

## Stérilets au cuivre : idées vraies, idées fausses



**Le stérilet au cuivre permet une contraception pendant plusieurs années. Son effet contraceptif est interrompu dès le retrait.**

### Au moins aussi efficace que la pilule

● Les stérilets au cuivre sont formés d'un T en plastique souple d'environ 3 cm de long, dont une partie est entourée par un fil de cuivre (a). Sauf cas particulier, ils sont facilement mis en place dans l'utérus lors d'une consultation.

● Les stérilets agissent surtout en empêchant la fécondation de l'ovule par les spermatozoïdes. Leur efficacité contraceptive est équivalente à celle des pilules prises régulièrement, et supérieure à celle des pilules prise avec des oublis occasionnels (b). Cette efficacité dure pendant au moins 5 à 10 ans.

● Le stérilet peut être mis en place dans les 5 jours suivant un rapport non protégé (c'est-à-dire sans contraception), afin de servir de contraception d'urgence. Il est alors plus efficace que les "pilules du lendemain".

● Le retrait du stérilet est facile. Il entraîne l'arrêt immédiat de l'effet contraceptif. Dans l'année qui suit le retrait du stérilet, sur 10 femmes souhaitant être enceintes, environ 8 ou 9 le sont : autant que si elles n'avaient jamais porté de stérilet.

### Peu d'effets indésirables

● La pose du stérilet provoque des douleurs, des saignements, ou des nausées transitoires chez environ 1 femme sur 100. Les événements indésirables sérieux (perforation de l'utérus ou infection profonde) sont exceptionnels.

● Après la mise en place de ce type de stérilet, les règles augmentent environ de moitié, et sont parfois douloureuses (surtout pendant les 6 à 12 premiers mois). Certaines femmes demandent alors le retrait du stérilet.

● L'expulsion du stérilet est rare. Elle survient chez une femme sur 10 à 20. Il est alors possible de choisir une nouvelle contraception.

● Une grossesse extra-utérine (c) est possible, mais plus rarement que chez les femmes qui ne prennent pas de contraception.

### Convient à de très nombreuses femmes

● Une infection locale, une déformation de la cavité utérine ou une maladie grave de l'utérus peuvent obliger à retarder la pose d'un stérilet ou à y renoncer. En dehors de ces cas, très peu de problèmes de santé sont incompatibles avec le stérilet, qui peut être utilisé en cas de diabète, de problèmes cardiaques, de phlébite, d'infection par le virus du sida, etc.

● Le stérilet peut être utilisé sans risque particulier par les adolescentes et les jeunes femmes n'ayant jamais eu d'enfant, ainsi que par les femmes qui allaitent.

● Le port d'un stérilet au cuivre n'interdit l'usage d'aucun médicament. En particulier, il n'est pas vrai que les anti-inflammatoires diminuent son efficacité.

● Ne pas oublier que, avec ou sans stérilet, le préservatif est la seule protection sérieuse contre les infections sexuellement transmissibles, en cas de relation sexuelle à risque.

©Prescrire - avril 2010

*a- Les stérilets contenant un médicament hormonal ont des effets différents. Ils ne sont pas abordés ici.*

*b- Sur 160 femmes portant un stérilet pendant un an, il survient en moyenne environ une grossesse, qui s'interrompt spontanément dans plus de la moitié des cas.*

*c- Les grossesses extra-utérines se développent hors de l'utérus. Elles ne peuvent aboutir à une naissance et provoquent des douleurs et parfois une hémorragie interne.*

#### Sources :

- "Dispositifs intra-utérins, alias stérilets - Première partie - Une alternative efficace à la contraception hormonale orale" *Rev Prescrire* 2009 ; **29** (304) : 113-119.
- "Dispositifs intra-utérins, alias stérilets - Deuxième partie - Connaître les détails pratiques de la pose d'un dispositif intra-utérin" *Rev Prescrire* 2009 ; **29** (305) : 202-206.