

Contraception : prescriptions et conseils aux femmes

Mars 2013

Cette fiche mémo, fondée sur les recommandations les plus récentes, fait partie d'un ensemble de fiches mémo concernant la contraception et complète plusieurs documents sur ce thème produits par la HAS¹. Elle est un outil pour le professionnel de santé afin de mieux aider les femmes à trouver la méthode de contraception qui leur convient le mieux à une période donnée de leur vie.

1. Document de synthèse sur les méthodes contraceptives et état des lieux sur les pratiques contraceptives, sur les freins à l'accès et au choix d'une contraception adaptée et sur les modalités de prescription et de dispensation des méthodes contraceptives.

Un choix personnalisé après une information éclairée

- La méthode contraceptive doit être adaptée à chaque femme et choisie par et avec elle, en fonction de sa réalité quotidienne et des éventuelles contre-indications. La méthode choisie peut évoluer au fil de la vie et des situations rencontrées par la femme et/ou le couple².
- L'implication du partenaire dans le choix de la contraception peut avoir des conséquences positives sur l'observance et l'acceptation de la méthode.

2. Dans ces conditions, un algorithme décisionnel simple et pratique n'est pas envisageable.

Une consultation dédiée

- Une femme qui consulte pour une première demande contraceptive doit bénéficier d'une consultation uniquement dédiée à ce motif, quel que soit son âge. En cas d'impossibilité (en cas d'urgence par exemple), programmer à court terme une consultation entièrement dédiée.

Une consultation essentielle dans la démarche d'aide au choix

- C'est une consultation d'écoute, d'échange et de dialogue, qui doit respecter intimité et confidentialité.
- La consultation doit permettre³ :
 - d'évaluer les attentes et besoins de la personne, ses connaissances et ses habitudes de vie ;
 - de fournir une information individualisée, claire et hiérarchisée sur les méthodes contraceptives disponibles (y compris la stérilisation) et adaptées à la personne demandeuse et s'assurer de la compréhension de ces informations ;
 - de conseiller et/ou prescrire la méthode choisie par la personne, la plus adaptée et acceptable pour elle en fonction de ses préférences, de son état de santé, du rapport bénéfices/risques des différentes méthodes, et de la possibilité pour elle d'adhérer à la méthode en fonction de sa situation et de ses habitudes de vie.

3. Démarche éducative de type Berceer. Rinehart W, Rudy S, Drennan M. Gather *guide to counseling*. *Popul Rep J* 1998;(48):1-31.

Un entretien dont le champ est large tant au plan médical qu'au plan du vécu de la femme

- Le recueil d'information recouvre un large champ :
 - âge, profession, habitudes de vie (**tabac**, pratiques sexuelles [risque infectieux]), méthodes de contraception utilisées jusque-là, date des dernières règles, allaitement en cours ;
 - nombre d'enfants, antécédents de fausses couches et d'interruptions volontaires de grossesse (IVG) ;
 - antécédents familiaux chez les apparentés au premier degré (parents, frères et sœurs ou enfants) d'accidents thromboemboliques veineux ou artériels (âge de survenue et si possible circonstances de survenue), hypertension artérielle (HTA), diabète, dyslipidémie ;
 - antécédents personnels :
 - d'accidents thromboemboliques veineux ou artériels, HTA, diabète, dyslipidémie, migraine avec ou sans aura,
 - autres antécédents médicaux (cardiovasculaires et neurologiques), chirurgicaux ou gynéco-obstétricaux (notamment infections sexuellement transmissibles [IST], grossesses extra-utérines [GEU], cancers, pathologie ou chirurgie utérine, trophoblastique ou vaginale) ;
 - traitements en cours (anticiper de possibles interactions médicamenteuses).

Un examen clinique et biologique visant à rechercher des contre-indications mais visant également à faire de la prévention

- L'examen clinique comprend : examen général, poids, taille, indice de masse corporelle (IMC), tension artérielle (TA).
- L'examen gynécologique peut être expliqué et programmé pour une consultation ultérieure, notamment lorsqu'il s'agit d'une adolescente.
- L'examen des seins et l'examen gynécologique (avec frottis du col utérin à partir de 25 ans) visent à dépister des cancers ou des lésions précancéreuses.

... / ...

Un examen clinique et biologique visant à rechercher des contre-indications mais visant également à faire de la prévention (suite et fin)

- Le **bilan biologique** lors de la prescription d'une contraception hormonale estroprogestative (pilule, patch, anneau) :
 - comporte un dosage du **cholestérol total, des triglycérides et une glycémie à jeun** :
 - est à **renouveler tous les 5 ans** en cas de bilan normal et en l'absence de faits cliniques ou familiaux nouveaux,
 - chez une personne sans antécédent personnel ni familial de maladie métabolique ou thromboembolique, qui ne fume pas et dont l'examen clinique est normal, **peut être réalisé 3 à 6 mois après la prescription**,
 - **en cas d'antécédent familial de dyslipidémie, doit être réalisé avant le début de toute contraception estroprogestative et 3 à 6 mois après** ;
 - peut comporter un **bilan d'hémostase** (dosages d'antithrombine, protéine C, protéine S, résistance à la protéine C activée ou recherche de la mutation du facteur V de Leiden et de la mutation de la prothrombine ou facteur II G20210A) : à discuter après avis spécialisé **en cas d'antécédent personnel ou familial de maladie thromboembolique (survenue chez un apparenté au premier degré avant l'âge de 50-60 ans)**.
- Avant la **pose d'un dispositif intra-utérin**, en présence de **facteur de risque infectieux** (notamment certaines IST, infection génitale haute en cours ou récente, âge < 25 ans, partenaires multiples), **rechercher une infection à *C trachomatis* et *N gonorrhoeae***.

Des informations à donner à la femme sur les méthodes existantes et sur la façon d'utiliser la méthode choisie

Informer sur

- Les **méthodes contraceptives** :
 - **mécanisme d'action et mode d'emploi** : quand démarrer la contraception choisie, comment se prend la pilule choisie et trouver avec la femme l'horaire le mieux adapté, que faire en cas d'oubli, comment s'utilise le patch ou l'anneau vaginal, comment et quand se fait la pose d'un dispositif intra-utérin ou d'un implant, comment s'utilisent les différentes méthodes barrières,
 - **efficacité** (optimale et en utilisation courante⁴), **contre-indications**, avantages, risques et effets indésirables possibles, procédure pour l'instauration et l'arrêt (ou le retrait), coût, remboursement et reste à charge, etc. ;
- Les possibilités **d'aide au sevrage en cas de tabagisme** ;
- La **possibilité de contacter un professionnel** (médecin, pharmacien, sage-femme, infirmière, conseillère conjugale et familiale) en cas de doute sur les modalités d'utilisation de sa contraception ;
- Les différentes **possibilités de rattrapage** en cas de rapport non protégé (contraception d'urgence), leur efficacité et les conditions d'accès ;
- Les **symptômes** en termes simples évoquant une **possible complication** (en fonction de la méthode choisie) et qui doivent conduire à consulter un médecin ou une sage-femme ;
- La nécessité de **signaler à tout médecin la prise d'une contraception hormonale** en cas de traitement intercurrent (risque d'interaction médicamenteuse), d'intervention chirurgicale, d'immobilisation prolongée et de longs voyages en avion ;
- La nécessité **d'anticiper ses renouvellements d'ordonnance** pour ne pas interrompre son traitement contraceptif ;
- **Les IST/sida**, la prévention par les préservatifs (masculin et féminin).

4. L'efficacité est habituellement décrite en indice de Pearl qui correspond au rapport du nombre de grossesses sur le nombre total de cycles observés pour l'ensemble des femmes étudiées rapportés à 1 an. Le résultat est exprimé en grossesses pour 100 femmes par an. Les données d'efficacité concernant une méthode contraceptive distinguent l'efficacité optimale qui correspond à celle obtenue dans les essais thérapeutiques et l'efficacité en utilisation courante.

Un suivi visant à évaluer adéquation de la méthode choisie, observance, tolérance et satisfaction de la femme

- Évaluer l'adéquation de la méthode contraceptive et la satisfaction de la femme : en cas d'insatisfaction ou d'intolérance, rappeler les autres méthodes de contraception et proposer d'y réfléchir.
- Prendre en compte les modifications de situation personnelle, médicale, affective et sociale qui pourraient modifier l'adéquation de la méthode.
- Évaluer l'observance : fréquence et circonstances des oublis, trouver avec la femme l'horaire le mieux adapté pour éviter un oubli, réévaluer ses connaissances et réitérer les conseils sur la conduite à tenir en cas d'oubli⁵ et sur la contraception d'urgence (à utiliser le plus rapidement possible après le rapport à risque).
- À chaque renouvellement de prescription, réévaluer les risques en fonction de la méthode choisie.
- Refaire une information sur les possibilités de sevrage en cas de tabagisme.
- Chez les femmes utilisant une contraception estroprogestative de 3^e ou 4^e génération, le surrisque thromboembolique veineux ne justifie pas un arrêt brutal de cette contraception jusque-là bien supportée. À l'issue de la prescription en cours, le prescripteur envisagera avec la femme une autre méthode contraceptive plus appropriée pour elle (autre contraceptif hormonal, dispositif intra-utérin, etc.).
- La littérature fait état d'une possible augmentation du risque thromboembolique veineux et artériel en fonction des doses d'éthinylestradiol contenues dans les contraceptifs estroprogestatifs.
- Le suivi médical comporte :
 - un interrogatoire sur les problèmes de santé survenus depuis la dernière consultation et sur la prise de médicaments ;
 - un examen clinique : poids, taille, IMC, TA, examen des seins et gynécologique si besoin ;
 - un frottis cervico-utérin : 2 frottis à 1 an d'intervalle puis tous les 3 ans à partir de 25 ans (si frottis normaux) ;
 - des examens biologiques : cholestérol total, triglycérides et glycémie à jeun tous les 5 ans si contraception estroprogestative (pilule, anneau ou patch).
- Rappeler les principes de protection contre les infections sexuellement transmissibles et le sida (intérêt du préservatif, possibilité d'un dépistage du VIH, notamment à l'occasion du bilan sanguin de surveillance).
- Programmer la consultation suivante : première consultation à 3 mois puis généralement une consultation par an si la femme va bien, plus souvent et autant que nécessaire en cas de difficultés rencontrées avec sa contraception ou de symptômes évoquant une complication.

5. Voir carte « Que faire en cas d'oubli de pilule ? ».

Téléchargeable gratuitement sur le site de l'Inpes – www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/1368.pdf.



En savoir plus

Sources Internet

- Agence nationale de sécurité du médicament et des produits de santé : www.ansm.sante.fr
- Association fil-santé jeunes : www.filsantejeunes.com
- Association française pour la contraception : www.contractions.org
- Choisir sa contraception : www.choisirsacontraception.fr
- Haute Autorité de Santé : www.has-sante.fr
- Institut National de prévention et d'éducation pour la santé : www.inpes.sante.fr

HAS

www.has-sante.fr

2 avenue du Stade de France - 93218 Saint-Denis La Plaine CEDEX

Tél. : +33 (0) 1 55 93 70 00 - Fax : +33 (0) 1 55 93 74 00

Contraception chez la femme adulte en âge de procréer (hors *post-partum* et *post-IVG*)

Avril 2013

Cette fiche mémo, fondée sur les recommandations les plus récentes, fait partie d'un ensemble de fiches mémo concernant la contraception et complète plusieurs documents sur ce thème produits par la HAS¹. Elle est un outil pour le professionnel de santé afin de mieux aider les femmes/les hommes à trouver la méthode de contraception qui leur convient le mieux à une période donnée de leur vie.

1. Voir fiche mémo « Contraception : prescriptions et conseils aux femmes », document de synthèse « Méthodes contraceptives : focus sur les méthodes les plus efficaces disponibles » et rapport « État des lieux des pratiques contraceptives et des freins à l'accès et au choix d'une contraception adaptée » (HAS, 2013).

Particularités de la prescription et du conseil

Le choix de la méthode contraceptive doit être réévalué à chaque renouvellement de prescription

→ Chez la femme en âge de procréer, le choix d'une contraception doit prendre en compte outre ses souhaits, l'évolution de sa situation personnelle, la baisse progressive de la fertilité, l'augmentation des facteurs de risque vasculaire et l'évolution des contre-indications.

Le risque cardio-vasculaire et les contre-indications évoluent avec l'âge

- Le risque cardio-vasculaire augmente avec l'âge et modifie le rapport bénéfice/risque des méthodes.
- Les contre-indications évoluent avec l'âge, notamment pour l'utilisation des estroprogestatifs en cas de céphalées ou de tabagisme :
 - **avant 35 ans** : les estroprogestatifs sont contre-indiqués en cas de migraines avec aura. En cas de tabagisme, le surrisque de thrombose artérielle doit être pris en compte et une information doit être faite sur les possibilités d'aide au sevrage ;
 - **après 35 ans** : les estroprogestatifs sont contre-indiqués chez la femme fumeuse ou avec des migraines, avec ou sans aura. La substitution par une méthode progestative seule ou par une autre contraception est recommandée.

L'éventualité d'une grossesse diminue avec l'âge mais une grossesse reste possible jusqu'à l'arrêt complet du fonctionnement ovarien (ménopause)

- L'âge de la ménopause ne pouvant pas être déterminé de manière précise individuellement, il n'est pas possible de déterminer le moment correspondant à l'arrêt complet de l'ovulation et donc de la fertilité. Il faut donc réévaluer lors de chaque consultation l'intérêt de la contraception et la poursuivre jusqu'à la certitude du diagnostic de ménopause.
- La femme doit être informée sur :
 - la possibilité de grossesse non prévue toujours possibles jusqu'à l'arrêt complet de l'ovulation ;
 - la nécessité d'être attentive à la survenue de signes évocateurs de ménopause dont certains peuvent être masqués en fonction de la méthode choisie (contraception hormonale ou DIU au LNG) ;
 - la confirmation du diagnostic de ménopause par l'arrêt des règles depuis plus de 1 an. En période de péri-ménopause, il peut être proposé à la femme d'interrompre la contraception hormonale pendant quelques mois, tout en conseillant l'usage d'une méthode barrière, et de suivre l'évolution des règles pour déterminer si une ménopause est installée.

Méthodes utilisables

- Le **préservatif** (masculin, féminin) représente la **seule méthode de contraception efficace contre les infections sexuellement transmissibles (IST)**, y compris le sida. Il est donc nécessaire d'associer un préservatif à toute autre méthode contraceptive si une protection contre les IST/sida est recherchée.
- Les méthodes ci-après sont présentées dans l'ordre adopté par l'Organisation mondiale de la santé (OMS). Cette présentation ne préjuge en rien de leur niveau d'efficacité, ni de leur fréquence d'utilisation en France.

Méthodes hormonales – Estroprogestatifs (pilule, anneau vaginal, patch transdermique)

- Les **estroprogestatifs sont utilisables chez la femme ne présentant pas de contre-indications** (principalement d'ordre thromboembolique veineux ou artériel², hépatique, carcinologique...) et en prenant en compte les facteurs de risque de thrombose (notamment antécédents personnels ou familiaux de thrombose veineuse ou artérielle, thrombophilie biologique connue, immobilisation prolongée, obésité, âge > 35 ans, HTA, diabète, dyslipidémie, tabagisme, migraine).
- **Plusieurs voies d'administration sont disponibles (pilule, anneau, patch) : il est recommandé de prescrire en 1^{re} intention une pilule combinée contenant de la noréthistérone ou du lévonorgestrel contenant moins de 50 µg d'éthinylestradiol** (pilules de 1^{re} ou 2^e génération)³. La littérature fait état d'une possible augmentation du risque thromboembolique veineux et artériel en fonction des doses d'éthinylestradiol. Les autres estroprogestatifs (dont anneaux et patches) ne devraient être réservés qu'aux cas d'intolérance aux pilules de 1^{re} ou 2^e génération et aux femmes pour lesquelles un autre type de contraception n'est pas possible.
- Les **femmes** doivent être **informées** sur :
 - les différentes **modalités d'instauration et d'utilisation des estroprogestatifs** selon leur voie d'administration : prise quotidienne, toujours au même moment de la journée pour la voie orale ;
 - la **conduite à tenir en cas d'oubli de pilule** de plus de 12 h⁴ (ou de retard à la mise en place d'un patch ou d'un anneau, de décollement de patch ou de perte de l'anneau vaginal) et sur la contraception d'urgence ;
 - **l'efficacité contraceptive** de ces méthodes (**voir fiche « Efficacité des méthodes contraceptives »**) ;
 - leurs possibles **inconvenients** (mastodynies, troubles du cycle, etc.) ;
 - leurs **risques**, notamment le risque d'accidents thromboemboliques veineux⁵ ou artériels, surtout la première année après l'instauration de la méthode ou après une interruption et reprise de la méthode (informer sur les symptômes évoquant ces complications et qui doivent conduire à consulter)⁶ ;
 - la nécessité de **signaler à tout médecin la prise d'une contraception hormonale** en cas de traitement intercurrent, d'intervention chirurgicale, d'immobilisation prolongée et de trajets prolongés en position assise (avion, train, autocar, voiture...) ;
 - le risque de **diminution d'efficacité en cas de diarrhée ou vomissements ou d'association à certains médicaments** (dont millepertuis, certains anticonvulsifs, antiprotéases, rifampicine/rifabutine, bosentan, griséofulvine, modafinil, orlistat)⁷ ;
 - la **possibilité de faire renouveler une fois leur contraceptif oral pour une période supplémentaire de 6 mois par le pharmacien ou l'infirmière sur présentation d'une ordonnance datant de moins de 1 an**.

- Concernant le bilan biologique à réaliser lors de la prescription, se référer à la fiche mémo « Contraception : prescriptions et conseils aux femmes » (HAS, 2013).
- Voir fiche de bon usage du médicament « Contraceptifs oraux estroprogestatifs : préférez les pilules de 1^{re} ou 2^e génération » (HAS, 2012).
- Voir carte « Que faire en cas d'oubli de pilule ? », téléchargeable gratuitement sur le site de l'Inpes. <http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/1368.pdf>.
- Le risque thromboembolique veineux est de 0,5 à 1/10 000 chez les femmes non utilisatrices de pilule, 2/10 000 chez les utilisatrices d'estroprogestatifs à base de lévonorgestrel, 3 à 4/10 000 chez les utilisatrices d'estroprogestatifs à base de désogestrel ou gestodène (3^e génération) ou à base de drospirénone, 6/10 000 chez les femmes au cours de la grossesse (ANSM, 2012).
- Œdème, douleur au niveau du mollet, dyspnée, douleur thoracique, hémoptysie, apparition ou aggravation de céphalées, déformation de la bouche, hémiparésie, dysphasie, etc.
- Pour les autres interactions médicamenteuses, se référer au résumé des caractéristiques du produit et au « Thésaurus des interactions médicamenteuses » (disponible sur le site de l'ANSM : <http://ansm.sante.fr>).

