

## Cuivre



Le cuivre inactive les spermatozoïdes et les empêche d'atteindre l'ovule. Le cuivre modifie également la couche interne de l'utérus (endomètre), rendant impossible l'implantation d'un œuf fécondé.

**Taux d'efficacité :** 99.1%

**Durée de vie :** 5 ou 10 ans

**Les stérilets de cuivre sont principalement conçus pour :**

- Les femmes qui veulent une contraception sans hormone;
- La continuité d'un cycle menstruel naturel;
- Les femmes qui ont des effets indésirables ou contre indications aux hormones;
- Être utilisé comme stérilet d'urgence dans les 7 jours suivant une relation sexuelle non protégée.

Les stérilets de cuivre ne sont pas recommandés pour les femmes qui font de l'anémie.

**Certaines femmes peuvent avoir :**

- Des menstruations plus abondantes, douloureuses ou plus longues;
- Des douleurs pelviennes occasionnelles.

## Hormonal



La progestérone épaissit le mucus du col pour empêcher les spermatozoïdes de pénétrer dans l'utérus. De plus, la progestérone amincit la couche interne de l'utérus (endomètre), rendant impossible l'implantation d'un œuf fécondé.

**Taux d'efficacité :** 99.8%

**Durée de vie :** 3 ou 5 ans

Les stérilets avec hormones sont principalement conçus pour :

- Diminuer les menstruations;
- Diminuer les douleurs menstruelles;

Les stérilets avec hormones peuvent être installés aux femmes qui font de l'anémie.

**Certaines femmes peuvent avoir :**

- Des maux de têtes;
- Des nausées;
- Des changements d'humeur;
- Une tendance à la dépression;
- Des douleurs aux seins;
- Des douleurs pelviennes occasionnelles ou persistantes;
- Des menstruations ou des saignements irréguliers;
- De l'acné;
- Une prise de poids;
- Des saignements intermittents (spotting) de 0 à 3 mois après la pose, pouvant même aller jusqu'à 6 mois.

**Pendant la pose du stérilet, certaines femmes peuvent :**

- Avoir des crampes abdominales;
- Avoir des douleurs aux cuisses;
- Avoir des douleurs au bas du dos;
- Avoir des légers saignements (prévoir un protège-dessous);
- Ressentir des nausées, étourdissements, bouffées de chaleur ou une faiblesse

**Après la pose, certaines femmes peuvent avoir :**

- La sensation de vouloir uriner ou aller à la selle;
- Des crampes abdominales;
- Une sensation de ballonnement;
- Des saignements vaginaux ressemblant à une menstruation;
- Une impression de jambes lourdes.

Le tout pouvant durer de quelques jours à une semaine.

**Risques associés à l'installation :**

- Faible risque de perforation de l'utérus au moment de la pose (chez environ 1 femme sur 1000).
- Possibilité d'infection de l'utérus dans le premier mois suivant l'insertion;
- Possibilité d'expulsion spontanée (<3%) au cours de la première année d'utilisation. Si le stérilet sort, il faut en remettre un autre.

**Peut-on «sentir» le stérilet une fois installé?**

Non, car il est placé dans l'utérus et non dans le vagin. Cependant, la plupart des femmes ou leurs partenaires peuvent sentir les fils dans le vagin, surtout au cours du mois suivant l'installation. Après environ 1 mois, les fils s'assouplissent et se retrouvent au fond du vagin. Il est possible de les toucher en insérant un doigt dans le vagin. Les fils sont coupés de la même longueur pour chaque femme. Si vous sentez les fils plus d'un mois après la pose du stérilet, nous pourrions les raccourcir.

### Consignes avant l'installation du stérilet

- Aucune relation sexuelle avec pénétration, même avec un condom, 10 jours avant la pose : du \_\_\_\_\_ au \_\_\_\_\_
- Faire un test de grossesse par prise de sang 2 jours avant la pose, le : \_\_\_\_\_

### Rendez-vous :

le \_\_\_\_\_  
à \_\_\_\_\_

### Le jour de la pose du stérilet :

- Vous devez apporter votre carte d'assurance maladie, sinon la visite médicale devra être payée;
- Les stérilets doivent être achetés à la pharmacie avant votre rendez-vous. Les pharmacies ne tiennent pas en inventaire tous les types de stérilet. Prévoir d'y aller quelques jours à l'avance pour vous assurer de l'avoir en main le jour de la pose;
- Vous pouvez entrer en contact avec votre compagnie d'assurance pour vérifier la couverture exacte du stérilet;
- Prendre 2 comprimés d'ibuprofène 200 mg avec de la nourriture 1 heure avant la pose du stérilet.

La pose du stérilet ne durera que quelques minutes. Aucune anesthésie ne sera utilisée. Après la pose, nous vous demandons de patienter une dizaine de minutes dans la salle d'attente afin de s'assurer que vous vous sentez assez bien pour quitter.

### Consignes post-installation du stérilet :

- Aucune relation sexuelle avec pénétration pour 7 jours;
- Pas de tampon pour 7 jours;
- Prendre un anti-inflammatoire au besoin pour diminuer les crampes abdominales;
- Appliquer de la chaleur sur le bas du ventre pour diminuer les crampes abdominales;
- Vérifier les fils du stérilet au besoin en insérant un doigt dans le vagin, après la première menstruation.

### Consultez votre médecin ou appelez-nous si vous observez les situations suivantes :

- Fièvre qui survient entre 48 et 72 heures après l'installation;
- Signes de grossesse;
- Impression de toucher une pointe de crayon dans le vagin;
- La longueur des fils a changée ou vous ne sentez plus les fils;
- Saignements vaginaux abondants ou inhabituels;
- Crampes persistantes trois semaines après l'installation du stérilet;
- Pertes vaginales de couleur jaunâtre et malodorantes;
- Vous pensez que votre stérilet est sorti;
- Maux de tête ou migraines sévères que vous n'aviez pas avant la pose du stérilet;
- Douleurs ou saignements lors des relations sexuelles.

**Pour toutes questions/inquiétudes, appelez-nous au 819-378-1661 ou Info-Santé au 811.**

**Ce dépliant vous est remis à titre informatif, il ne remplace en aucun cas la monographie du fabricant de chacun des stérilets.**

# Info stérilet



Centre de  
**santé**  
des *femmes*  
de la Mauricie

889, rue du Haut-Boc  
Trois-Rivières QC G9A 4W7  
Téléphone : 819 378-1661  
Télécopieur : 819 378-7026  
Site Web : [csfmauricie.ca](http://csfmauricie.ca)