

Journée Étude « FEMMES »

Contraception
2009 - 2010

M.Flori-M.Blanc-M.Danière-A.Malfoy-M.Seraille-

Comment aider une femme à choisir sa contraception?

▶ La patiente choisit sa contraception:

- >> Plus grande satisfaction,
- >> Meilleure utilisation de la méthode
- >> Amélioration de l'efficacité

▶ Importance du partenaire

- >> Impact positif de l'accord
- >> Considérer le couple dans la démarche

Quand aborder la question?

- ▶ Demande de la patiente!
- ▶ Début de la vie sexuelle
- ▶ En cas de changement de partenaire
- ▶ En cas d'IVG
- ▶ Après une grossesse
- ▶ Savoir évoquer la question, même si le motif de consultation n'est pas la contraception

Le modèle BERCCER (1)

- ▶ **Bienvenue:** temps d'accueil de la consultante
- ▶ **Entretien:** temps de recueil d'information et d'expression de la femme (ses sentiments, ses besoins, ses doutes, ses souhaits)
- ▶ **Renseignement,** proposer les différentes contraceptions possibles (information claire, hiérarchisée et sur mesure). S'assurer de la compréhension des informations.

Le modèle BERCCER (2)

- ▶ **Choix**, expression de la patiente: la décision finale lui appartient.
- ▶ **Explication**, discussion autour de la contraception choisie et de son emploi.
- ▶ **Retour**: revoir la patiente 3 mois après pour réévaluer la méthode et son utilisation, vérifier l'adaptation de la méthode

Diagnostic éducatif ? (1)

- ▶ Ce qu'elle a? État de santé, ATCD...
- ▶ Ce qu'elle fait? Situation familiale, professionnelle, ressource, couverture sociale...
- ▶ Ce qu'elle sait? Les différentes contraceptions...

Diagnostic éducatif ? (2)

- ▶ **Ce qu'elle croit?** Croyances relatives aux bienfaits ou aux méfaits des méthodes, croyances liées à sa culture, la situation familiale, sociale, son éducation....
- ▶ **Ce qu'elle ressent?** Inquiétude, résignation, impuissance, motivation...
- ▶ **Ce dont elle a envie?** Ses projets, son désir de grossesse....

Quelles méthodes contraceptives proposer? (1)

- ▶ **La contraception oestroprogestative**
 - 1^{ère} intention pour les femmes ne présentant pas de facteur de risque particulier (cardio-vasculaire, hépatique, cancéreux...)
- ▶ **La contraception par progestatif seul**
 - Intérêt si les OP sont contre indiqués
 - 1^{ère} intention possible
 - Attention: prise rigoureuse, effets secondaires mieux acceptés si la patiente est avertie

Quelles méthodes contraceptives proposer? (2)

▶ Les dispositifs intra-utérins

- 1^{ère} intention possible même chez la nullipare
- Respect des contre indications
- Méthode de contraception d'urgence

▶ L'aménorrhée lactationnelle

- Si allaitement exclusif (intervalle de 6 heures maximum entre 2 tétées)

Quelles méthodes contraceptives proposer? (3)

- ▶ Les préservatifs masculins ou féminins
 - Prévention des IST
 - A proposer si partenaires multiples, relations occasionnelles...
- ▶ Les autres méthodes naturelles
 - Patientes connaissant bien la méthode, et pouvant s'exposer à un risque de grossesse
- ▶ Les méthodes de stérilisation
 - Irréversibilité de la méthode

Efficacité des différentes méthodes contraceptives

- ▶ Nombre de grossesses pour 100 femmes au cours des 12 premiers mois d'utilisation – 2 résultats exprimés
 - « **En pratique courante** » = « la vraie vie »
 - « **En utilisation optimale** » = efficacité obtenue lors des essais thérapeutique