Méthodes hormonales – Progestatifs (pilule, implant sous-cutané, injection intramusculaire)

- Les **progestatifs sont utilisables chez la femme ne présentant pas de contre-indications** (notamment accidents thromboemboliques veineux évolutifs, saignements génitaux inexplicables, cancer du sein ou de l'utérus, pathologie hépatique sévère actuelle ou ancienne).
- **Plusieurs voies d'administration sont disponibles** :
 - **pilule microprogestative** : pilule au lévonorgestrel ou au désogestrel ;
 - **implant à l'étonogestrel** : méthode de longue durée d'action : est laissé en place et efficace pendant 3 ans (diminution possible de l'efficacité en cas de surpoids/d'obésité). Adapté aux femmes ayant des problèmes d'observance. Prendre en compte le risque de troubles menstruels (aménorrhée, spotting) pouvant être à l'origine d'un retrait prématuré du dispositif ;
 - **les injections d'acétate de médroxyprogestérone (tous les 3 mois)** : leur indication est limitée aux cas où il n'est pas possible d'utiliser d'autres méthodes contraceptives. Compte tenu des risques potentiels (notamment thrombose veineuse, diminution de la densité minérale osseuse, prise de poids), leur utilisation doit être limitée dans le temps.

Méthodes hormonales – Progestatifs (suite)

- Les femmes doivent être informées sur :
- les modalités d'instauration et d'utilisation des pilules microprogestatives (prise quotidienne ; le retard de prise de la pilule ne doit pas dépasser 3 h pour le lévonorgestrel, 12 h pour le désogestrel), la conduite à tenir en cas d'oubli de pilule et la contraception d'urgence ;
 - l'efficacité contraceptive de ces méthodes (voir fiche « Efficacité des méthodes contraceptives ») ;
 - les possibles troubles menstruels (métorragies, spotting ou aménorrhée) fréquents avec ce type de contraception mais qui ne doivent pas faire arrêter la contraception sans avis d'un professionnel ;
 - le risque de diminution d'efficacité en cas de diarrhée ou vomissements ou d'association à certains médicaments (dont millepertuis, certains anticonvulsivants, antiprotéases, rifampicine/rifabutine, bosentan, griséofulvine, modafinil, orlistat)⁸ ;
 - la possibilité de faire renouveler une fois leur contraceptif oral pour une période supplémentaire de 6 mois par le pharmacien ou l'infirmière sur présentation d'une ordonnance datant de moins de 1 an.
- Les macroprogestatifs *per os* ne disposent pas d'AMM dans l'indication contraception.

8. Pour les autres interactions médicamenteuses, se référer au résumé des caractéristiques du produit et au « Thésaurus des interactions médicamenteuses » (disponible sur le site de l'ANSM : <http://ansm.sante.fr>).

Dispositifs intra-utérins (DIU) (DIU au cuivre et au lévonorgestrel [LNG])

- Les DIU peuvent être proposés aux femmes, quelles que soient la parité et la gestité (femmes multipares ou nullipares/nulligestes).
- Les DIU sont utilisables chez la femme ne présentant pas de contre-indications (en particulier malformations utérines, infections en cours ou saignements inexplicables), après avoir évalué et écarté un risque infectieux (rechercher une infection à *Chlamydia trachomatis* et *Neisseria gonorrhoeae*⁹ avant la pose notamment en cas d'IST, infection génitale haute en cours ou récente, âge < 25 ans, partenaires multiples). Les contre-indications du DIU au LNG sont les mêmes que celles des progestatifs.
- Les femmes doivent être informées sur :
- l'efficacité contraceptive de ces méthodes (voir fiche « Efficacité des méthodes contraceptives ») ;
 - leur longue durée d'action (4 à 10 ans pour le DIU au cuivre, 5 ans pour le DIU au LNG) ;
 - leurs risques potentiels (risque d'expulsion, risque de perforation et de migration le plus souvent lié à la pose [exceptionnel]) ;
 - l'impact du DIU sur les cycles (règles plus importantes avec le DIU au cuivre, spotting, oligoménorrhée ou aménorrhée avec le DIU au LNG) ;
 - la pose souvent plus douloureuse chez les nullipares.
- Le DIU au LNG est à privilégier en cas de ménorragies fonctionnelles ou de saignements abondants avec un DIU au cuivre, à condition que les femmes acceptent l'éventualité de ne plus avoir de règles.
- Conseiller aux femmes de consulter 1 à 3 mois après la pose puis annuellement ainsi qu'en cas de douleurs pelviennes, de fièvre et saignements inexplicables.

9. Ces examens sont gratuits en centre de planification ou d'éducation familiale.

Méthodes barrières (préservatifs masculins et féminins, diaphragme et cape cervicale, spermicides)

- Ces méthodes ont une efficacité contraceptive moindre que celle de la contraception hormonale ou du DIU. Elles nécessitent que les deux partenaires soient motivés, aient bien compris leur utilisation après un apprentissage spécifique ; elles doivent être utilisées lors de tous les rapports sexuels, quelle que soit la date du cycle.
- Compte tenu du taux élevé d'échec en utilisation courante, l'éventualité d'une grossesse non prévue doit être acceptable, sinon préférer une autre méthode.
- Préservatifs (masculins, féminins) :
- seule méthode de contraception efficace contre les IST, y compris le sida ;
 - efficacité contraceptive (voir fiche « Efficacité des méthodes contraceptives ») ;
 - préservatifs en latex recommandés de préférence aux préservatifs en polyuréthane (risque de rupture ou de glissement) sauf si allergie au latex ; n'utiliser que des lubrifiants aqueux ;
 - informer sur le mode d'emploi des préservatifs (masculins, féminins)¹⁰ ;
 - informer sur la conduite à tenir en cas de rupture/glissement du préservatif et sur la contraception d'urgence.

10. Voir documents de l'Inpes :

• « Mode d'emploi du préservatif féminin » – <http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/616.pdf>
• « Mode d'emploi du préservatif masculin » – <http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/748.pdf>

Méthodes barrières (suite)

→ Diaphragme, cape cervicale, spermicides :

- efficacité contraceptive du diaphragme/de la cape améliorée par l'association à un spermicide (voir fiche « Efficacité des méthodes contraceptives ») ;
- ne sont pas efficaces pour protéger contre les IST/sida ;
- la détermination de la taille du diaphragme/de la cape, au préalable, par le praticien (médecin ou sage-femme) et l'apprentissage se font en consultation ;
- les spermicides s'achètent en pharmacie sans prescription.

Méthodes naturelles (retrait, méthodes d'abstinence périodique et d'auto-observation)

- Leur efficacité est moins bonne que celle des méthodes hormonales, mécaniques ou barrières (voir fiche « Efficacité des méthodes contraceptives »).
- Elles peuvent convenir à des femmes connaissant bien leur cycle, ayant des règles régulières, maîtrisant bien l'utilisation de la méthode. En période de périménopause, marquée par l'irrégularité des cycles, ces méthodes sont moins faciles d'utilisation.
- Compte tenu du taux d'échec élevé, l'éventualité d'une grossesse non prévue doit être acceptable, sinon préférer une autre méthode.
- Une formation spécifique de la femme et/ou du couple est nécessaire.
- Ces méthodes ne protègent pas contre les IST/sida.

Méthodes de stérilisation (voir fiche stérilisation)

- Peuvent apporter une réponse contraceptive appropriée dans certaines situations.
- Plusieurs méthodes disponibles :
- insertion d'un dispositif intra-utérin par hystérocopie ;
 - ligature des trompes et autres méthodes (électrocoagulation, pose d'anneaux ou de clips).
- Les présenter comme irréversibles.
- Un délai de réflexion de 4 mois doit être respecté entre la demande initiale et la réalisation de la stérilisation.



Ressources Internet

- Agence nationale de sécurité du médicament et des produits de santé : www.ansm.sante.fr
- Association fil-santé jeunes : www.filsantejeunes.com
- Association française pour la contraception : www.contraceptions.org
- Centres de planification ou d'éducation familiale : www.sante.gouv.fr/les-centres-de-planification-ou-d-education-familiale
- Haute Autorité de Santé : www.has-sante.fr
- Institut national de prévention et d'éducation pour la santé : www.inpes.sante.fr, www.choisirsacontraception.fr, www.onsexprime.fr, www.info-ist.fr
- Ministère de la Santé : www.sante.gouv.fr – rubrique « Contraception »
- Mouvement français pour le planning familial : www.planning-familial.org

HAS

www.has-sante.fr

2 avenue du Stade de France - 93218 Saint-Denis La Plaine CEDEX
Tél. : +33 (0) 1 55 93 70 00 - Fax : +33 (0) 1 55 93 74 00



Recommandations pour la pratique clinique

Stratégies de choix des méthodes contraceptives chez la femme

Recommandations

Décembre 2004

Service des recommandations professionnelles
de l'Anaes

Pour recevoir la liste des publications de l'Anaes, il vous suffit d'envoyer vos coordonnées à l'adresse ci-dessous ou consulter notre site : www.anaes.fr

Tous droits de traduction, d'adaptation et de reproduction partous procédés, réservés pour tous pays. Toute reproduction ou représentation intégrale ou partielle, par quelque procédé que ce soit du présent ouvrage, faite sans l'autorisation de l'Anaes est illicite et constitue une contrefaçon. Conformément aux dispositions du Code de la propriété intellectuelle, seules sont autorisées, d'une part, les reproductions strictement réservées à l'usage privé du copiste et non destinées à une utilisation collective et, d'autre part, les courtes citations justifiées par le caractère scientifique ou d'information de l'œuvre dans laquelle elles sont incorporées.

Ce document a été finalisé en décembre 2004. Il peut être commandé auprès de :

Anaes (Agence nationale d'accréditation et d'évaluation en santé)
Service communication
2, avenue du Stade-de-France - 93218 Saint-Denis-la-Plaine CEDEX - Tél. : 01 55 93 70 00 - Fax : 01 55 93 74 00
© 2004. Anaes

SOMMAIRE

RECOMMANDATIONS	4
I. INTRODUCTION	4
II. LES MÉTHODES CONTRACEPTIVES DISPONIBLES EN FRANCE	4
II.1. Contraception œstroprogestative.....	5
II.2. Contraception progestative	7
II.3. Contraception d'urgence	9
II.4. Dispositifs intra-utérins	10
II.5. Les méthodes de stérilisation	12
II.6. Les méthodes de barrières	13
II.7. Les méthodes naturelles.....	14
III. OPTIONS CONTRACEPTIVES DANS DIVERSES SITUATIONS PARTICULIÈRES	14
III.1. Entretien, examen clinique/biologique et surveillance.....	14
III.2. Situations à risque cardio-vasculaire et maladies métaboliques.....	16
III.3. Antécédents de cancer du sein.....	19
III.4. Pathologies diverses.....	19
III.5. Interactions médicamenteuses	20
III.6. Nulliparité	20
III.7. Adolescence.....	21
III.8. Femmes de plus de 35 ans	22
III.9. <i>Post-partum</i>	23
III.10. <i>Post-abortum</i>	23
III.11. Que faire en cas d'oubli de pilule(s)?.....	24
III.12. Diarrhées et vomissements	25
III.13. Changements de méthodes contraceptives	25
III.14. Changements de fuseaux horaires.....	25
IV. CRITÈRES PSYCHO-SOCIAUX À PRENDRE EN COMPTE LORS DU CHOIX D'UNE MÉTHODE CONTRACEPTIVE	26
V. COMMENT ACCOMPAGNER UNE FEMME ET /OU UN COUPLE DANS LE CHOIX D'UNE MÉTHODE CONTRACEPTIVE ADAPTÉE ?	28
V.1. L'aide au choix en matière de contraception.....	28
V.2. Stratégies d'aide au choix en matière de contraception	28
V.3. En pratique: focussur 6 des principales étapes de la consultation (modèle BERGER)	29
V.4. Spécificités liées à l'adolescence	31
ANNEXE 1. NIVEAU DE PREUVES SCIENTIFIQUES ET GRADES DES RECOMMANDATIONS	33
ANNEXE 2. POSSIBILITÉ D'UTILISATION DES DIFFÉRENTES MÉTHODES EN FONCTION DE SITUATIONS PARTICULIÈRES.....	34
PARTICIPANTS	43

RECOMMANDATIONS

I. INTRODUCTION

La demande de recommandations émane de la Direction générale de la santé et s'inscrit dans le cadre de la prévention des grossesses non souhaitées. L'objectif de ce document est d'établir un état des connaissances sur les méthodes de contraception disponibles chez la femme et de définir, en débordant du seul cadre des critères médicaux, des recommandations sur la prescription des méthodes contraceptives, sur l'information des femmes par les soignants et sur l'aide au choix d'une méthode contraceptive. L'objectif corollaire en est que chaque contraception soit adaptée à la situation personnelle de chaque femme et qu'elle soit de fait bien acceptée et bien menée.

Ces recommandations pour la pratique clinique abordent successivement :

- les méthodes contraceptives disponibles en France ;
- les options contraceptives dans diverses situations particulières ;
- les critères psycho-sociaux à prendre en compte lors du choix d'une méthode contraceptive ;
- l'accompagnement d'une femme et/ou d'un couple dans le choix d'une méthode contraceptive.

Quinze messages clés sont fournis en fin de texte.

Ces recommandations ont été élaborées en suivant la méthode des recommandations pour la pratique clinique de l'Anaes (cf. *Annexe 1*). Compte tenu des champs multiples concernés, elles ont été rédigées avec la collaboration de l'Agence française de sécurité sanitaire des produits de santé (Afssaps) et de l'Institut national de prévention et d'éducation pour la santé (Inpes).

Le document est destiné en 1^{re} intention à l'ensemble des professionnels de santé qui prescrivent ou délivrent des méthodes contraceptives, c'est-à-dire essentiellement les omnipraticiens, les gynécologues médicaux, les gynécologues et obstétriciens, les endocrinologues, les sages-femmes, les infirmières scolaires, les pharmaciens ainsi que l'ensemble des professionnels de santé des centres de planification et d'éducation familiale.

II. LES MÉTHODES CONTRACEPTIVES DISPONIBLES EN FRANCE

La différence possible entre l'efficacité optimale des méthodes contraceptives (celle des essais thérapeutiques) et leur efficacité en pratique courante constitue un argument fort pour que la femme et le couple soient impliqués dans un choix adapté à leur réalité quotidienne. À titre indicatif, les données de l'Organisation mondiale de la santé (OMS) sur l'efficacité comparée des différentes méthodes contraceptives figurent dans le tableau 1. Les conclusions et recommandations concernant chaque méthode sont détaillées par la suite.

Tableau 1. Efficacité des différentes méthodes contraceptives (OMS)

Efficacité	Méthode	Grossesses pour 100 femmes au cours des 12 premiers mois d'utilisation	
		En pratique courante	En utilisation optimale*
Toujours très efficace	Implants	0,1	0,1
	Vasectomie	0,2	0,1
	Stérilisation féminine	0,5	0,5
	Progestatifs injectables	0,3	0,3
	DIU	0,8	0,6
	Pilules progestatives pures (au cours de l'allaitement)	1	0,5
Efficace dans son emploi courant	Méthode de l'aménorrhée lactationnelle	2	0,5
Très efficace lorsqu'elle est employée correctement et régulièrement (utilisation optimale)	Contraception orale oestroprogestative	6-8	0,1
	Pilules progestatives pures (en dehors de l'allaitement)	~§	0,5
A une certaine efficacité dans son emploi courant	Préservatifs masculins	14	3
	Retrait	19	4
	Diaphragme et spermicide	20	6
	Méthodes naturelles	20	1-9
	Préservatifs féminins	21	5
	Spermicides	26	6
Efficace lorsqu'elle est employée correctement et régulièrement (utilisation optimale)	Capécervicale (nullipares)	20	9
	Capécervicale (multipares)	40	26
	Pas de méthode	85	85

*Correspond à l'efficacité obtenue de ses méthodes contraceptives.

§: En dehors de l'allaitement les pilules progestatives pures sont «un peu» moins efficaces que les contraceptifs oraux oestroprogestatifs.

II.1. Contraception œstroprogestative

La contraception œstroprogestative est l'une des méthodes de 1^{re} intention, pour les femmes ne présentant pas de facteur de risque particulier (cardio-vasculaire, cancéreux, hépatique, etc.). Ils'agit d'une méthode efficace dans son emploi courant et très efficace lorsqu'elle est employée de manière optimale. De nouvelles formes d'administration (timbre et anneaux vaginaux libérant des œstroprogestatifs) ont fait preuve de leur efficacité et peuvent constituer des alternatives, notamment pour des femmes sujettes à des problèmes d'observance.

Aucune donnée ne permet, en termes d'efficacité, de privilégier la prescription d'un type particulier de génération ou son caractère mono-, bi-, ou triphasique. La notion de « climat hormonal » est difficile à apprécier et varie en fonction de la réceptivité de chaque femme, ce qui peut conduire à des adaptations de la prescription en fonction de la tolérance individuelle à la pilule testée.

En pratique, en cas de signes pouvant évoquer une hyperœstrogénie (mastodynies, syndrome prémenstruel, règles abondantes, fréquentes et/ou douloureuses, etc.), 2 conduites sont possibles en fonction des signes :

- soit diminuer la dose d'œstrogène;
- soit rechercher une pilule pouvant apporter un climat progestatif plus dominant.

