

LES MÉTHODES DE CONTRACEPTION



POUR PLUS D'INFORMATIONS, CONTACTER LE RÉSEAU PÉRINATAL DE MAYOTTE AU 0269 62 28 15

www.reseaux-sante-mayotte.fr — Réseau Périnatal de Mayotte Impasse Said Hassani M'nagnochi Quartier Boboka 97600 Mamoudzou



PILULE CONTRACEPTIVE
PILILI

Comprimé à prendre quotidiennement à heure régulière pendant 21 ou 28 jours. Il existe deux types : les pilules combinées oestroprogestatives (deux hormones) et les pilules progestatives qui ne contiennent qu'une hormone.



DISPOSITIFS INTRA-UTÉRINS
SITÉRILÉ

Dispositif en T placé dans l'utérus. Il existe deux types : au cuivre ou progestatif. Il est efficace de 3 à 10 ans, selon le modèle.



IMPLANT
MPIRA

Bâtonnet cylindrique de 4 cm de long et de 2 mm de large inséré sous la peau du bras. C'est une méthode contraceptive progestative qui peut être laissée en place pendant 3 ans.



PATCH CONTRACEPTIF
BANGILI-YA-WUZIA-NDZAO

Patch à coller soi-même sur la peau une fois par semaine et à renouveler chaque semaine, pendant 3 semaines. C'est une méthode contraceptive hormonale.



ANNEAU VAGINAL
PÉRÉ-YA-FARAHA

Anneau souple à placer soi-même dans le vagin. Le laisser en place pendant 3 semaines. On reste protégé même après l'avoir enlevé au début de la 4ème semaine. C'est une méthode contraceptive oestroprogestative car elle contient deux types d'hormones : progestatif et oestrogène.



PRÉSERVATIF MASCULIN
CAPOTI YA MTRU BABA

PROTÈGE DU VIH ET DE LA PLUPART DES INFECTIONS SEXUELLEMENT TRANSMISSIBLES (IST)

En latex ou en polyuréthane, il se déroule sur le pénis en érection avant la pénétration et retient le sperme lors du rapport. Le préservatif doit être changé à chaque rapport sexuel.



PRÉSERVATIF FÉMININ
CAPOTI YA MTRU MAMA

PROTÈGE DU VIH ET DE LA PLUPART DES INFECTIONS SEXUELLEMENT TRANSMISSIBLES (IST)

Gaine muni d'un anneau souple aux deux extrémités qui se place dans le vagin. Il peut être mis en place plusieurs heures avant le rapport.



DIAPHRAGME
WALIO-WA-WUWULA MANI

Coupelle en silicone à glisser dans le vagin quelques heures avant ou au moment du rapport. Ce moyen agit comme une barrière en bloquant le passage des spermatozoïdes. Il est conseillé de l'associer à un spermicide. Il est important de le garder 8 heures après le rapport. C'est un contraceptif réutilisable.



SPERMICIDES
MUWULA-MANI

Sous la forme de gel ou ovule, ils se placent dans le vagin quelques minutes avant chaque rapport et détruisent les spermatozoïdes.



CAPE CERVICALE
FAMU-LA-WUZIA MANI

Dôme très fin en silicone qui vient recouvrir le col de l'utérus. Elle peut être posée quelques heures avant ou au moment du rapport. Il est important de le garder 8 heures après le rapport. C'est un contraceptif réutilisable.



PROGESTATIFS INJECTABLES
SINDZANO

Progestatif de synthèse injecté par piqûre intramusculaire tous les trois mois.



CONTRACEPTION D'URGENCE
MBIA YA SUKU YA VHILI

Méthode contraceptive empêchant la survenue d'une grossesse non prévue, après un rapport non ou mal protégé. C'est une méthode de rattrapage qui ne vise pas à être utilisée de façon régulière. Les délais de prise sont de 3 à 5 jours selon la pilule (Norvelo : 3 jours ; EllaOne : 5 jours)

STÉRILISATION À VISÉE CONTRACEPTIVE



LIGATURE DES TROMPES
UBALA NDZAO

Méthode de contraception définitive qui consiste à "boucher" les trompes de Fallope, de manière permanente et définitive, empêchant la fécondation. L'intervention doit résulter d'une décision personnelle d'une personne majeure.



VASECTOMIE
MWIZILIO WA MANI DAIMA

Méthode de contraception définitive qui consiste à bloquer l'émission des spermatozoïdes en coupant les canaux déférents qui transportent les spermatozoïdes. L'intervention se fait sous anesthésie locale et dure environ 15 minutes.