on n'oublie pas de le prendre. De plus, s'ils le souhaitent, il leur suffira d'arrêter cette contraception pour avoir la possibilité d'attendre un enfant.

Question n°16 : Quel mode de contraception ont choisi Antoine et Marie ? (=I)
Pourquoi ? (=Ra)

Document n°13 : un deuxième choix

• Pascale et Alexis ont 35 et 36 ans. Leur famille compte trois enfants mais aujourd'hui, ils n'en désirent plus d'autres. Lorsqu'elle n'attendait pas ses enfants, Pascale utilisait la pilule, mais elle souhaite maintenant un mode de contraception moins contraignant. C'est pourquoi, sur les conseils de son gynécologue, elle a choisi le stérilet pour la durée de son efficacité (jusqu'à cinq ans pour certains modèles).

Question n°17 : Quel mode de contraception ont choisi Pascale et Alexis ? (=I)
Pourquoi ? (=Ra)



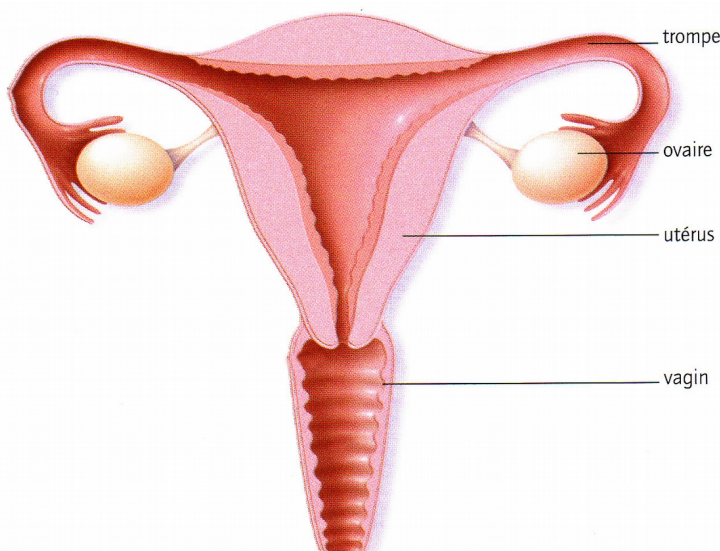
Document n°14 : Choisir sa contraception.

Un rendez-vous avec un médecin s'impose pour bien choisir son contraceptif.

» Lors de l'entretien, le médecin va tenter de connaître la patiente et se renseigne sur sa relation amoureuse, ses habitudes, son état de santé, ses envies. En tenant compte de toutes ces informations, il est à même de proposer la méthode contraceptive la plus appropriée et d'en expliquer l'utilisation.

Question n°18 : Pourquoi le médecin est la meilleure personne pour aider à choisir un mode de contraception ? (=Ra)

SCHEMA BILAN :



Sur le schéma de droite indique à quel niveau agissent les différents modes de contraception.

- En rouge là où agit la pilule contraceptive.
- En bleu là où agit le préservatif.
- En vert là où agit le stérilet.

(=Re) et (=Ra)

Schéma simplifié de l'appareil reproducteur de la femme.