Il n'entre pas dans le cadre de ces recommandations de se prononcer sur l'efficacité comparée des différentes pilules dans l'acné. Néanmoins, le groupe de travail rappelle que bien que la pratique ait consacré l'activité contraceptive des spécialités Diane[®] et de ses génériques, ces médicaments ne disposent pas de l'indication « contraception » dans leur AMM et qu'en conséquence leur prescription, avec un objectif contraceptif, relève de la responsabilité propre du prescripteur. En l'occurrence, lorsque les effets contraceptif et antiacnéique sont recherchés de manière conjointe, il est recommandé de privilégier l'une des pilules qui disposent de la double AMM « contraceptif et antiacnéique » (en l'état actuel: Tricilest[®] et Triafémi[®] pour l'acné légère et modérée). Le groupe de travail recommande par ailleurs, compte tenu de la pratique, d'inciter les laboratoires commercialisant les spécialités précédemment citées et qui ne possèdent pas l'indication « contraception » à déposer une demande d'AMM auprès de l'Afssaps.

Toutes les générations de pilules œstroprogestatives sont associées à une augmentation du risque d'accident thrombo-embolique (niveau de preuve 3). Les données de la littérature semblent indiquer que des différences substantielles pourraient exister quant à la nature du risque thrombo-embolique, veineux ou artériel, en fonction du type de progestatif (2^e ou 3^e génération) et de la dose d'éthinyl-estradiol. La littérature ne permet cependant pas de conclure, les études identifiées souffrant potentiellement de biais de sélection majeurs. Seule une étude prospective randomisée permettrait de mettre en évidence des différences pertinentes entre les 2 générations de pilules. **Le plus grand danger en prescrivant une contraception œstroprogestative, qu'elle soit de 2^e ou 3^e génération, est d'ignorer la présence de facteurs de risque cardio-vasculaire associés pour lesquels elle est contre-indiquée** (cf. ci-dessous paragraphe III).

Les données de la littérature rapportent une augmentation potentielle du risque de certains cancers, notamment du sein et du col utérin (niveau de preuve 2)¹. Ces cancers restent relativement peu fréquents dans les tranches d'âge les plus jeunes mais augmentent avec l'âge. Une partie des effets observés pourrait néanmoins résulter d'une meilleure surveillance ou d'une exposition supérieure aux agents infectieux des utilisatrices de contraception orale par rapport aux utilisatrices d'autres méthodes contraceptives (par ex. à certains papillomavirus [HPV] pour le cancer du col utérin). Pour le cancer du sein, les

¹ À titre indicatif, la survenue des cancers du sein varie de 0,2/100 000 femmes par an entre 15 et 19 ans à 138/100 000 femmes par an entre 40 et 44 ans ; l'augmentation du risque liée à l'utilisation en cours d'une pilule œstroprogestative est de l'ordre de 25 %. La survenue des cancers du col utérin varie de 0,1/100 000 femmes par an entre 15 et 19 ans à 20/100 000 femmes par an entre 40 et 44 ans ; l'augmentation du risque de cancer cervical liée à l'utilisation d'une pilule œstroprogestative est de l'ordre de 50 % après 5 à 9 ans d'utilisation. Pour le cancer du foie, considéré comme exceptionnel (<1/100 000 femmes par an entre 40 et 44 ans), le risque après 5 ans d'utilisation est multiplié par un facteur de l'ordre de 2 relativement aux non-utilisatrices.

cancers sont découverts à un stade plus précoce et aucune différence n'a été observée en termes de mortalité (niveau de preuve 2).

A contrario, il convient de souligner que cette même littérature remet en évidence des **effets bénéfiques potentiels** de la contraception œstroprogestative orale sur la survenue du cancer de l'endomètre (niveau de preuve 2), du cancer de l'ovaire (niveau de preuve 2), du cancer colorectal (niveau de preuve 2)². Le recul est insuffisant pour ce qui est des dispositifs médicaux libérant des œstroprogestatifs (timbre et anneau vaginal).

Les principales **contre-indications (CI)** des méthodes contraceptives œstroprogestatives sont **d'ordre cardio-vasculaire, carcinologique et hépatique**. Elles sont reprises dans le tableau 3 figurant en annexe 2 et détaillées dans l'encadré III concernant les situations particulières.

En raison du risque de diminution de l'efficacité contraceptive lorsque ces hormones sont associées à des **inducteurs enzymatiques**, à certaines antiprotéases (par ex. ritonavir, nelfinavir, lopinavir, éfavirenz et névirapine) et au modafinil et en raison d'un risque de galactorrhée en cas d'association à la flunarazine, il est recommandé de demander à la femme qui consulte de signaler tout traitement en cours et le cas échéant de lui conseiller une alternative contraceptive non hormonale, en particulier de type mécanique.

Compte tenu des données de pharmacovigilance, la découverte d'une grossesse sous œstroprogestatif ne justifie pas l'interruption médicale de la grossesse.

Le groupe de travail rappelle qu'il n'est pas justifié d'interrompre régulièrement la contraception pour vérifier la reprise de cycles ovulatoires et que cette conduite fait courir le risque d'une grossesse non souhaitée.

II.2. Contraception progestative

Bien que la pratique ait réservé son usage en 2^e intention pour les femmes qui présentent certaines CI (notamment cardio-vasculaires), **la contraception progestative est à classer, de même que les œstroprogestatifs, au rang des méthodes efficaces dans leur emploi courant et très efficaces en utilisation optimale**. En l'état actuel, il s'agit essentiellement de la pilule microprogestative, laquelle implique une **prise rigoureuse** : tous les jours à la même heure, même pendant les règles, le retard de prise ne devant pas dépasser 3 heures (sauf mentions spéciales de l'AMM).

L'implant sous-cutané à l'étonogestrel a fait preuve de son excellente efficacité (lorsque la technique de pose est respectée) et peut constituer une alternative intéressante, notamment pour des femmes sujettes à des problèmes d'observance. Sa prescription ne peut cependant être envisagée qu'au regard de sa mauvaise tolérance (mauvais contrôle du cycle, risque accru de saignements, aménorrhée, etc.) et à condition que l'absence de règles soit bien tolérée.

Le groupe de travail rappelle que bien que la pratique ait constaté leur efficacité contraceptive, l'indication contraceptive des macroprogestatifs est peu fréquente et que les macroprogestatifs utilisés en pratique courante ne disposent généralement pas de cette

² À titre indicatif, les cancers de l'endomètre sont rares (< 5/100 000 femmes par an entre 40 et 44 ans) et la réduction du risque lié à l'utilisation en cours d'une pilule œstroprogestative est de l'ordre de 66 % 5 ans après l'arrêt. La survenue des cancers de l'ovaire varie de 1/100 000 femmes par an entre 15 et 19 ans à 9/100 000 femmes par an entre 40 et 44 ans et la réduction du risque liée à l'utilisation d'une pilule œstroprogestative est de l'ordre de 30 % dans les 5 à 20 ans après l'arrêt. La survenue des cancers colorectaux varie de 0,2/100 000 femmes par an entre 15 et 19 ans à 12/100 000 femmes par an entre 40 et 44 ans et la réduction du risque est de l'ordre de 15 à 20 %.

indication dans leur AMM ³. En conséquence leur prescription, hors AMM et dans le cadre contraceptif courant, relève de la responsabilité propre du prescripteur.

Pareillement la contraception progestative injectable ne s'est à considérer qu'en cas de difficultés d'observance ou dans des contextes socio-culturels particuliers. La recherche d'une contraception progestative de longue durée d'action fera plutôt envisager l'utilisation d'un implant sous-cutané ou d'un dispositif intra-utérin (DIU) au lévonorgestrel (LNG).

La bonne efficacité de ces méthodes doit être envisagée au regard de leur tolérance (considérée comme moins bonne que celle des méthodes œstroprogestatives), notamment en raison des effets indésirables inhérents au mauvais contrôle du cycle. On note ainsi fréquemment, pour les microprogestatifs :

- des signes pouvant évoquer une hyperœstrogénie : maux de tête, nausées, vomissements, œdèmes cycliques, douleurs pelviennes ;
- des perturbations du cycle menstruel (saignements, absence ou irrégularités des règles) qui s'observent chez environ 70% des utilisatrices ;
- des kystes fonctionnels de l'ovaire.

Sur la base d'études de faible niveau de preuve et d'arguments indirects (cliniques ou obtenus *in vitro* et *ex vivo*), il est possible d'utiliser ces méthodes contraceptives dans certaines situations où les pilules œstroprogestatives sont contre-indiquées. Néanmoins :

- la littérature sur le risque de cancer du sein porte plus souvent sur la contraception orale (en majorité œstroprogestative) et ne permet pas de distinguer les parts de risque attribuables aux œstrogènes ou aux progestatifs. Les études plus spécifiques des effets de la contraception par progestatif seul sur le risque de cancer du sein sont contradictoires (niveau de preuve 2). Des tumeurs progestagènes dépendantes ont été décrites.
- La littérature rapporte un surrisque d'accident thrombo-embolique veineux pour les progestatifs injectables et pour les macroprogestatifs, notamment lors de leur utilisation avec un objectif thérapeutique (par ex. troubles menstruels) (niveau de preuve 3). En revanche, aucune effet artériel n'est démontré et ne peut être exclu a priori. Par ailleurs, les quelques études ayant analysé spécifiquement les effets cardio-vasculaires de la contraception microprogestative ne permettent pas d'exclure que de tels effets puissent être retrouvés avec ce mode de contraception ; elles indiquent en revanche que s'ils existaient, ces effets seraient probablement d'une ampleur minime (niveau de preuve 3).

En l'état, de même que l'indiquent leurs AMM, et en plus des cas d'hypersensibilité à l'un des composants et des cas de grossesse suspectée ou avérée, **les méthodes progestatives restent donc contre-indiquées en cas :**

- d'accidents thrombo-emboliques veineux évolutifs ;
- d'antécédents d'accidents thrombo-emboliques veineux (sauf pour les microprogestatifs, l'implant à l'étonorgestrel et le DIU au lévonorgestrel) ;
- d'antécédents ou d'accidents thrombo-emboliques artériels (sauf pour les microprogestatifs, l'implant à l'étonorgestrel et le DIU au lévonorgestrel) ;
- de tumeurs sensibles aux progestatifs, cancer du sein et cancer de l'endomètre ;
- d'hémorragie génitale non expliquée ;
- de présence ou d'antécédents de pathologie hépatique sévère, tant que les paramètres hépatiques ne sont pas normalisés.

³ Seuls 2 norstéroïdes l'orgamétril® et Primolut-Nor®) en disposent. Ils sont, le plus souvent, prescrits en cas de pathologies annexes.

Les progestatifs « microdosés » ne doivent pas être prescrits en cas d'affection mammaire et/ou utérine, de dysfonctionnement ovarien (AMM). Compte tenu de la diminution de motilité tubaire qu'ils induisent, ils ne sont pas indiqués en cas d'antécédent ou de risque de grossesse extra-utérine (GEU).

En raison du risque de diminution de l'efficacité contraceptive lorsque ces hormones sont associées à des inducteurs enzymatiques, à certains inhibiteurs de protéases du VIH et au modafinil et en raison d'un risque de galactorrhée en cas d'association à la flunarazine, il est recommandé de demander à la consultante de signaler tout traitement en cours et le cas échéant de lui conseiller une alternative contraceptive non hormonale, en particulier de type mécanique.

II.3. Contraception d'urgence

La contraception d'urgence désigne les méthodes contraceptives qu'une femme peut utiliser pour prévenir la survenue d'une grossesse après un rapport non protégé. Elle peut faire appel au **DIU au cuivre** ou à la **contraception d'urgence hormonale**. Parmi les alternatives hormonales disponibles en France, il est recommandé d'utiliser la méthode par progestatif seul (**Norlevo[®]/Vikela[®]**), plutôt que la méthode œstroprogestative Yuzpe. La contraception d'urgence par progestatif seul est en effet plus efficace que la méthode Yuzpe (niveau de preuve 1) et présente moins d'effets secondaires (niveau de preuve 1). Elle ne présente aucune CI. Elle est inefficace en cas de grossesse débutante.

La contraception d'urgence hormonale n'est pas efficace à 100%. **Elle est d'autant plus efficace qu'elle est utilisée plus précocement après un rapport non protégé**. La fraction des grossesses prévenues par progestatif seul (Norlevo[®]/Vikela[®]) varie de 95% lorsque la prise est réalisée avant 24h à 58% lorsqu'elle est réalisée entre 48h et 72h. Cette efficacité doit être comparée avec les résultats bien meilleurs obtenus avec les DIU au cuivre dans le cadre d'une utilisation post-coïtale (taux d'échec de 0,1 à 0,2%, quel que soit le moment du cycle) et avec un délai de pose possible jusqu'à 5 jours après la date estimée de l'ovulation. Le DIU au cuivre est à considérer comme la méthode la plus efficace en cas de rapport non protégé. La contraception d'urgence hormonale est néanmoins plus accessible que le DIU puisqu'elle peut être obtenue sans ordonnance et de manière anonyme en pharmacie (où elle est gratuite pour les mineures qui en font la demande), en centre de planification familiale ou dans les infirmeries scolaires. Le DIU, quant à lui, ne peut être posé que lors d'une consultation médicale.

Suite à la prise d'une contraception d'urgence par progestatif seul, il est recommandé de conseiller à la consultante :

- d'adopter une **méthode contraceptive efficace (préservatifs)** jusqu'à la fin du cycle en cours;
- de réaliser un **test de grossesse** si les règles ne surviennent pas dans les 5 à 7 jours après la date attendue.

Il est également recommandé de prévenir la future utilisatrice de **la possibilité de saignements** (pouvant faussement évoquer des règles) suite à l'utilisation d'une contraception d'urgence hormonale et qu'en cas de doute, elle pourra prendre conseil auprès de son médecin.

Il est recommandé que **lors de la prescription et de la délivrance de la contraception, la femme soit préventivement informée de ces possibilités de rattrapage** en cas de rapport non protégé, de leur efficacité et des conditions à leur accès. Pareillement, lorsqu'une femme ou une adolescente se présente en vue de se renseigner sur les

méthodes de contraception d'urgence ou qu'elle évoque un rapport non protégé, un défaut d'observance de sa méthode contraceptive ou la volonté de recourir à une méthode de contraception d'urgence, il est recommandé qu'elle soit informée des différentes possibilités de rattrapage, de leur efficacité et des différentes conditions d'accès à ces méthodes. Cela est notamment valable lorsque le rapport non protégé a été daté de plus de 72h, et que la pose d'un DIU au cuivre pourrait être envisagée. Ces 2 recommandations concernent l'ensemble des interlocuteurs possibles, notamment le pharmacien, le personnel des centres de planning familial, l'infirmier(ère) scolaire, le médecin ou le sage-femme consultés.

Il est également recommandé que la consultante soit rassurée sur le caractère généralement modéré des effets indésirables qui peuvent survenir. Pour la contraception d'urgence progestative seule (Norlevo[®]/Vikela[®]), ils s'agit essentiellement de nausées (20% des cas), vomissements (5% des cas), fatigue (20% des cas), douleurs abdominales (15 à 20% des cas), céphalées (15 à 20% des cas), vertiges (10 à 15% des cas), tension mammaire (10 à 15% des cas) et de spotting (moins de 5% des cas).

Bien que la contraception d'urgence par progestatif seul ne présente pas de CI, il est recommandé de **ne l'envisager qu'en tant que méthode passerelle**. En effet, l'utilisation opportuniste et répétitive de la contraception d'urgence hormonale en tant que seule méthode contraceptive est nettement moins efficace (niveau de preuve 4) et est associée à une incidence élevée de perturbations menstruelles (70% des cas). En cas de difficultés d'observance, il est recommandé de privilégier une méthode continue non sujette aux variations d'observance (DIU, implants hormonaux, etc.). En cas de rapports espacés, il est recommandé de discuter de manière comparative des avantages des méthodes continues et discontinues.

II.4. Dispositifs intra-utérins

Le DIU est une autre méthode contraceptive de 1^{re} intention, considérée comme toujours très efficace, qui présente l'avantage d'une longue durée d'action et pour laquelle **aucun risque cancéreux ou cardio-vasculaire n'est établi**.

Bien que cela paraisse discordant avec la pratique, les données ne montrent **pas de différence significative d'efficacité contraceptive entre le DIU au cuivre de surface >250mm² et le DIU au LNG (niveau de preuve 1)**. Le DIU au LNG apporte en revanche une amélioration modeste, en termes d'efficacité contraceptive et de tolérance, par rapport aux DIU au cuivre de surface ≤250mm² (niveau de preuve 1). Compte tenu de la moins bonne tolérance (aménorrhée) et du coût plus élevé du DIU au LNG relativement au DIU au cuivre de surface >250mm², il est recommandé de ne privilégier le DIU au LNG qu'en cas de bénéfices complémentaires attendus, par exemple en cas de ménorragies fonctionnelles (après recherche et élimination de causes organiques décelables). Le DIU au LNG est adapté chez les femmes ayant des saignements abondants avec les DIU au cuivre.

Avant la pose, il peut être utile de réaliser une échographie pour déterminer la profondeur utérine. Il est recommandé d'effectuer l'insertion en 1^{re} partie de cycle afin d'éviter d'insérer un DIU chez une femme qui pourrait être enceinte (accord professionnel). Cette recommandation est cependant à pondérer en fonction de l'existence ou non de rapports sexuels dans la période à risque et de l'utilisation d'autres méthodes contraceptives avant l'insertion. D'après les AMM, la durée maximale conseillée durant laquelle le dispositif peut être laissé dans la cavité utérine est de 5 ans.

Le risque de maladie inflammatoire pelvienne (MIP) lié à la pose est avéré, sa survenue étant essentiellement limitée aux 3 semaines qui suivent l'insertion (niveau de

preuve 2). Il pourrait être plus élevé pour les femmes ayant des facteurs de risque infectieux (notamment certaines IST, infection génitale haute en cours récente, âge < 25 ans, partenaires multiples) (niveau de preuve 4). Cet aspect souligne la nécessité de réaliser son insertion en respectant des conditions d'hygiène rigoureuses et après évaluation du risque infectieux.

Aucun risque de stérilité tubaire n'a été démontré, y compris chez les nullipares (niveau de preuve 3). Les délais de recouvrement de la fertilité ou de conceptions suite au retrait du DIU sont plus élevés que pour l'utilisation des autres méthodes barrières mais semblent comparables à ceux observés pour la contraception orale, y compris chez les nullipares (niveau de preuve 2).

