



Nathalie
Jugnet-Lacoste

Gynécologie - Obstétrique

Le stérilet :



Le stérilet est un moyen de contraception local et réversible, c'est un petit dispositif d'environ 3 cm, le plus souvent en forme de « T », qui se place dans la cavité utérine.

C'est le moyen de contraception le plus utilisé dans le monde, mais en France il souffre encore de certains préjugés et est moins prescrit que la pilule, alors que ses avantages sont multiples.

Il en existe essentiellement 2 types, avec ou sans hormone :

Le stérilet classique :

Contient du cuivre, et empêche la nidation de l'œuf en créant une réaction inflammatoire au niveau de la muqueuse endométriale. L'épaississement de la glaire cervicale fait également barrage aux spermatozoïdes.

Son principal défaut est d'entraîner des règles souvent plus abondantes et plus longues que les règles habituelles, mais il est en général très bien toléré.

On peut le garder pendant 5 ans, et le renouveler autant de fois que nécessaire.

Le stérilet hormonal (Mirena):

Contient un petit réservoir qui diffuse de la progestérone au sein de la cavité utérine. Celle-ci empêche l'épaississement de la muqueuse, d'où une quasi absence de règles. Depuis peu il en existe un modèle plus petit, adapté aux femmes ou jeunes filles n'ayant pas eu de grossesse (Jaydess). Dans environ 10% des cas, il peut entraîner des spotting (légers saignements) pendant les premières semaines, de l'acné, parfois des maux de têtes ou des tensions mammaires. Passé le temps d'adaptation, sa tolérance est excellente.

La pose d'un stérilet est très simple, se fait au cabinet, de préférence en fin de règles, après élimination des rares contre-indications. Quelques douleurs de type douleurs de règles et de légers saignements peuvent suivre la pose.

Contrairement aux idées reçues, et malgré son nom, le stérilet ne rend pas stérile, n'augmente pas les risques de grossesse extra-utérine ou d'infections génitales.

De plus en plus de jeunes filles n'ayant pas encore eu de grossesse choisissent ce mode de contraception, qui évite tous les effets indésirables des pilules, en particulier thromboemboliques.

Un stérilet peut rester en place entre 3 et 5 ans selon le modèle, et peut être retiré bien sûr à tout moment, notamment en cas de désir de grossesse.