

# SOMMAIRE

1. Qu'est-ce que la contraception ? .....	7
2. Quelles sont les différentes contraceptions actuellement disponibles sur le marché français ? .....	9
3. Qu'est-ce qu'une contraception de longue durée d'action ? .....	11
4. Quelle est l'efficacité des différents moyens contraceptifs ? .....	13
5. À partir de quand une contraception est-elle efficace ? .....	15
6. Existe-t-il des contraceptions masculines ? .....	17
7. Quelles maladies familiales dois-je signaler à mon praticien avant de débiter une contraception ? .....	19
8. À quel rythme dois-je consulter le praticien pour ma contraception hormonale ? .....	20
9. Comment fonctionnent les contraceptions estroprogestatives ? .....	21
10. Quelles différences existent-ils entre les diverses générations de pilules contraceptives ? .....	22
11. Des examens sont-ils nécessaires avant de prendre une contraception estroprogestative ? .....	24
12. Comment prendre ma pilule contraceptive estroprogestative ? .....	25
13. Comment utiliser la contraception par anneau vaginal ? .....	27
14. Comment s'utilise la contraception par patch ? .....	29
15. Faut-il s'inquiéter en cas de saignements en cours de contraception estroprogestative ? .....	31
16. Faut-il s'inquiéter en cas de douleurs des seins en cours de pilule ? .....	33
17. Quels symptômes doivent me faire consulter rapidement si je prends la pilule ? .....	35
18. Que faire en cas d'oubli de sa pilule estroprogestative ? .....	37
19. Que faire en cas d'erreur d'utilisation du patch contraceptif ? .....	39
20. Que faire en cas d'erreur d'utilisation de l'anneau contraceptif ? .....	41
21. Pourquoi certaines contraceptions favorisent-elles les phlébites ? .....	43
22. Quelles sont les contre-indications à la prise d'une contraception estroprogestative ? .....	45
23. Quels sont les effets secondaires les plus fréquents lors de l'utilisation des contraceptions estroprogestatives ? .....	47
24. Comment fonctionnent les contraceptions progestatives ? .....	49
25. Comment prendre sa pilule contraceptive progestative ? .....	50
26. Que faire en cas d'oubli de sa pilule progestative ? .....	52
27. Que faire en cas de saignement avec sa pilule progestative ? .....	54
28. Quand poser l'implant contraceptif et que dois-je surveiller ? .....	56
29. Que faire en cas de saignements avec mon implant ? .....	57

30. Pourquoi la contraception injectable est peu utilisée en France ?.....	58
31. Qu'est-ce que le dispositif intra-utérin hormonal et quelles femmes peuvent en bénéficier préférentiellement ? .....	59
32. Quels sont les effets secondaires les plus fréquents lors de l'utilisation des contraceptions progestatives ? .....	60
33. Existe-t-il plusieurs types de dispositif intra-utérin ? .....	62
34. Comment fonctionnent les dispositifs intra-utérins ? .....	63
35. Quelles sont les contre-indications à la pose d'un dispositif intra-utérin ? .....	64
36. Comment se passe la pose d'un dispositif intra-utérin ? .....	66
37. Pourquoi dois-je surveiller mes règles avec mon dispositif intra-utérin ? .....	68
38. Que craindre en cas de douleurs pelviennes avec mon dispositif intra-utérin ? .....	69
39. Est-il normal d'avoir plus de sécrétions vaginales lorsqu'on porte un dispositif intra-utérin ? .....	70
40. À quel rythme dois-je faire surveiller mon dispositif intra-utérin ? .....	71
41. Peut-on utiliser un dispositif intra-utérin sans avoir eu d'enfant ? .....	73
42. Mes règles sont trop abondantes avec mon dispositif intra-utérin au cuivre : que faire ? .....	75
43. Puis-je utiliser tous les types de protection périodique avec un dispositif intra-utérin ? .....	76
44. Existe-il des médicaments contre-indiqués du fait de mon dispositif intra-utérin ? .....	77
45. Est-ce que mon dispositif intra-utérin peut occasionner une gêne pour mon partenaire ou moi durant les rapports sexuels ? .....	78
46. Est-ce que mon dispositif intra-utérin peut entraîner une stérilité ? ....	79
47. Comment bien utiliser les différentes sortes de préservatifs ? .....	80
48. Comment utiliser les capes ou diaphragmes ? .....	81
49. Quelles sont les règles d'utilisation des spermicides ? .....	82
50. Que faire en cas d'erreur d'utilisation des contraceptions locales ? .....	83
51. Quelles sont les différentes méthodes naturelles ? .....	84
52. Les méthodes naturelles sont-elles efficaces ? .....	86
53. Comment fonctionnent les applications sur mon portable ? .....	87
54. Quels sont les différents types de contraception d'urgence ? .....	88
55. Quand et comment utiliser la contraception d'urgence ? .....	90
56. Quelle est l'efficacité de la contraception d'urgence ? .....	91
57. Quelles sont les contraceptions définitives féminines et masculines ? .....	92
58. Comment bénéficier d'une contraception définitive ? .....	94