Étant donné la grande efficacité contraceptive des DIU, le risque de GEU est extrêmement faible et inférieur d'un facteur 10 à celui associé à l'absence de contraception. La littérature ne permet pas de conclure si le risque de GEU en cours d'utilisation d'un DIU est augmenté par comparaison aux autres méthodes contraceptives accessibles au médecin avant la pose, les antécédents de GEU et de chirurgie tubaire sont associés au risque de GEU chez les femmes ayant un DIU (niveau de preuve 3)⁴.

Les CI à la pose d'un DIU au cuivre comprennent essentiellement (cf. certification CE et détail dans le présent document):

- les antécédents ou l'existence de pathologies (dont certaines anomalies) utérines ou trophoblastiques;
- pathologie vaginale récente ou en cours, saignement vaginal/génital inexpliqués;
- diverses situations à risque infectieux (IST, infection génitale haute [en cours, datant de moins de 3 mois ou récurrente], infection puerpérale en *post-partum*, avortement septique, valvulopathies, etc.);
- l'hypersensibilité à l'un des composants;
- une grossesse suspectée ou avérée;
- le *post-partum* (entre 48 h et 4 semaines [d'après l'OMS]).

À ces CI, il convient d'ajouter, **pour le DIU au LNG**, les quelques CI inhérentes à l'utilisation d'un progestatif (similaires à celles de la contraception microprogestative de l'implant à l'étonogestrel).

Au total, **un DIU peut être proposé** à toute femme dès lors que:

- les **CI à la pose sont prises en compte;**
- les **risques infectieux et de GEU ont été évalués et les situations à risque écartées;**
- la **femme est informée des risques** de MIP et de GEU ainsi que des risques potentiels, mais non démontrés, de stérilité tubaire. Cette information est prépondérante chez une femme nullipare, sa pose devant être envisagée avec prudence et en prenant en compte son désir d'enfant à venir.

Plus généralement, au regard de sa très bonne efficacité et de son taux d'utilisation en France paradoxalement assez faible chez les femmes jeunes, le groupe de travail recommande, afin que l'accès au DIU soit facilité, que son utilisation soit mieux connue et

⁴ S'y ajoutent, après la pose, les douleurs pelviennes survenant dans le mois qui suit la pose. En dehors de l'âge, les facteurs de risque de GEU non spécifiques de l'utilisation du DIU sont : tabac, antécédent de GEU, antécédent de chirurgie tubaire, antécédents de MIP/d'IST, antécédent de fausses couches, problèmes d'infertilité.

que ses bonnes pratiques de pose fassent l'objet d'un enseignement, notamment dans le cadre des organisations professionnelles (FMC, etc.).

En raison de la démonstration de son absence d'efficacité (niveau de preuve 1 pour les molécules testées), l'administration d'une antibio prophylaxie en relation avec la pose d'un DIU n'est pas recommandée. En revanche, l'administration d'antalgiques avant la pose semble d'usage, notamment chez une femme nullipare dans la mesure où son risque de douleurs est décrit comme plus élevé (niveau de preuve 2).

II.5. Les méthodes de stérilisation

La loi du 4 juillet 2001 relative à l'IVG et à la contraception souligne la visée contraceptive des méthodes de stérilisation, qu'elles soient masculines ou féminines. Ces méthodes sont en effet susceptibles, sur simple demande du couple ou de la personne concernée ou sur proposition du médecin, d'apporter une réponse contraceptive appropriée dans certaines situations médicales, sociales ou culturelles particulières. Il s'agit d'interventions chirurgicales qui présentent des risques potentiels et feront orienter la personne vers un praticien expérimenté.

Les méthodes de stérilisation féminine ont l'avantage de n'avoir aucune CI permanente. En pratique, il est recommandé de les présenter comme généralement irréversibles même si le recours à certaines techniques de procréation médicalement assistée est parfois envisageable et s'il existe des possibilités de reconstitution. L'efficacité de ces dernières n'est en effet pas garantie et est variable en fonction des méthodes.

Différentes techniques sont disponibles, différentes voies d'abord peuvent être utilisées. L'efficacité supérieure de l'une ou l'autre des techniques n'est cependant pas démontrée. Pour la stérilisation féminine, le risque d'échec à 10 ans a été estimé entre 1 et 2%. La technique consistant en l'insertion de « dispositif intra-tubaires (DIT) » requiert un délai de 3 mois après intervention pour la considérer comme efficace. Durant cette période, il est recommandé de recourir à une méthode contraceptive complémentaire, par exemple de type barrière. La fréquence et la nature des complications varient en fonction des techniques et des voies d'abord utilisées. Elles sont majeures dans 1% des cas et considérées comme mineures dans 1 à 10% des cas en fonction des études.

Le Code de santé publique précise que « la ligature des trompes ou des canaux déférents à visée contraceptive ne peut être pratiquée que si la personne majeure intéressée a exprimé une volonté libre, motivée et délibérée en considération d'une information claire et complète sur ses conséquences ». Comme pour toute information médicale à délivrer, le groupe de travail rappelle qu'il est recommandé que l'information :

- soit hiérarchisée;
- présente les bénéfices attendus des soins envisagés avant leurs inconvénients et risques éventuels;
- précise les risques graves, y compris exceptionnels (c'est-à-dire ceux qui mettent en jeu pronostic vital ou altèrent une fonction vitale);
- soit compréhensible;
- soit personnalisée et transmise selon le rythme et les connaissances du patient.

Un livret, récapitulant les informations essentielles à communiquer sur la stérilisation, a été élaboré par le ministère de la Santé et doit être remis à ce titre aux

femmes concernées⁵. S'agit de ne pas remplacer la délivrance d'une information orale sur le sujet (notamment sur le DIU pour lequel aucune information ne figure dans le livret).

Un délai de réflexion de 4 mois doit être respecté après décision initiale de stérilisation et recueil du consentement. La signature d'un consentement éclairé est obligatoire.

Il est recommandé de n'envisager cette méthode chez les femmes jeunes ou nullipares qu'avec la plus grande réserve et la plus grande précaution. La littérature démontre en effet que le risque de regret suite à l'intervention est d'autant plus élevé que la femme est jeune et qu'elle a moins (ou n'a pas) d'enfants à la date de l'intervention. Il est recommandé d'évoquer de manière systématique avec la femme qui envisage cette méthode le risque de regret potentiel et d'explorer avec elle ses motivations et son désir d'enfant.

II.6. Les méthodes barrières

Les préservatifs peuvent être masculins ou féminins. Il est rappelé qu'**ils s'agit des seules méthodes qui aient fait preuve de leur efficacité dans la prévention de la transmission des infections sexuellement transmissibles**. Une situation estimée à risque du fait de l'existence de plusieurs partenaires, de l'évocation de relations occasionnelles ou de l'absence de relation stable (notamment chez l'adolescente), doit conduire le professionnel de santé à recommander l'utilisation de cette méthode contraceptive, en complément ou non d'une autre méthode médicale.

Bien que moins efficaces que les méthodes contraceptives hormonales ou que les méthodes mécaniques telles que le DIU, les préservatifs sont efficaces lorsqu'ils sont utilisés de manière optimale (même si leur efficacité est moindre en emploi courant). Les préservatifs masculins en latex semblent à moindre risque de rupture ou de glissement que les préservatifs en polyuréthane (niveau de preuve 1) et sont donc recommandés, en dehors d'un cas d'allergie au latex. Ils ne possèdent pas d'autre CI.

Les préservatifs étant en accès libre, il s'agit d'une méthode qui aurait avantage à être réappropriée par les médecins et à être proposée, seule ou en association, à une femme qui désire une méthode contraceptive. Leur utilisation est recommandée en cas d'absence de partenaire stable ou en méthode de remplacement à garder à disposition en cas d'inaccessibilité ponctuelle ou de défaut d'observation d'une méthode hormonale.

Compte tenu des risques de rupture et de glissement des préservatifs il est également recommandé que la femme qui les utilise en tant que méthode contraceptive exclusive soit informée des possibilités de contraception de rattrapage et des modalités d'accès à ces différentes méthodes (à défaut d'en avoir une à disposition).

Il est rappelé que ces méthodes nécessitent une pédagogie ciblée, quel que soit l'intervenant qui les conseille, et notamment qu'elles :

- nécessitent un certain entraînement;
- doivent être utilisées lors de tous les rapports sexuels en période à risque;
- doivent être mises en place avant toute pénétration intravaginale;
- nécessitent un retrait rapide après le rapport sexuel en veillant à son maintien sur le pénis au moment du retrait (en cas de préservatif masculin);
- nécessitent la motivation des 2 partenaires.

⁵ Ministère de la Santé, de la Famille et des Personnes handicapées. Stérilisation à visée contraceptive. Livret d'information. Paris : ministère de la Santé, de la Famille et des Personnes handicapées; 2004.

L'utilisation de lubrifiant n'est pas nécessairement utile et doit être envisagée avec précaution au regard de la compatibilité physico-chimique du préservatif et du lubrifiant utilisé (éviter tout corps gras et la salive; adopter des lubrifiants aqueux).

L'utilisation de spermicides n'est pas efficace dans la prévention des infections sexuellement transmissibles (niveau de preuve 1), les méthodes barrières autres que les préservatifs n'ont pas démontré leur efficacité anti-infectieuse et ne peuvent être considérées comme efficaces *a priori*. Au regard des autres méthodes disponibles, il s'agit de méthodes à risque d'échec contraceptif élevé dans leur emploi courant et qui ne sauraient être recommandées sur ce seul critère. Le diaphragme et l'éponge contraceptive ne sont pas recommandés en cas d'antécédents de syndrome de choco toxique (niveau de preuve 4, accord professionnel). Enfin, dans la mesure où certaines femmes pourraient être dérangées ou perturbées dans leur sexualité, les manipulations génitales féminines nécessaires pour certaines des méthodes barrières peuvent constituer un frein à leur utilisation.

II.7. Les méthodes naturelles

Les méthodes naturelles comprennent essentiellement le retrait, la méthode de l'aménorrhée lactationnelle et les méthodes d'abstinence périodique et d'auto-observation (méthode des températures basales, méthode « Billings », méthode symptothermique, méthode « Ogino-Knaus », trousse de prédiction de l'ovulation). La méthode de l'aménorrhée lactationnelle, lorsque l'allaitement est exclusif ou quasi exclusif, est d'une efficacité comparable à celle d'une contraception orale. Bien que moins efficaces que la contraception hormonale, les DIU, la stérilisation et les préservatifs, les autres méthodes naturelles peuvent être adaptées à la situation ou aux exigences de certaines femmes. Au regard de leur risque élevé d'échec en usage courant, ces autres méthodes devraient être réservées à des femmes connaissant bien leur cycle, maîtrisant bien l'utilisation de la méthode et acceptant ou pouvant médicalement s'exposer à un risque de grossesse.

Les méthodes naturelles ont en revanche l'avantage de n'avoir aucune CI. Au même titre que des connaissances sur la fertilité et le cycle physiologique de la reproduction, il est recommandé que leurs principes généraux soient exposés à toute femme, et à son partenaire, envisageant l'utilisation d'une méthode contraceptive. À défaut d'autre méthode contraceptive, elles pourraient en effet démontrer leur utilité.

III. OPTIONS CONTRACEPTIVES DANS DIVERSES SITUATIONS PARTICULIÈRES

Le groupe de travail a adapté les tableaux de l'OMS sur les critères de recevabilité pour l'adoption et l'utilisation continues des méthodes contraceptives. Le résultat est présenté en annexe 2 du présent document. Ils détaillent un grand nombre de situations particulières rencontrées en pratique mais ne tiennent pas compte des degrés d'efficacité des différentes méthodes contraceptives, lesquels sont donc à prendre en compte lors de la prescription. Ils ne tiennent pas compte non plus de la protection des méthodes (autres que les préservatifs) vis-à-vis des IST. L'adéquation des différentes méthodes contraceptives a néanmoins été détaillée pour certaines situations particulières, dans la mesure où celles-ci pouvaient être sujettes à controverse, n'étaient pas abordées par l'OMS ou nécessitaient, d'après le groupe de travail, un complément d'information.

III.1. Entretien, examen clinique/biologique et surveillance

Les recommandations qui suivent concernent les 1^{ères} consultations à objectif contraceptif, quelle que soit la méthode prescrite. Dans le cadre de l'aide au choix, aucune méthode n'est en effet ciblée d'emblée et le recueil d'information recouvre donc un champ large. Les

précisions concernant les consultations de suivi et /ou de surveillance sont en revanche, dès lors que la méthode est choisie, plus spécifiques.

L'«entretien» clinique porte sur l'âge, la profession, les habitudes de vie, notamment une éventuelle consommation de cigarettes et la pratique sexuelle («est-elle à risque infectieux?»). Il recherche d'éventuels antécédents personnels ou familiaux ou des épisodes encours :

- d'accidents thrombo-emboliques veineux profonds ou artériels;
- d'hypertension artérielle;
- de maladie métabolique (diabète, hypercholestérolémie, hypertriglycéridémie);
- de nature médicale, chirurgicale, gynéco-obstétricale (notamment IST, GEU, pathologie utérine, trophoblastique ou vaginale).

L'examen clinique comprend un examen général, la détermination du poids et de la taille, le calcul de l'indice de masse corporelle (IMC), la mesure de la pression artérielle. L'examen des seins et un examen gynécologique (comprenant un frottis du col utérin en cas de rapport sexuel antérieur) sont recommandés lors du 1^{er} entretien. **L'examen gynécologique peut néanmoins être expliqué et programmé pour une consultation ultérieure, notamment lorsqu'ils'agit d'une adolescente.**

Lorsqu'une méthode hormonale est envisagée, pour une femme sans antécédent personnel ou familial de maladie métabolique ou thrombo-embolique, qui ne fume pas et dont l'examen clinique est normal, le premier bilan biologique peut être réalisé dans les 3 à 6 mois après le début de la contraception (même œstroprogestative). Sa non-réalisation ne doit pas retarder la prescription d'une contraception œstroprogestative. Il comporte la détermination du cholestérol total, des triglycérides et de la glycémie à jeun. Le bilan sera renouvelé tous les 5 ans. Un bilan d'hémostase n'est pas nécessaire. En cas d'antécédent familial d'hyperlipidémie, il est impératif de demander le bilan biologique avant le début de toute contraception œstroprogestative et entre 3 à 6 mois après.

En cas d'anomalie de l'hémostase ou d'antécédents familiaux thrombo-emboliques veineux profonds documentés (antécédents familiaux thrombo-emboliques veineux ayant touché 1 ou plusieurs sujets de moins de 50 ans), il peut être utile, si une contraception œstroprogestative est envisagée, de rechercher avant sa prescription une anomalie favorisant la thrombose veineuse. Dans ce cas, la consultante sera orientée vers un spécialiste de l'hémostase (l'utilisation d'une contraception par progestatif seul est possible et l'utilisation d'un DIU est possible sans restrictions sous condition de respect des CI).

Lorsque la pose d'un DIU est envisagée, les risques de grossesse, de MIP et de GEU doivent être écartés, y compris, si le délai le permet, en cas d'insertion post-coïtale. En présence de facteurs de risque infectieux (IST ou pratique à risque d'IST), des tests diagnostiques portant sur *C. trachomatis* (accord professionnel) et *N. gonorrhoea* (grade C) sont recommandés avant la pose. La pose est également précédée d'un examen gynécologique bimanuel afin d'estimer la taille, la forme et la position de l'utérus, et si possible d'une hystérométrie. Hors problème signalé par la consultante, les consultations de suivi gynécologique sont programmées 1 à 3 mois après la pose puis 1 fois par an. L'objectif de la 1^{re} consultation de suivi est de s'assurer que le DIU est bien toléré, qu'il n'a pas été expulsé et que sa pose n'a pas provoqué d'inflammation pelvienne.

III.2. Situations à risque cardio-vasculaire et maladies métaboliques

III.2.1. Risque cardio-vasculaire

En termes de risque cardio-vasculaire, si l'on souhaite une méthode continue efficace, le DIU au cuivre est une méthode utilisable sans restrictions sous condition de respect des CI (par ex. les valvulopathies cardiaques sont CI en raison d'un risque potentiel d'endocardite⁶).

S'agissant de la contraception œstroprogestative, les principales situations à risque cardio-vasculaire lors de son utilisation comprennent :

- **pour le risque thrombo-embolique veineux** :
 - les thrombophilies documentées, qu'elles soient héréditaires (antécédents familiaux de thrombo-emboliques veineux profonds ayant touché 1 ou plusieurs sujets de moins de 50 ans) ou acquises⁷,
 - l'obésité (indice de masse corporelle [IMC = poids / taille²] > 30 kg/m²),
 - un âge élevé (le risque augmente avec l'âge),
 - une intervention chirurgicale avec immobilisation prolongée, le *post-partum*, un avortement au 2^e trimestre;
- **pour le risque thrombo-embolique artériel** :
 - les antécédents personnels d'accident thrombo-embolique artériel (maladie coronarienne, AVC, etc.),
 - un âge élevé (notamment au-delà de 35 ans),
 - une consommation de cigarettes ≥ 15 par jour (seuil OMS),
 - l'hypertension artérielle (HTA) (> 140/90 mmHg) et les antécédents d'HTA,
 - les antécédents personnels de migraine (y compris ataméniale),
 - le diabète avec complications vasculaires éventuellement associées (rétinopathie, néphropathie, neuropathie, etc.),
 - la dyslipidémie⁸,
 - l'obésité,
 - certaines affections cardio-vasculaires (coronopathies, valvulopathies cardiaques, fibrillation auriculaire, etc.),
 - une anamnèse familiale positive (par ex. un thrombose artérielle chez un parent du 1^{er} degré à un âge relativement jeune).

Les accidents personnels thrombo-emboliques veineux profonds ou artériels (qu'il s'agisse d'antécédents ou d'épisodes en cours), certaines affections cardio-vasculaires (citées ci-dessus) et l'identification d'anomalies biologiques liées à une thrombophilie congénitale⁹ ou acquise¹⁰ constituent des contre-indications formelles et définitives à la prescription d'une contraception œstroprogestative. Dans toutes ces situations, il est recommandé, par précaution, d'adopter une contraception non hormonale. Le cas échéant, si une contraception hormonale est souhaitée, il est possible de prescrire une contraception par progestatif seul (microprogestatifs ou implant ou DIU au lévonorgestrel mais « à distance de tout antécédent thrombo-embolique veineux profond »).

⁶ Si une contraception par DIU est souhaitée, prévoir une antibioprofylaxie.

⁷ Il n'existe pas de données suffisantes ni de consensus pour considérer l'existence de varices comme un facteur de risque thrombo-embolique veineux contre-indiquant la contraception œstroprogestative ; celles-ci doivent néanmoins conduire à une surveillance attentive.

⁸ Les seuils varient avec le nombre d'autres facteurs de risque. Des recommandations sont en cours d'élaboration par l'Afssaps et l'Anaes et devraient fournir prochainement des indications sur les seuils de normalité.

⁹ Déficit en inhibiteurs de la coagulation ou mutations FV Leiden ou FII 20210A.

¹⁰ Par ex. mise en évidence d'un anticoagulant circulant.

La littérature ne permet de définir qu'une attitude consensuelle concernant les **antécédents familiaux d'accidents thrombo-emboliques artériels ou veineux profonds sans antécédent personnel ni identification personnelle de mutation liée à la thrombophilie**. Ces situations sont à apprécier en fonction de la proximité, de la précocité et de la sévérité de ces antécédents, un accident survenant par ex. chez un parent du 1^{er} degré à un âge relativement jeune fera, par précaution, orienter la prescription vers une contraception par progestatif seul (notamment micro progestatifs). En cas d'antécédents familiaux d'accidents thrombo-emboliques artériels, si une contraception œstroprogestative est souhaitée, la conduite à tenir en 1^{ère} intention est de veiller à la « normalité » des autres facteurs de risque thrombo-embolique artériel (consommation de cigarettes, tension artérielle, glycémie, cholestérol et triglycérides, IMC).

En cas d'immobilisation prolongée, par ex. en raison d'une intervention chirurgicale, il est indiqué d'interrompre le traitement œstroprogestatif et de lui substituer une autre méthode contraceptive.

La littérature ne permet pas de déterminer comment associer les facteurs pour l'estimation du risque cardio-vasculaire global dans le cadre d'une prescription œstroprogestative.

Néanmoins, il est possible d'indiquer qu'un **âge ≥ 35 ans** ou une **obésité** ou une **consommation excessive de cigarettes ($\geq 15/j$)** ou un **antécédent de migraine sans signe neurologique focal** ne constituent pas individuellement (en l'absence de cumul des facteurs de risque) une CI à une contraception œstroprogestative.

En revanche, constituent une CI à la contraception œstroprogestative :

- l'association des facteurs précédents entre eux (notamment « **âge ≥ 35 ans + consommation de cigarettes** »);
- la **présence, même isolée, d'un facteur de risque parmi les suivants**:
 - **migraine avec signes neurologiques focaux** ¹¹, ou lorsqu'elle apparaît ou s'aggrave sous traitement (antécédent ou épisode en cours),
 - **HTA (antécédent** ¹² **ou épisode en cours)**,
 - **diabète avec complications vasculaires éventuellement associées (rétinopathie, néphropathie, neuropathie, etc.)**,
 - **dyslipidémie**.

Dans ces situations, l'utilisation d'une contraception œstroprogestative est en effet associée à un risque cardio-vasculaire combiné supérieur au simple cumul des risques individuels (niveau de preuve 3). L'apparition de ces facteurs de risque en cours de contraception doit conduire à interrompre le traitement.

Les antécédents personnels d'accidents thrombo-emboliques veineux profonds ou artériels documentés, l'identification personnelle de mutations liées à la thrombophilie, les antécédents d'HTA ou de migraine ¹³ ainsi que le diabète avec complications vasculaires constituent des contre-indications définitives à la contraception œstroprogestative. Pour les autres facteurs (notamment dyslipidémie, obésité, consommation de cigarettes et immobilisation prolongée), dès lors qu'ils retournent à des valeurs normales, il est possible de reprendre, si besoin, une contraception œstroprogestative. Le groupe rappelle

¹¹ Les œstroprogestatifs ne sont pas indiqués chez les femmes combinant des antécédents de migraine sans signe neurologique focal et un autre facteur de risque (par ex. âge ≥ 35 ans).

¹² Y compris HTA équilibrée.

¹³ Migraine avec signes neurologiques focaux ou lorsqu'elle apparaît ou s'aggrave sous traitement.

notamment qu'il est préférable de conseiller l'arrêt d'une consommation de cigarettes plutôt que de ne pas prescrire de contraception œstroprogestative.

Les surrisques cardio-vasculaires correspondant aux facteurs de risque cités ci-dessus n'ont été formellement démontrés qu'avec les associations œstroprogestatives mais ne peuvent être écartés avec l'utilisation de dispositifs transdermiques hormonaux (timbre et anneau vaginal). En présence de ces facteurs de risque (y compris multiples), si une contraception hormonale est souhaitée, il est possible de prescrire une contraception par progestatif seul (notamment microprogestatifs). En raison de leurs effets prolongés et de la non-possibilité de supprimer l'exposition au contraceptif en cas de crise, l'utilisation de prog estatifs injectables ou d'implant à l'étonogestrel doit être envisagée avec prudence chez les personnes souffrant de migraine ou de maladie métabolique.

III.2.2. Diabète

On recherche dans ce cadre une contraception très efficace en raison des risques liés aux grossesses des femmes diabétiques, tant pour la mère que pour l'enfant à naître. Or, toutes les contraceptions hormonales influent peu ou beaucoup sur la tolérance glucidique et peuvent induire un hyperinsulinisme. Comme décrit ci-dessus le risque principal associé à la contraception est cependant le risque cardio-vasculaire.

Quelle que soit la situation, **le DIU au cuivre peut être utilisé sans restriction** (hors CI) et constitue donc la méthode recommandée en première intention.

Si besoin, les contraceptions œstroprogestatives ou par progestatif seul sont utilisables en cas de diabète sans complication. Cela suppose néanmoins que cette contraception soit bien tolérée et que l'évolution de la glycémie soit régulièrement évaluée en cours de traitement.

En cas de diabète avec complications vasculaires, la contraception œstroprogestative est contre-indiquée. Si l'on souhaite une protection hormonale, il est possible, les avantages de la méthode l'emportant sur les risques, de prescrire une contraception à base de progestatif seul. Cette prescription doit amener à une surveillance régulière de l'évolution de la glycémie.

Toutes les méthodes sont utilisables en cas d'antécédent de diabète gestationnel.

III.2.3. Obésité

L'obésité (IMC > 30 kg/m²) est associée à un surrisque cardio-vasculaire qui peut s'ajouter au risque associé à l'utilisation des œstroprogestatifs. Ce facteur ne constitue pourtant pas à lui seul une CI à leur prescription. Bien que non significatif en raison de la rareté des échecs, un surrisque d'échec contraceptif a été décrit pour les femmes de poids élevé, que ce soit par la méthode hormonale utilisée fût-elle orale, transdermique ou par implant. L'ensemble de ces résultats est à envisager au regard du niveau d'efficacité de ces méthodes, qui en dépit du surrisque d'échec, amène toujours à considérer les méthodes hormonales comme des méthodes efficaces en pratique courante. **Aucune méthode n'est contre-indiquée sur ce simple critère.**

III.2.4. Dyslipidémie

Si la contraception œstroprogestative a peu d'effet sur les paramètres lipidiques chez une femme normolipémique, elle peut les augmenter de façon significative chez une femme

dyslipémique. En raison du risque cardio-vasculaire et du risque de pancréatite aiguë (en cas d'hypertriglycéridémie majeure) auxquels l'utilisatrice s'expose, l'utilisation d'une méthode œstroprogestative est contre-indiquée chez la femme dyslipémique. L'utilisation des DIU au cuivre est possible sans restriction (hors CI) et constitue donc la méthode recommandée en 1^{re} intention. L'utilisation des méthodes par progestatif seul reste possible; cela suppose néanmoins que cette contraception soit bien tolérée et que l'évolution des paramètres lipidiques soit régulièrement évaluée en cours de traitement.

III.3. Antécédents de cancer du sein

Aucune interaction entre antécédents familiaux de cancer du sein et contraception hormonale n'a été formellement démontrée dans la littérature vis-à-vis du risque de survenue de cancer du sein (niveau de preuve 2). Par prudence, en cas de mutation connue (BRCA1/2), le groupe de travail recommande néanmoins d'orienter vers une méthode contraceptive non hormonale. Les antécédents personnels de cancer du sein sont en revanche une CI formelle de prescription d'une contraception hormonale.

III.4. Pathologies diverses

Pathologies gynécologiques et endocrinologiques diverses

Il n'entre pas dans le cadre de ces recommandations de se prononcer sur l'efficacité comparée des différents traitements de pathologies gynécologiques et endocriniennes telles que l'hyperplasie de l'endomètre, les fibromes utérins, l'endométriose, les mastopathies bénignes, l'hyperandrogénie, les dystrophies ovariennes, etc. Néanmoins, la majorité d'entre elles font assez souvent appel pour leur traitement à des macroprogestatifs qui, bien qu'inhibant l'ovulation, n'ont pour la plupart pas d'AMM dans l'indication contraception. Dans la mesure où des effets thérapeutiques et contraceptifs peuvent être recherchés de manière conjointe et afin d'éviter que cette prescription ne soit réalisée sous la seule responsabilité du spécialiste, le groupe de travail recommande d'inciter les laboratoires commercialisant les spécialités correspondantes et qui ne possèdent pas l'indication « contraception » à déposer une demande d'AMM auprès de l'Afssaps.

Maladie de Crohn (MC) et rectocolite hémorragique (RCH)

Il s'agit de maladies pour lesquelles il est recommandé que la grossesse soit planifiée à des phases où la maladie est contrôlée et où les médicaments potentiellement tératogènes ont été arrêtés. Une contraception fiable et efficace est recommandée en cas d'utilisation de méthotrexate et jusqu'à 3 mois après son arrêt. Il existe un risque potentiel de moindre absorption des contraceptions orales en cas de maladie de Crohn avec atteinte de l'intestin grêle ou malabsorption. Aucune donnée de la littérature n'apporte d'argument laissant présager qu'il faille adopter chez une femme souffrant de MC ou de RCH une conduite contraceptive différente de celle des femmes de la population générale, excepté pour la stérilisation par voie laparoscopique qui est déconseillée en raison du surrisque de complication (niveau de preuve 3). La prudence doit être de mise et le suivi adapté en cas d'utilisation d'un DIU (notamment au cuivre) en raison des risques possibles (notamment infectieux) associés aux immunosuppresseurs et aux anti-inflammatoires au long cours. Aucun effet significatif de la contraception hormonale (orale) n'a été mis en évidence sur l'évolution de la maladie de Crohn et la rectocolite hémorragique (niveau de preuve 2).

Lupus érythémateux disséminé, syndrome antiphospholipides

Il s'agit d'une maladie pour laquelle il est recommandé que la grossesse soit planifiée à des phases où la maladie est contrôlée et où les médicaments potentiellement tératogènes ont été arrêtés. En raison des surrisques thrombotiques, il est recommandé de ne pas prescrire

de contraception orale œstroprogestative (niveau de preuve 4, accord professionnel). Si une méthode hormonale est souhaitée, la contraception par microprogestatif ou par stérilet au LNG semble adaptée. Selon certains auteurs, la grossesse semble possible mais serait réalisée hors AMM. La prudence doit être de mise et le suivi adapté en cas d'utilisation d'un DIU (notamment au cuivre) en raison des risques possibles (notamment infectieux) associés aux immunosuppresseurs et aux anti-inflammatoires au long cours. Les préservatifs représentent une alternative mais le risque d'échec associé à la pratique courante conduit à ne pas les recommander en 1^{re} intention.

— **Autres pathologies « auto-immunes »**

Aucune donnée de la littérature n'apporte d'arguments laissant présager qu'il faille adopter chez une femme souffrant de sclérose en plaques, de myasthénie, de syndrome de Gougerot-Sjögren ou de polyarthrite rhumatoïde une conduite contraceptive différente de celle adoptée pour les femmes de la population générale (sauf cas d'immobilisation prolongée). La prudence doit être de mise et le suivi adapté en cas d'utilisation d'un DIU (notamment au cuivre) en raison des risques possibles (notamment infectieux) associés aux immunosuppresseurs et aux anti-inflammatoires au long cours.

— **Insuffisance rénale**

Les femmes souffrant d'insuffisance rénale et utilisant une contraception œstroprogestative sont potentiellement exposées à des surrisques cardio-vasculaires et métaboliques, ce qui fait contre-indiquer la contraception œstroprogestative en cas d'insuffisance rénale (cf. AMM). Chez les femmes dialysées ou greffées rénales, l'utilisation d'un DIU au cuivre est également déconseillée (accord professionnel) en raison des risques de ménorragie qui peuvent aggraver une anémie existante et des risques, notamment infectieux, chez les femmes immunodéprimées. Si une méthode hormonale est souhaitée, les contraceptions par progestatif seul (microprogestatif et DIU imprégné au LNG) pourraient être adaptées (niveau de preuve 4 et accord professionnel).

III.5. **Interactions médicamenteuses**

En raison d'une diminution de l'efficacité contraceptive l'association d'une contraception hormonale avec le traitement suivant s'est déconseillée :

- **inducteurs enzymatiques** (augmentation du métabolisme hépatique) : certains anticonvulsivants (phénobarbital, phénytoïne, phosphénytoïne, primidone, carbamazépine, topiramate); rifabutine; rifampicine; griséofulvine; millepertuis (CI);
- certains **inhibiteurs de protéases du VIH** (par ex. ritonavir, nelfinavir, lopinavir, elfavirenz et névirapine) : risque de diminution de l'efficacité contraceptive due à une diminution du taux d'œstrogènes. Une contraception non hormonale devra être utilisée;
- **modafinil** : risque de diminution de l'efficacité contraceptive pendant le traitement et un cycle après l'arrêt du traitement par le modafinil.

III.6. **Nulliparité**

La parité n'est un critère décisionnel et différentiel pour aucune des méthodes contraceptives. Les projets d'enfants à venir doivent cependant être discutés avec la consultante avant toute insertion de DIU (en raison du risque de MIP et du risque potentiel de stérilité tubaire) et avant toute stérilisation (en raison de son caractère difficilement réversible).

III.7. Adolescence

Les méthodes de 1^{er} choix pour les adolescentes sont le préservatif masculin et la contraception hormonale, surtout œstroprogestative.

L'association des 2 méthodes peut être envisagée chez certaines d'entre elles, notamment lorsqu'il s'agit d'apporter une protection à la fois contraceptive et contre le VIH, ainsi qu'en cas de craintes de non-utilisation ou de difficultés de manipulation des préservatifs.

La contraception œstroprogestative, quelle que soit sa forme, présente, outre son efficacité contraceptive, l'avantage d'avoir des effets bénéfiques en cas de dysménorrhée, syndrome prémenstruel, ménorragie, kystes fonctionnels de l'ovaire et acné (plutôt fréquents à cet âge). Les risques cancéreux et cardio-vasculaires sont exceptionnels à cet âge.

La contraception microprogestative peut être envisagée et préférée à une contraception œstroprogestative, si la jeune fille ne présente pas d'indication particulière (telle que kystes fonctionnels de l'ovaire, acné, etc.) et supporte bien ce type de contraception. Elle est surtout indiquée en cas de CI à la contraception œstroprogestative. Cette méthode expose néanmoins à des difficultés prévisibles d'observance et à des anomalies menstruelles, lesquelles sont souvent mal supportées à cet âge.

En cas de problèmes d'observance répétés ou d'adolescente à haut risque d'inobservance, il est recommandé de proposer et de discuter des avantages et des inconvénients de méthodes contraceptives qui pourraient être plus adaptées, par ex. l'implant à l'étonogestrel ou le dispositif transdermique hormonal.

En raison du risque élevé à cet âge de transmission d'IST, il est recommandé d'évaluer avec l'adolescente le risque infectieux auquel elle est exposée et, le cas échéant, de lui conseiller de recourir à une double contraception associant contraception hormonale et préservatif.

Le DIU est également utilisable chez les adolescentes mais son utilisation n'est limitée que dans le cas d'une maladie inflammatoire pelvienne liée à la prévalence plus élevée des IST à cet âge, des difficultés d'insertion liées à la nulliparité, de leur fragilité cervicale utérine, d'un risque plus important de lésion plus importante de la sensation de corps étranger parfois ressentie. Dès lors que le risque infectieux a été évalué, et écarté, et que la jeune fille a été informée des risques potentiels, il est possible d'envisager avec elle la pose d'un DIU. Le DIU au LNG n'est pas recommandé chez l'adolescente en raison du calibre important de son inserteur et de ses effets secondaires possibles à type d'acné, kystes ovariens fonctionnels, mastodynies et ménorrhées.

Dès la prescription ou la délivrance d'une méthode contraceptive, l'adolescente doit être **informée préventivement des différentes possibilités de rattrapage** en cas de rapport non protégé (contraception d'urgence), de leur efficacité et de leurs conditions d'accès. La prescription ou la dispensation anticipée sont à envisager au cas par cas.

Les méthodes de stérilisation sur mineures ne sont pas autorisées par la loi.

Les méthodes qui nécessitent des manipulations vaginales ou gênent la spontanéité de la relation (diaphragme, capot, préservatif féminin, spermicides) doivent être envisagées **avec prudence** chez les adolescentes dans la mesure où celles-ci, comme d'autres femmes, pourraient être dérangées ou perturbées dans leur sexualité.

Les méthodes naturelles ne sont pas des méthodes adaptées aux adolescentes en raison de l'irrégularité de leur cycle et de leur indice de fertilité élevé.

III.8. Femmes de plus de 35 ans

L'augmentation des risques cancéreux et cardio-vasculaires avec l'âge et la préménopause doivent amener à réévaluer l'adéquation de la méthode contraceptive utilisée à partir de 35-40 ans (niveau de preuve 2, grade B).

Aucun âge seuil n'est cependant précisément défini, dans la mesure où :

- les risques cancéreux et cardio-vasculaires augmentent progressivement, sans cassure, avec l'âge ;
- le risque cardio-vasculaire dépend d'autres facteurs de risque que l'âge (le facteur âge n'est pas suffisant en soi) ;
- l'âge de la ménopause et donc l'âge de survenue des troubles qui lui sont associés varient énormément d'une femme à l'autre.