59. Je suis mineure : puis-je utiliser une contraception sans en avertir mes parents ? .....	96
60. Puis-je avoir une pilule directement à la pharmacie sans ordonnance ? .....	97
61. Que faire en cas de vomissement d'un comprimé de pilule ? .....	98
62. Je n'ai plus de rapports sexuels, dois-je interrompre ma contraception ? .....	99
63. Combien coûte ma contraception ? .....	100
64. Je veux changer de contraception, comment faire ? .....	102
65. La contraception hormonale fait-elle prendre du poids ? .....	104
66. La contraception hormonale peut-elle traiter ou aggraver l'acné ? .....	106
67. La contraception hormonale peut-elle traiter ou aggraver ma pilosité ? .....	108
68. La contraception hormonale peut-elle jouer sur la libido ? .....	109
69. La contraception hormonale peut-elle modifier l'humeur ? .....	111
70. Je fume et je prends la pilule : quels sont mes risques ? .....	113
71. Je pars en voyage : quelles précautions prendre ? .....	115
72. Je pars en voyage : comment prendre ma pilule en cas de décalage horaire ? .....	117
73. Je vais me faire opérer et je prends la pilule : quelles précautions prendre ? .....	118
74. La contraception sans règles : est-ce possible et sans risque ? .....	119
75. Comment décaler ses règles avec une contraception hormonale ? .....	121
76. Pourquoi et quand associer pilule et préservatifs ? .....	123
77. Faut-il arrêter la pilule de temps en temps ? .....	124
78. Quand arrêter la contraception en cas de désir de grossesse ? La pilule rend-t-elle stérile ? .....	126
79. Quels sont les médicaments qui altèrent l'efficacité de ma pilule ? .....	128
80. Pourquoi certains médicaments imposent-ils l'utilisation d'une contraception ? .....	130
81. Où trouver l'information concernant la contraception sur internet ? .....	131
82. Je viens d'accoucher : quand dois-je reprendre ma contraception ? .....	133
83. J'allaité mon bébé : ai-je un risque de grossesse et quelles contraceptions sont possibles ? .....	135
84. Quels sont les principaux facteurs de risque vasculaire ? .....	137
85. Après 40 ans, faut-il continuer ma contraception ? .....	138
86. J'ai du diabète : quelles contraceptions puis-je utiliser ? .....	139
87. J'ai trop de cholestérol ou de triglycérides : quelles contraceptions puis-je utiliser ? .....	141

88. Je suis migraineuse, quelles contraceptions puis-je utiliser ? .....	143
89. J'ai des migraines au moment des règles : quelles contraceptions puis-je utiliser ? .....	145
90. Ma pression artérielle est trop haute : quelles contraceptions sont autorisées ? .....	147
91. Quelle contraception utiliser en cas de mauvaise circulation veineuse ? .....	149
92. Quels sont les risques de cancer liés à la pilule contraceptive estroprogestative ? .....	150
93. Ma mère a eu un cancer du sein, puis-je prendre la pilule ? .....	151
94. J'ai des règles très douloureuses : quelles sont les meilleures contraceptions pour moi ? .....	152
95. J'ai des kystes ovariens : quelles sont les meilleures contraceptions pour moi ? .....	154
96. Je viens de faire une IVG : quelles contraceptions puis-je envisager ? .....	155
97. Je suis porteuse d'un papillomavirus : quelles contraceptions puis-je envisager ? .....	157
98. Je n'ai pas de règles à l'arrêt de ma contraception : que faire ? .....	159
99. Je suis allergique : quelles contraceptions utiliser ? .....	161
100. La contraception du futur .....	163