De manière générale, le groupe de travail considère qu'il est possible de poursuivre toute forme de contraception débutée avant cet âge dans la mesure où la méthode est bien supportée par la consultante. Compte tenu de ses bénéfices non contraceptifs, cela concerne également une éventuelle contraception œstroprogestative.

Cependant, la transition vers la ménopause peut s'opérer différemment selon la méthode utilisée. En effet, si la contraception par progestatif seul ou le DIU ne pose aucun problème potentiel dans leur poursuite, la situation est légèrement différente en cas de contraception œstroprogestative. En effet, par prudence et afin d'éviter les surrisques cancéreux et cardio-vasculaires, le groupe de travail recommande la substitution, entre 35 et 40 ans, de la méthode contraceptive œstroprogestative utilisée par une contraception par DIU ou par progestatif seul. Cela s'entend si l'on souhaite poursuivre avec une méthode continue efficace et, pour la contraception progestative, hors cas d'affection mammaire et/ou utérine ou de dysfonctionnement ovarien (dystrophie ovarienne). La stérilisation est également une option qui peut être envisagée.

En cas de poursuite de la méthode œstroprogestative, la consultante doit bien être informée, non seulement des bénéfices mais également, compte tenu de son profil de risque, des surrisques, cancéreux et cardio-vasculaires, auxquels elle s'expose.

Dans tous les cas¹⁴, il est recommandé de prêter attention à la survenue de signes inhabituels (troubles climatiques tels que bouffées de chaleur, sudations nocturnes, sécheresse et atrophie vaginales et dysurie) et de ne pas envisager l'interruption de la contraception que lorsque ces signes sont installés et non dès la suspension des règles. Cette suspension peut en effet être temporaire et tant que la ménopause n'est pas établie, il existe un risque de grossesse. Il est recommandé de poursuivre la contraception jusqu'à 1 an après l'arrêt des dernières règles.

L'utilisation d'un freinage-substitution n'est possible et l'adoption d'un éventuel traitement hormonal substitutif n'est recommandée qu'en cas de survenues respectives de troubles préménopausiques et ménopausiques sévères, et après information et acceptation de la consultante des risques auxquels elle s'expose. L'utilisation du freinage-substitution n'a cependant pas été évaluée dans la littérature, ni en termes d'efficacité ni en termes de tolérance.

¹⁴ Bien que ces troubles soient quasi généralement masqués et que des hémorragies de privation persistent sous pilule œstroprogestative, et même si l'aménorrhée est fréquente chez les utilisatrices d'une contraception par progestatif seul.

L'âge de la ménopause ne pouvant être précisément déterminé au niveau individuel (même en présence des premiers troubles climatiques), il est recommandé, lorsqu'un DIU est utilisé, de réévaluer régulièrement l'intérêt de la contraception (par ex. 1 fois/an) et d'assurer son renouvellement en respectant la périodicité maximale habituelle, c'est-à-dire tous les 5 ans.

III.9. *Post-partum*

En l'absence d'allaitement, la prescription d'une méthode œstroprogestative est déconseillée pendant les 3 premières semaines qui suivent l'accouchement. La pose d'un DIU est possible dans les 48 heures après l'accouchement (malgré un risque d'expulsion accrue et bien que cela ne corresponde pas à la pratique française) puis contre-indiquée jusqu'à 4 semaines après l'accouchement. La contraception hormonale par progestatif seul peut être utilisée sans risque immédiatement après l'accouchement. Les méthodes nécessitant des manipulations vaginales (capot, diaphragme, éponge, etc.) sont contre-indiquées en *post-partum*.

En cas d'allaitement. Des rapports récents, dont un de l'Anaes sur l'allaitement maternel, indiquent que l'allaitement constitue, à condition d'être exclusif ou quasi exclusif, une méthode fiable et efficace jusqu'à 6 mois après l'accouchement.

En cas d'allaitement, exclusif ou non, il est fortement recommandé de ne pas prescrire de méthodes œstroprogestatives jusqu'à 6 mois.

Bien que limitées, les données concernant les micro-progestatifs ne permettent pas de présager d'un effet majeur sur la lactation ni d'un effet sur la croissance et le développement neurologique des enfants allaités (à 1 an de suivi). La prescription de méthodes par progestatif seul est inutile dans les premières semaines qui suivent l'accouchement et en cas d'allaitement maternel exclusif ou quasi exclusif. Elle peut devenir utile lorsque l'allaitement devient mixte ou lorsqu'il est arrêté (à partir de la 4^e semaine au minimum).

La pose d'un DIU est possible dans les mêmes conditions qu'en l'absence d'allaitement.

Si une contraception est souhaitée et qu'elle ne peut être immédiatement débutée, il est recommandé, en attendant sa mise en œuvre, d'adopter à partir de 3 semaines après l'accouchement une méthode contraceptive complémentaire (par ex. préservatifs).

La loi autorise la prescription hormonale par les gynécologues-femmes lors des suites de couches et de l'examen postnatal. Le groupe de travail recommande donc qu'une information sur les différentes méthodes utilisables en *post-partum*, y compris le DIU, soit réalisée au cours de la grossesse et que l'éventuelle contraception qui suivra l'accouchement soit discutée.

III.10. *Post-abortionum*

Toutes les méthodes, hormis les méthodes nécessitant des manipulations vaginales, sont utilisables suite à une interruption volontaire ou médicale de grossesse. Le taux d'expulsions des DIU est cependant plus élevé au 2^e trimestre qu'au 1^{er}. Aucune méthode n'est contre-indiquée hormis les DIU et la stérilisation, en cas d'avortement septique.

La loi autorise la prescription hormonale par les gynécologues-femmes suite à une IVG. Le groupe de travail recommande donc qu'une information sur les différentes méthodes utilisables en *post-abortionum*, y compris le DIU, soit réalisée avant l'intervention et que l'éventuelle contraception qui suivra l'intervention soit discutée (consultations pré- et post-IVG).

III.11. Que faire en cas d'oubli de pilule(s) ?

Les AMM et l'OMS précisent la conduite à tenir en fonction de l'occurrence ou non de rapports sexuels dans les jours précédant l'oubli. Le schéma général qui en est extrait par le groupe de travail est le suivant :

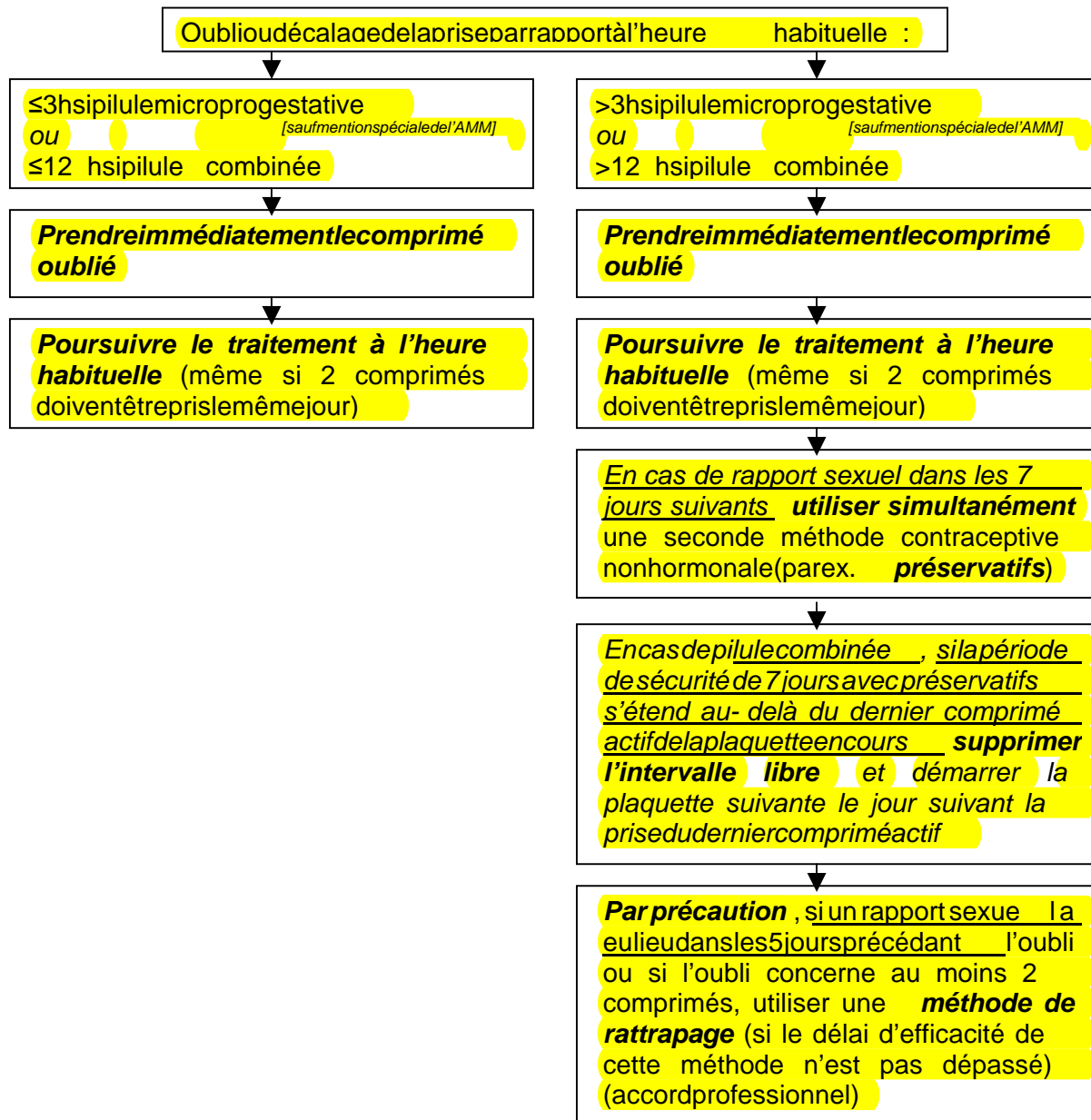


Schéma 1. Conduite à tenir en cas d'oubli ou de décalage de la prise d'une pilule

Pour les pilules combinées, après que l'«intervalle libre» (sans comprimé ou avec comprimés inactifs) a été supprimé et les éventuels comprimés inactifs jetés, il est probable qu'aucune hémorragie de privation ne survienne avant la prise des comprimés inactifs de la 2^e plaquette. La consultante peut cependant présenter des saignements sous forme de *spotting*. Si la consultante ne présente pas d'hémorragie de privation à la fin de la 2^e plaquette, le risque de grossesse doit être réévalué à l'aide d'un test adapté.

Lorsque l'oubli se renouvelle trop fréquemment ou qu'il est constaté un réel manque d'observance, et après avoir confirmé l'absence d'un souhait sous-jacent de grossesse, il est recommandé d'envisager une méthode moins sujette aux problèmes d'observance (DIU, dispositif transdermique hormonal, implant hormonal).

III.12. Diarrhée et vomissements

D'après l'AMM, pour les pilules œstroprogestatives, la survenue dans les 4 heures suivant la prise de troubles digestifs intercurrents, tels que vomissements ou diarrhées sévères, peut entraîner une inefficacité transitoire de la méthode. Il est donc recommandé d'adopter la conduite à tenir préconisée comme s'ils s'agissait d'un oubli de moins de 12h (et donc la prise d'un nouveau comprimé). En cas de répétition de ces épisodes sur plusieurs jours, il est recommandé d'associer une autre méthode contraceptive de type mécanique (préservatif masculin, spermicides, etc.) jusqu'à la reprise de la plaquette suivante (en cas de rapports sexuels). Pour les pilules avec progestatif seul et pour la contraception d'urgence, en cas de survenue de ces troubles dans les 4 heures il est recommandé d'adopter une conduite à tenir comparable à celle préconisée en cas d'oubli de moins de 3 heures (c'est à dire de prendre un nouveau comprimé).

III.13. Changements de méthodes contraceptives

- **Changement d'une pilule combinée pour une méthode par progestatif seul (pilule ou implant)**
Lorsqu'un changement de contraception est décidé, la contraception progestative doit être initiée dès le jour suivant la dernière pilule active (J21/J24 en fonction des pilules). Les comprimés inactifs doivent être jetés.
- **Changement d'une méthode par progestatif seul (pilule ou implant) pour une pilule combinée**
Lorsqu'ils s'agit d'un changement pour une pilule combinée, la pilule œstroprogestative doit être débutée le 1^{er} jour des règles (même si la plaquette progestative n'est pas complètement terminée). En l'absence de règles, ce qui est le plus souvent le cas, le traitement sera débuté dès la fin de la plaquette précédente (progestatif seul) ou dès le retrait de l'implant.
- **Changement d'une méthode non hormonale (DIU) pour une contraception hormonale**
La procédure respectant la règle générale de début de la contraception hormonale : la femme peut débuter sa contraception dans les 5 jours suivant le début des règles (idéalement au 1^{er} jour des règles) sans protection contraceptive supplémentaire. Elle peut également la débuter à n'importe quel moment du cycle s'il est certain qu'elle n'est pas enceinte. Si elle la débute plus de 5 jours après le début des règles, elle devra utiliser des précautions contraceptives supplémentaires durant les 7 jours suivants.

III.14. Changements de fuseaux horaires

Aucune étude n'a été identifiée dans la littérature concernant les attitudes spécifiques à adopter lors d'un voyage avec changement de fuseau horaire si une contraception orale est utilisée. La réflexion et les attitudes proposées sont basées sur les délais de retard admis dans la prise de la contraception orale, ce qui varie en fonction du type de contraception orale hormonale.

En cas de voyage vers l'est (décalage < 12 heures), quelle que soit la contraception orale, la prise à une heure locale identique à celle du point de départ est recommandée compte tenu qu'elle entraînera un simple raccourcissement de l'intervalle entre la dernière prise en métropole et la première prise sur place.

Encas de voyage vers l'ouest (décalage < 12 heures), la contraception œstroprogestative ne pose pas de problème compte tenu des possibilités de retard jusqu'à 12h. Il est possible :

- soit de conserver le même intervalle de prise de 24 h en prenant en compte le décalage horaire (si cela est possible);
- soit de décaler la prise et d'adopter une prise à une heure locale identique à celle du point de départ, sans dépasser plus de 36 heures la dernière prise en métropole et la première prise sur place. La femme sera alors prévenue de la possibilité de survenue de saignements.

Encas de voyage vers l'ouest (décalage < 12 heures), la contraception microprogestative astreignant à un retard de prise maximal de 3 heures, il est possible :

- soit de conserver le même intervalle de prise de 24 h en prenant en compte le décalage horaire (si cela est possible);
- soit, pour éviter l'allongement du délai, de prendre un comprimé le jour de son arrivée, par exemple en soirée, et de poursuivre les prises à l'heure locale fixée.

Le groupe de travail rappelle que les voyages aériens de longue durée sont à risque thrombo-embolique et que ce risque pourrait être augmenté en cas de prise d'une contraception hormonale, notamment œstroprogestative. L'exercice et les précautions d'usage recommandées lors des voyages aériens le sont donc *a fortiori* pour les femmes sous contraception hormonale.

IV. CRITÈRES PSYCHO-SOCIAUX À PRENDRE EN COMPTE LORS DU CHOIX D'UNE MÉTHODE CONTRACEPTIVE

La littérature rapporte la multitude de circonstances d'échec et de explications avancées ainsi que la variabilité, en fonction des populations étudiées, des facteurs associés aux différents types d'échecs. Des approches théoriques ont également été développées dans le domaine de la contraception. Les principaux résultats en sont détaillés à titre indicatif dans les paragraphes suivants. Au final, le groupe de travail retient la variabilité des trajectoires individuelles et souligne la nécessité pour le professionnel de santé 1) d'adapter sa prescription à chaque consultante, 2) d'étendre le champ de son entretien au-delà des seuls critères médicaux, 3) d'explorer les motivations de la consultante vis-à-vis de la contraception et 4) d'accompagner la consultante ou le couple dans la réflexion et le choix de la forme de contraception la plus adaptée à sa situation personnelle (cf. paragraphe V).

En pratique, les risques d'échec contraceptif ne surviennent pas au hasard et résultent, en dehors des interactions médicamenteuses possibles :

- soit de l'absence d'utilisation de méthode régulière (dont le non-recours à une contraception d'urgence);
- soit de l'absence ponctuelle d'une méthode (dont l'arrêt d'une méthode sans remplacement par une autre méthode);
- soit de la non-observance de la méthode utilisée.

Les femmes qui se retrouvent en échec de contraception avancent le plus souvent en explication :

- un mauvais usage de la méthode, lié ou non à des difficultés de gestion quotidienne de la méthode;
- la non-conscience du risque;
- la prise d'un risque en remettant à la chance ;

- la non-prévision du rapport sexuel;
- la non-disposition d'une méthode de contraception;
- un arrêt ou un refus de contraception suite à une première expérience difficile;
- la non-connaissance d'un endroit où se procurer la méthode.

Les différentes circonstances d'échecs et le choix de la contraception sont associés à différents facteurs psychologiques, démographiques, sociologiques et économiques caractérisant la femme, parmi lesquels:

- des facteurs démographiques tels que l'âge ou le lieu d'habitation;
- des facteurs socio-économiques, tels qu'un faible niveau socio-éducatif, socio-culturel ou socioprofessionnel, une forte assiduité à la religion, de faibles connaissances sur la sexualité, le coût de la méthode et l'absence de méthode;
- des facteurs liés au mode de vie tels que le caractère instable ou non de la relation, le nombre élevé de partenaires, ou le statut marital (notamment la vie en célibataire);
- des facteurs liés au couple et à son fonctionnement tels que la non-communication avec le partenaire ou l'absence de soutien du partenaire;
- des facteurs liés à l'environnement social tels que l'influence défavorable des amis ou des pairs;
- des facteurs liés à la femme et à son histoire médicale tels que sa parité, un projet de grossesse, un âge jeune à la 1^{re} grossesse, un précédent avortement ou un antécédent d'IST;
- des facteurs liés à la méthode et au contexte de prescription tels que l'absence de routine de prise, la non-lecture de la notice d'information, la non-adéquation de la méthode utilisée aux conditions de vie sociales, affectives et sexuelles des femmes;
- et des facteurs concernant spécifiquement les adolescentes tels que l'acceptabilité sociale de leur sexualité, la relation avec les parents (notamment la communication avec la mère), le jeune âge et la différence d'âge avec le partenaire, la non-scolarisation et le nonaccès à des structures de planification familiale ou d'éducation sexuelle.

Différentes approches psychologiques et sociologiques sont également soulignées:

- l'ambivalence chez la femme de son désir de grossesse et ses conséquences sur la pratique contraceptive;
- la particularité de la relation soignant¹⁵-consultante, par rapport aux autres consultations de santé;
- l'injonction sociale à la norme contraceptive et notamment à l'utilisation des méthodes médicales;
- l'importance de la logique de couple dans l'utilisation ou le choix d'une méthode;
- la variabilité de trajectoires individuelles;
- l'importance de l'offre (disponibilité, coût, confidentialité).

En ce qui concerne l'adolescente, les auteurs pointent en complément:

- la période de transition dans laquelle elle s'inscrit, la quête d'identité et de statut social;
- la difficulté, pour elle, de se situer par rapport à sa mère;
- le sentiment possible de culpabilité qu'elle peut ressentir;
- l'existence potentielle d'une faible estime d'elle-même;
- l'importance de regarder des ami(e)s.

¹⁵ Le terme de soignant est le terme le plus couramment utilisé dans la littérature. Il renvoie dans le cadre de ce document au prescripteur d'une méthode de contraception, qu'il soit médecin ou sage-femme.

Enfin, nombre d'approches plus théoriques ont démontré leur intérêt dans le cadre de la contraception. Elles faisaient appel selon les hypothèses :

- à l'« attitude » favorable ou non à la contraception ou aux différentes méthodes contraceptives, en relation avec le degré de perception d'une vulnérabilité personnelle;
- aux « croyances » individuelles ou collectives envers la contraception ou envers les différentes méthodes contraceptives;
- à l'« auto-efficacité », c'est-à-dire la perception personnelle qu'a un individu de ses compétences pour mener un traitement correctement;
- aux « normes sociales » et à la notion de « support social ».

Si les modèles théoriques développés à partir de ces approches sont utiles pour mieux comprendre la pratique contraceptive et ses facteurs d'influence, ils n'ont cependant pas vocation à être considérés tant que modèles prédictifs en pratique courante.

V. COMMENT ACCOMPAGNER UNE FEMME ET /OU UN COUPLE DANS LE CHOIX D'UNE MÉTHODE CONTRACEPTIVE ADAPTÉE ?

V.1. L'aide au choix en matière de contraception

Au fil du temps, la relation soignant-patient évolue vers une participation plus grande du patient dans les décisions concernant sa santé. Le modèle dominant reste cependant, aujourd'hui encore, celui d'une relation dans laquelle les décisions relèvent pour l'essentiel du professionnel de santé.

Des arguments à la fois déontologiques, réglementaires et scientifiques soulignent l'intérêt pour le soignant d'opter pour une attitude qui favorise l'expression des préférences de la femme ou du couple qui consulte et donc l'expression de leur choix. Ce choix doit être respecté quel que soit l'âge de la consultante.

De manière générale, l'amélioration de la communication soignant-consultant, et notamment de l'information fournie au consultant, peut avoir un impact sur la satisfaction et la santé des patients (critères biomédicaux et de qualité de vie). Afin de faciliter le partage de décision et d'améliorer la relation soignant-consultant, il est recommandé que le soignant 1) soit à l'écoute des femmes qui consultent et 2) prenne en compte le fait que leur volonté d'implication dans la décision n'est pas homogène d'une femme à l'autre et peut être ambivalente au niveau individuel.

La littérature suggère que laisser les personnes choisir une méthode contraceptive est associé à une plus grande satisfaction des personnes saines qu'à une utilisation plus élevée des méthodes (niveau de preuve 3). Elle souligne l'importance de considérer le couple dans la démarche contraceptive et de prendre en compte l'accord du partenaire (niveau de preuve 2).

V.2. Stratégies d'aide au choix en matière de contraception

Différents modèles de relation médecin-patient et de décision médicale ont été décrits dans la littérature. Ces sont par exemple, pour la relation médecin-patient, les modèles de Szasz et Hollender (activité-passivité, direction-coopération, participation mutuelle) et d'Emanuel et Emanuel (informatif, interprétatif, délibératif et paternaliste). Ce sont, pour les modèles de décision médicale, les modèles du « patient décideur », du « médecin décideur » et de « décision partagée ».

Bien qu'aucun d'entre eux ne puisse être considéré en routine comme meilleur qu'un autre ou comme exclusif des autres, le groupe de travail considère qu'ils gagnent à être connus par le soignant. Chacun d'entre eux peut en effet apparaître plus ou moins approprié aux personnes et à la situation dans laquelle elle se trouve à un moment donné.

Deux types d'approches, le « *counseling* » et la « démarche éducative », pourraient favoriser l'aide au choix en matière de contraception. Elles ont été retrouvées de manière récurrente dans la littérature et sont considérées par le groupe de travail comme majeures et complémentaires, sinon difficilement dissociables.

Le **counseling** renvoie à une démarche de conseil et d'accompagnement d'une femme favorisant l'expression de son choix. D'une part, il repose sur des bases d'empathie envers la consultante, de respect pour sa sexualité, ses sentiments, son attitude et ses besoins et d'autre part engage le soignant à conserver le maximum de neutralité vis-à-vis des démarches abordées et des informations fournies. L'approche par entretien motivationnel se situe dans ce courant. Sa particularité est d'être directive; elle passe par l'expression de la femme de ses ambivalences afin de lui permettre d'aboutir à un choix.

La **démarche éducative** renvoie, quant à elle, à une démarche de partenariat pédagogique, centrée sur la personne, et visant à promouvoir sa santé tout en la rendant autonome dans sa propre prise en charge. Cette démarche est individualisée et se fonde sur ce que la personne est, ce qu'elle sait, ce qu'elle croit, ce qu'elle redoute et ce qu'elle espère et à partir de ce que le soignant est, sait, croit, redoute et espère.

Le *counseling* et la démarche éducative ont fait preuve de leur efficacité en matière de contraception: ils sont associés à une meilleure connaissance de la méthode utilisée (niveau de preuve 1), un taux d'utilisation supérieur des méthodes contraceptives (notamment la contraception d'urgence) (niveau de preuve 1), de plus longue durée et au final à une utilisation effective de ces méthodes. Dans la littérature la réduction des taux de grossesses non voulues est cependant non significative. Les études sont insuffisantes pour conclure avec certitude à un impact des entretiens motivationnels sur une éventuelle adaptation de la méthode contraceptive (niveau de preuve 4).

Compte tenu des différents modèles de consultation développés dans le cadre général ou spécifique de la contraception, le groupe de travail souligne l'intérêt du modèle BER CER de l'OMS, lequel reprend, en 6 étapes, les étapes majeures de la consultation généralement citées dans les autres recommandations et inscrit la consultation dans la durée. Ces 6 étapes se succèdent comme suit: **B**ienvenue, **E**ntretien, **R**enseignement, **C**hoix, **E**xplication et **R**etour.

Le groupe de travail souhaite ici réaffirmer que la première consultation au cours de laquelle la question de la contraception est abordée devrait autant que possible être une **consultation spécifiquement dédiée à cette question**. S'il n'est pas possible de consacrer suffisamment de temps à une consultation sur le sujet de la contraception (par ex. en cas d'urgence), il est recommandé de réserver à ce sujet un temps spécifique et de programmer à court terme une autre consultation qui lui sera entièrement consacrée. Les suivis d'une contraception s'envisagent sur le long terme et l'approche doit être régulièrement reconsidérée et adaptée.

V.3. **En pratique: focuser sur 6 des principales étapes de la consultation (modèle BER CER)**

Bienvenue. En pratique, en dehors de l'accueil en lui-même de la consultante et de la présentation du soignant, la première phase vise essentiellement à favoriser une relation

d'équivalence et à rassurer la consultante. Le soignant présente le rôle, les objectifs et le déroulement possibles de la ou des consultations.

Entretien. La phase d'entretien se veut interactive. Elle a pour objectif prioritaire le recueil d'informations sur la femme, son état de santé, ses besoins propres et ses éventuels problèmes. Elle donne lieu à un « entretien » et à un examen clinique. Au cours de cet entretien, le soignant explore en complément de la clinique le contexte de vie de la consultante, son expérience en matière de contraception, sa vision des choses. Cette phase est propice au développement d'un diagnostic éducatif.

Renseignement. La phase de renseignement est également individualisée, elle vise à la délivrance par le soignant d'une information hiérarchisée et sur mesure, compréhensible et adaptée au rythme et aux connaissances de la consultante. Il est essentiel que le soignant s'assure de la compréhension de l'information qu'il aura fournie. Celle-ci concerne en particulier les méthodes qui intéressent la consultante ou qu'elle préfère (leurs bénéfices, leurs CI, les risques graves, même exceptionnels, leur intérêt, leurs inconvénients, leurs coûts). Le soignant l'informe des options et alternatives qu'il juge adaptées à sa situation personnelle. Il est possible de fournir un document écrit en complément de l'information orale.

Choix. Le soignant souligne que la décision finale appartient à la consultante seule. Pour l'aider à la décision, son attention et sa réflexion peuvent être attirées sur des projets personnels, sa situation de famille, ses préférences et les préférences éventuelles de son partenaire, les bénéfices et les risques des différentes méthodes, les conséquences des choix. Le soignant s'attache également à faire réfléchir la femme sur la possibilité qu'elle a, compte tenu de sa trajectoire personnelle, de respecter la méthode. Ils s'assurent au final de l'accord et de l'absence de réticences vis-à-vis de la méthode choisie.

Explication. La phase d'explication est orientée sur l'explication de la méthode et de son emploi et vise, s'il y a lieu, à l'établissement d'une prise en routine (par ex. des conseils sur la prise à heure régulière d'une pilule, le soir après un repas). En pratique, elle comprend si possible une démonstration de son usage et peut avoir lieu en même temps que le rendez-vous de consultation. Le soignant explique le montage et peut avoir recours à un apprentissage avec manipulation par la consultante elle-même. Le soignant renseigne la consultante sur les possibilités de rattrapage en cas de problème et lui indique où et dans quelles conditions elle peut se procurer ces différentes méthodes. Sont en fin abordées les raisons médicales qui peuvent justifier son retour ainsi que la programmation et la planification de la consultation suivante.

Retour. Les consultations de suivi sont l'occasion de réévaluer la méthode et de vérifier qu'elle est adaptée à la personne (au besoin de confirmer son emploi) et que celle-ci en est satisfaite. Ces consultations sont également l'opportunité de compléter la contraception ou éventuellement de changer de méthode si la méthode choisie se révèle inadaptée (en raison par ex. d'effets indésirables) ou insuffisante (en raison par ex. d'une exposition aux IST). Les cas échéants sont notamment abordés les points qui n'auraient pu être évoqués lors de la ou des précédentes consultations. Le soignant s'intéresse également aux questions que se pose la consultante et s'attache à résoudre les problèmes, cliniques ou d'emploi, qu'elle a pu rencontrer dans l'intervalle des 2 consultations. Il prend en compte les modifications de sa trajectoire individuelle et sociale. L'entretien se termine par la programmation et la planification de la consultation suivante.

De manière globale, s'engager dans une démarche individuelle d'aide au choix implique pour le médecin (ou pour le soignant menant une consultation portant sur la contraception):

- de réfléchir, au préalable, à la signification individuelle et sociale du geste que représente la prescription (ou l'assentiment au choix) d'une méthode contraceptive;
- de se questionner, au préalable, sur son propre positionnement vis-à-vis de la contraception et des différentes méthodes existantes, ainsi que sur le rôle qui lui est dévolu dans la relation avec la femme et le couple ;
- de prendre le temps d'analyser précisément avec la femme (et/ou le couple) sa situation (médicale mais aussi sociale, son appartenance culturelle, ses représentations, ses peurs et ses envies, etc.) avant d'envisager avec elle une ou des méthodes contraceptives;
- de l'informer sur les choix possibles;
- de lui permettre de choisir la méthode qu'elle estime comme la plus adaptée;
- de la former à l'utilisation de la méthode choisie ;
- enfin, de réévaluer périodiquement cette option avec la femme et/ou le couple.

V.4. Spécificités liées à l'adolescence

Au regard de leur manque d'expérience, les adolescentes peuvent connaître des difficultés à aborder le sujet, difficultés que pourra atténuer le professionnel de santé dès lors qu'il est prêt lui-même à orienter l'entretien sur le sujet (bien que cet abord soit souvent perçu comme inconfortable par le soignant). Le préalable de la consultation contraceptive avec une adolescente est que le soignant soit particulièrement clair sur ce qui justifie son intervention. Très schématiquement, l'objectif sanitaire est triple: éviter une grossesse non voulue et les risques associés chez les adolescentes les plus jeunes, éviter le traumatisme d'une éventuelle IVG, prévenir une infection sexuellement transmissible.

Le groupe de travail souhaite attirer l'attention sur plusieurs points qui lui paraissent clés lors d'une consultation contraceptive impliquant une adolescente:

1. **L'adolescente sera reçue sans ses parents . L'entretien est confidentiel .** Depuis 2001, la loi dispense le médecin de notifier aux parents une prescription contraceptive à une mineure. Pour autant, l'évocation des parents dans la conversation tête à tête reste tout aussi essentielle.

2. En l'absence de symptômes qui le justifient, **l'examen gynécologique n'est pas nécessaire lors de la première consultation**. De plus, sous couvert d'un interrogatoire systématique sur les antécédents personnels ou familiaux (HTA, diabète, hyperlipidémie, migraine, accidents thrombo-emboliques), d'un examen clinique normal et en l'absence de problème médical familial ou personnel repéré, **les examens sanguins peuvent également être programmés pour une consultation ultérieure**.

3. Il importe de rester neutre et de ne pas avoir d'**'a priori**, ni sur l'activité sexuelle des adolescents ni sur leur désir voire leur intention délibérée d'un enfant à naître.

4. Le questionnement nécessite de comprendre que **l'adolescence est un moment de croissance sociale et cognitive** et d'acquérir des compétences de communication particulières afin d'adapter le « *counseling*¹⁶ » à l'adolescente:

- être « ouvert » et **positif** ;

¹⁶ Ce concept comprend aussi bien le conseil lui-même que la démarche. Aucune traduction n'a été jugée satisfaisante ; le terme a été conservé tel quel dans le texte.

- être disponible, empathique et faire preuve d'écoute;
- favoriser le dialogue;
- être bref et concret, veiller à ne pas mobiliser la parole.

5. La contraception chez une adolescente nécessite une planification et un suivi régulier et rapproché.

Lors de la consultation, une démarche de *counseling* proche de celle qui suit pourrait être adoptée:

- pour engager le dialogue, éviter d'être intrusif et questionner graduellement l'adolescente sur ses autres camarades et ses habitudes de vie;
- aborder les besoins de l'adolescente, l'éventualité d'un projet à venir d'une grossesse ou d'un bébé ou les représentations de l'adolescent sur le sujet;
- rassurer l'adolescente sur sa normalité, commenter, expliquer;
- travailler avec elle la manière de répondre à une demande insistante d'avoir des rapports sexuels si l'on n'en a pas envie, notamment lorsque ceux-ci pourraient être non protégés ou forcés;
- aborder la question des freins à l'utilisation de la ou des méthodes choisies, notamment l'opinion de son partenaire, l'achat ou l'approvisionnement de la méthode, l'accessibilité des services, les représentations qu'a l'adolescente d'une ou des méthodes possibles et lui faire part des risques non fondés ou les relativiser. Les questions sur l'observance peuvent être posées de manière prospective (afin de déterminer si elle pense que la méthode lui sera adaptée) ou rétrospective et répétée aux différents entretiens (afin de réévaluer son choix);
- laisser l'adolescente exprimer ses préférences/réticences face aux diverses options et en tenir compte;
- décrire l'efficacité, les bénéfices, y compris non contraceptifs, et les effets indésirables ou inconvénients de la méthode;
- fournir des conseils pour l'établissement d'une prise orale en routine quotidienne (si une pilule est choisie);
- apporter une information sur la conduite à suivre en cas d'oubli de pilule, de non-utilisation ou de rupture d'un préservatif sur les méthodes de rattrapage possibles. Bien informer sur la gratuité et l'anonymat en pharmacie de la contraception d'urgence progestative. La prescription d'une contraception d'urgence en avance pour pallier un éventuel échec sera envisagée qu'en cas de nécessité;
- apporter une information sur les préservatifs, sur les IST, si inclus;
- programmer et planifier les consultations suivantes.

En matière d'éducation collective, les méta-analyses identifiées dans la littérature donnent des résultats divergents quant à l'efficacité des programmes développés. Certains ont pu montrer une efficacité, notamment ceux reposant de manière concomitante sur plusieurs approches (individuelle, collective et centrée sur l'amélioration de l'accès aux services de planification familiale) (niveau de preuve 1). Les approches collectives apparaissent comme un complément utile à l'approche individuelle. Le groupe de travail considère qu'elles gagneraient encore à être renforcées en milieu scolaire.

ANNEXE 1. NIVEAU DE PREUVE SCIENTIFIQUE ET GRADE DES RECOMMANDATIONS

Chaque article sélectionné a été analysé selon les principes de lecture critique de la littérature à l'aide de grilles de lecture, ce qui a permis d'attribuer à chacun un niveau de preuve scientifique. Sur la base de cette analyse de la littérature, le groupe de travail a proposé, chaque fois que possible, des recommandations. Selon le niveau de preuve des études sur lesquelles elles sont fondées, les recommandations ont un grade variable, coté de A à C selon l'échelle proposée par l'Anaes (voir *tableau 2 ci-dessous*). En l'absence d'études, les recommandations sont fondées sur un accord professionnel au sein des groupes de travail de lecture.

Tableau 2. Grades des recommandations.

Niveau de preuve scientifique fourni par la littérature (études thérapeutiques)	Grade des recommandations
Niveau 1 Essais comparatifs randomisés de forte puissance Méta-analyses d'essais comparatifs randomisés Analyse de décision basée sur des études bien menées	A Preuve scientifique établie
Niveau 2 Essais comparatifs randomisés de faible puissance Études comparatives non randomisées bien menées Études de cohorte	B Présomption scientifique
Niveau 3 Études cas-témoins	C Faible niveau de preuve
Niveau 4 Études comparatives comportant des biais importants Études rétrospectives Séries de cas	

ANNEXE 2. POSSIBILITÉ D'UTILISATION DES DIFFÉRENTES MÉTHODES EN FONCTION DES SITUATIONS PARTICULIÈRES

Le tableau 3 détaille un grand nombre de situations particulières rencontrées en pratique mais ne tient pas compte des degrés d'efficacité de s différentes méthodes contraceptives, lesquelles sont donc à prendre en compte lors de la prescription. Il ne tient pas compte non plus de la non protection des méthodes autres que les préservatifs vis-à-vis des IST.

Quatre niveaux d'adéquation sont distingués en fonction des critères de recevabilité fournis par l'OMS¹⁷ et des résultats de l'analyse de littérature :

- «++» : situation où la méthode contraceptive peut être utilisée sans aucune restriction. Elle correspond généralement à la catégorie 1 de l'OMS;
- «+» : situation où les avantages de la méthode contraceptive sont généralement supérieurs aux inconvénients. D'une manière générale, la méthode est utilisable. Si la femme choisit cette méthode, le suivi médical doit être plus attentif qu'en règle normale. Elle correspond généralement à la catégorie 2 de l'OMS;
- «-» : situation où les risques théoriques ou avérés l'emportent sur les avantages procurés par l'emploi de la méthode. L'emploi de la méthode n'est en règle générale pas recommandé, à moins que des méthodes plus indiquées ne soient pas disponibles ou acceptables. Un suivi rigoureux est alors nécessaire. Elle correspond généralement à la catégorie 3 de l'OMS;
- «--» : situation où l'emploi de la méthode expose à un risque pour la santé inacceptable. Il est recommandé de ne pas utiliser la méthode (à proscrire). Elle correspond généralement à la catégorie 4 de l'OMS;

Une notation «**sc**», c'est à dire «sous conditions» a été ponctuellement adoptée, lorsque les niveaux d'adéquation précédents étaient inadaptés à résumer fidèlement la possibilité d'utilisation de la méthode envisagée. La lecture des recommandations et de l'argumentaire sont recommandés pour plus de renseignements.

Le niveau indiqué correspond à la fois aux situations où l'on se pose la question d'une initiation d'une méthode contraceptive particulière et celles où l'on se pose la question du bien-fondé de sa poursuite. Lorsque les niveaux différaient, la notation correspondant à la poursuite a été indiquée entre crochets «[]».

S'agissant de la stérilisation, il n'existe pas de CI permanente à son utilisation. Une catégorisation différente a donc été adoptée :

- «++» : il n'y a pas de raison médicale justifiant le refus de la stérilisation;
- «**sc**» : c'est à dire «sous conditions» soit que :
 - l'intervention est à différer jusqu'à ce que l'état pathologique soit évalué et/ou différé. Des méthodes de contraception temporaires doivent être proposées;
 - l'intervention doit être réalisée avec prudence, notamment avec un surcroît de préparation et de précautions, mais dans le cadre des soins habituels;
 - l'intervention nécessite un personnel expérimenté et le matériel requis pour l'anesthésie générale et les autres services médicaux d'appui. En pareil cas, il faut être en mesure de choisir la méthode de stérilisation et le type d'anesthésie les plus appropriés.

¹⁷ Organisation Mondiale de la Santé. Pour un meilleur accès à des soins de qualité en matière de planification familiale. Critères de recevabilité pour l'adoption et l'utilisation continue de méthodes contraceptives. 2nd ed. Genève: OMS; 2002.

TABLEAU 3. POSSIBILITÉ D'UTILISATION DES DIFFÉRENTES MÉTHODES CONTRACEPTIVES EN FONCTION DES SITUATIONS À RISQUE LES PLUS FRÉQUENTES.														
Situations à risque pathologique	Contraception orale combinée COC	Timbre et anneaux vaginaux (OP)	Contraception orale μ-progestative	Macroprogestatifs	Implants Etonogestrel	Progestatifs injectables	DIU au cuivre	DIU imprégné lévonorgestrel	Stérilisation Féminine	Spermicides	Préservatifs	Autres méthodes barrières (capes, diaphragme)	Méthodes naturelles	
Pathologie cardio-vasculaire														
HTA														
-Systolique 140-159 ou diastolique 90-99	-	-	++	+	++	+	++	++	SC	++	++	++	++	
-Systolique ≥160 ou diastolique ≥100	-	-	+	-	+	-	++	+	SC	++	++	++	++	
-HTA bien contrôlée et mesurable	-	-	++	+	++	+	++	++	SC	++	++	++	++	
-Antécédent d'HTA gravidique avec TA mesurable et normale	+	+	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	
Thrombose veineuse profonde (TVP)/embolie pulmonaire (EP)														
-Antécédent documenté TVP/EP	-	-	+	-	+	-	++	+	++	++	++	++	++	
-TVP/EP actuelle	-	-	-	-	-	-	++	-	SC	++	++	++	++	
-Antécédents familiaux (1 ^{er} degré)	+	+	++	+	++	+	++	++	SC	++	++	++	++	
-Chirurgie majeure														
-avec immobilisation prolongée	-	-	+	+	+	+	++	+	SC	++	++	++	++	
-sans immobilisation prolongée	+	+	+	+	++	++	++	++	++	++	++	++	++	
-Chirurgie mineure sans immobilisation prolongée	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	
-Thrombose veineuse superficielle (inflammation sous-cutanée)	+	+	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	
-varice	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	
Valvulopathie cardiaque														
-sans complication	SC	SC	++	++	++	++	++	++	SC	++	++	++	++	
-avec complication	-	-	++	++	++	++	+	+	SC	++	++	-	++	

TABLEAU 3.P POSSIBILITÉ D'UTILISATION DES DIFFÉRENTES MÉTHODES CONTRACEPTIVES EN FONCTION DES SITUATIONS À RISQUE LES PLUS FRÉQUENTES.														
Situations à risque pathologique	Contraception orale combinée COC	Timbreset anneaux vaginaux (OP)	Contraception orale μ-progestative	Macroprogestatifs	Implants Etonorgestrel	Progestatifs injectables	DIU au cuivre	DIU imprégné (lévonorgestrel)	Stérilisation Féminine	Spermicides	Préservatifs	Autres méthodes barrières (capes, diaphragme)	Méthodes naturelles	
Maladie coronarienne (Actuelle ou antécédent)	--	--	sc ^a [-]	-	sc ^a [-]	-	++	sc ^a [-]	sc	++	++	++	++	a. cf. «situations particulières»
Accident vasculaire cérébral (Actuel ou antécédent)	--	--	sc ^a [-]	-	sc ^a [-]	-	++	sc ^a [-]	sc	++	++	++	++	
Facteurs de risque multiples cardiovasculaires (diabète, tabac, âge, etc.)	--	--	+	-	+	-	++	+	sc	++	++	++	++	
Tabac														
- <35 ans	+	+	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	
- ≥35 ans et														
Fumeur <15 cigarettes/jour	-	-	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	
Fumeur ≥15 cigarettes/jour	-	-	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	
Obésité (indice de masse corporelle ≥30 kg/m ²)	+	+	++	++	++	++	++	++	sc	++	++	++	++	
Identification de mutations liées à la thrombophilie (Facteur V Leiden, facteur II ou déficit en protéine C ou S, antithrombine)	--	--	+	-	+	-	++	+	sc	++	++	++	++	
Maladies métaboliques														
Hyperlipidémies avérées	-	-	+	+	+	+	++	+	++	++	++	++	++	
Diabète														
- antécédents de diabète gestationnel	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	
- sans complication vasculaire													++	

TABLEAU 3.P POSSIBILITÉ D'UTILISATION DES DIFFÉRENTES MÉTHODES CONTRACEPTIVES EN FONCTION DES SITUATIONS À RISQUE LES PLUS FRÉQUENTES.														
Situations à risque pathologique	Contraception orale combinée COC	Timbreset anneaux vaginaux(OP)	Contraception orale μ-progestative	Macroprogestatifs	Implants Etonorgestrel	Progestatifs injectables	DIU au cuivre	DIU imprégné lévonorgestrel	Stérilisation Féminine	Spermicides	Préservatifs	Autres méthodes barrières (capes, diaphragme)	Méthodes naturelles	
• Non insulinodépendant	+	+	+	+	+	+	++	+	SC	++	++	++	++	
• insulinodépendant	+	+	+	+	+	+	++	+	SC	++	++	++	++	
- pathologie vasculaire (néphropathie, rétinopathie, neuropathie)	-	-	+	+	+	-	++	+	SC	++	++	++	++	
- diabète >20ans d'évolution	-	-	+	+	+	-	++	+	SC	++	++	++	++	
Pathologies gastro-intestinales														
Cholécystopathie														
Symptomatique (actuelle)	-	-	+	+	+	+	++	+	SC	++	++	++	++	
Traité médicalement	-	-	+	+	+	+	++	+	++	++	++	++	++	
Asymptomatique ou cholécystectomie	+	+	+	+	+	+	++	+	++	++	++	++	++	
Antécédents de cholestase														
Gravidique	+	+	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	
Liés à une utilisation antérieure de COC	-	-	+	+	+	+	++	+	++	++	++	++	++	
Cirrhose hépatique														
Légère, compensée	-	-	+	+	+	+	++	+	SC	++	++	++	++	
Grave, décompensée	-	-	-	-	-	-	++	-	SC	++	++	++	++	
Tumeur hépatique														
Bénigne (adénome)	-	-	-	-	-	-	++	-	SC	++	++	++	++	
Maligne (hépatome)	-	-	-	-	-	-	++	-	SC	++	++	++	++	
Anémies														
Thalassémie	++	++	++	++	++	+	++	SC	++	++	++	++	++	
Drépanocytose	+	+	++	++	++	+	++	SC	++	++	++	++	++	
Anémie ferriprive	++	++	++	++	++	+	++	SC	^b	++	++	++	++	^b si Hb < 7g/l
Affections neurologiques														

TABLEAU 3.P POSSIBILITÉ D'UTILISATION DES DIFFÉRENTES MÉTHODES CONTRACEPTIVES EN FONCTION DES SITUATIONS À RISQUE LES PLUS FRÉQUENTES.														
Situations à risque pathologique	Contraception orale combinée COC	Timbre set anneaux vaginaux (OP)	Contraception orale μ-progestative	Macroprogestatifs	Implants Etonogestrel	Progestatifs injectables	DIU au cuivre	DIU imprégné lévonorgestrel	Stérilisation Féminine	Spermicides	Préservatifs	Autres méthodes barrières (capes, diaphragme)	Méthodes naturelles	
Céphalées														
Non migraineuses (modérées ou sévères)	++[+]	++[+]	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	
Migraine														
- Sans signe neurologique														
Age < 35 ans	+[-]	+[-]	++[+]	++[+]	+	+	++	+	++	++	++	++	++	
Age ≥ 35 ans	-[-]	-[-]	++[+]	++[+]	+	+	++	+	++	++	++	++	++	
- Avec signes neurologiques focaux (perte temporaire de la vision, vision trouble, flash, bref trouble parole ou mouvement)	--	--	+[-]	+[-]	+[-]	+[-]	++	+[-]	++	++	++	++	++	
Epilepsie	++	++	++	++	++	++	++	SC	++	++	++	++	++	
Attention risque d'interaction médicamenteuse!														
Maladies dépressives	++	++	++	++	++	++	+	+	SC	++	++	++	++	
Insuffisance rénale									SC	++	++	++	++	
Maladies auto-immunes, connectivites									SC	++	++	++	++	
Pathologie de l'appareil reproducteur														
Saignements vaginaux														
- irréguliers et peu abondants	++	++	+	+	+	+	++	++	++	++	++	++	++	
- abondants et prolongés	++	++	+	+	+	+	+	++	++	++	++	++	++	
- inexpliqués (suspicion d'une pathologie)	-	-	-	-	-	-	-	-	SC	++	++	++	++	
Antécédent de grossesse extra-	++	++	SC ^c	++	++	++	SC ^c	SC ^c	SC	++	++	++	++	^c Discuter des

TABLEAU 3.P POSSIBILITÉ D'UTILISATION DES DIFFÉRENTES MÉTHODES CONTRACEPTIVES EN FONCTION DES SITUATIONS À RISQUE LES PLUS FRÉQUENTES.														
Situations à risque pathologique	Contraception orale combinée COC	Timbre set anneaux vaginaux (OP)	Contraception orale μ-progestative	Macroprogestatifs	Implants Ettonogestrel	Progestatifs injectables	DIU au cuivre	DIU imprégné lévonorgestrel	Stérilisation Féminine	Spermicides	Préservatifs	Autres méthodes barrières (capes, diaphragme)	Méthodes naturelles	
utérine														facteurs de risque
Antécédent de chirurgie pelvienne	++	++	++	++	++	++	++	SC	++	++	++	++	++	
Les tumeurs de l'endomètre														
Ectropion du col utérin	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	
Néoplasie intra-épithéliale	+	+	++	++	+	+	++	+	++	++	++	++	++	
Cancer du col (avant traitement)	+	+	++	+	+	+	-	-	/	++	++	++	++	
L'endomètre et sa pathologie														
Endométriose	++	++	++	++	++	++	+	++	SC	++	++	++	++	
Cancer de l'endomètre*	++	++	++	++	++	++	-	-	/	++	++	++	++	
Dysménorrhée sévère	++	++	++	++	++	+	++	++	++	++	++	++	++	
Maladie trophoblastique														
Bénigne	++	++	++	++	++	++	-	-	++	++	++	++	++	
Maligne	++	++	++	++	++	++	-	-	SC	++	++	++	++	
L'ovaire et sa pathologie														
Pathologie bénigne y compris kyste fonctionnel de l'ovaire	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	
Cancer de l'ovaire	++	++	++	++	++	++	-	-	SC	++	++	++	++	
Les seins et sa pathologie														
Nodule non diagnostiqué	+	+	+	+	+	+	++	+	++	++	++	++	++	
Mastopathie bénigne	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	
Antécédents familiaux (1 ^{er} degré)	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	
Cancer du sein														
-Actuel	--	--	--	--	--	--	++	--	SC	++	++	++	++	

TABLEAU 3. POSSIBILITÉ D'UTILISATION DES DIFFÉRENTES MÉTHODES CONTRACEPTIVES EN FONCTION DES SITUATIONS À RISQUE LES PLUS FRÉQUENTES.														
Situations à risque pathologique	Contraception orale combinée COC	Timbre et anneaux vaginaux (OP)	Contraception orale μ-progestative	Macroprogestatifs	Implants Etonogestrel	Progestatifs injectables	DIU au cuivre	DIU imprégné lévonorgestrel	Stérilisation Féminine	Spermicides	Préservatifs	Autres méthodes barrières (capes, diaphragme)	Méthodes naturelles	
-En rémission > 5 ans	-	-	-	-	-	-	++	-	++	++	++	++	++	
Anomalies anatomiques de l'utérus														
Sans déformation de la cavité utérine	++	++	++	++	++	++	++	++	SC	++	++	++	++	
Avec déformation de la cavité utérine (incluant fibromes, sténose cervicale...)	++	++	++	++	++	++	-	-	SC	++	++	++	++	
Seuls les préservatifs sont recommandés en cas de risque d'IST, notamment en cas de risque d'infection à VIH/sida et hépatites virales!														
Risque infectieux														
-Cervicite purulente, infection à <i>Chlamydia</i> ou gonococcie	++	++	++	++	++	++	--[+]	--[+]	SC	++	++	++	++	
-Autres IST (hormis hépatites et VIH)	++	++	++	++	++	++	+	+	SC	++	++	++	++	
-Vaginite (trichomonase, vaginose bactérienne)	++	++	++	++	++	++	+	+	++	++	++	++	++	
-Risque accru d'IST (>1 partenaire ou 1 partenaire ayant des partenaires multiples)	++	++	++	++	++	++	SC ^d [+]	SC ^d [+]	++	++	++	++	++	^d Discuter des facteurs de risque
VIH/SIDA*														
Haut risque d'infection à VIH	++	++	++	++	++	++	+	+	++	++	++	++	++	
Séropositivité	++	++	++	++	++	++	+	+	++	++	++	++	++	
Sida	++	++	++	++	++	++	+	+	SC	++	++	++	++	
Attention aux risques d'interaction médicamenteuse														
Hépatite virale*														
Évolutive	--	--	-	-	-	-	++	-	SC	++	++	++	++	

TABLEAU 3. POSSIBILITÉ D'UTILISATION DES DIFFÉRENTES MÉTHODES CONTRACEPTIVES EN FONCTION DES SITUATIONS À RISQUE LES PLUS FRÉQUENTES.														
Situations à risque pathologique	Contraception orale combinée COC	Timbre et anneau vaginaux (OP)	Contraception orale μ-progestative	Macroprogestatifs	Implants Ettonogestrel	Progestatifs injectables	DIU au cuivre	DIU imprégné lévonorgestrel	Stérilisation Féminine	Spermicides	Préservatifs	Autres méthodes barrières (capes, diaphragme)	Méthodes naturelles	
Porteur	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++
Infections génitales hautes (IGH)														
Antécédent d'IGH (sans risque actuel)														
- avec grossesse depuis	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	
- sans grossesse ultérieure	++	++	++	++	++	++	+	+	sc	++	++	++	++	
IGH présente ou <3 derniers mois	++	++	++	++	++	++	--[+]	--[+]	sc	++	++	++	++	
Tuberculose														
Nongénito-urinaire				++			++	++ ^e	++	++	++	++	++	
génito-urinaire				(association déconseillée en cas de prise d'un inducteur enzymatique)			-	-	sc	++	++	++	++	^e risque interaction médicament
Infection des voies urinaires	/	/	/	/	/	/	-	-	++	++	++	-	++	
Antécédents syndrome de choc toxique	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	--	++	
Age														
Moins de 18 ans (<20 ans pour DIU selon OMS)	++	++	++	++	++	+	+	+	++	++	++ ^f	++ ^f	++ ^f	^f Risque d'échec plus élevé chez les jeunes
18-39 ans [35 ans!!!]	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	
40-45 ans	+	+	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	
>45 ans	+	+	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	
Obésité														
(IMC ≥30 kg/m ²)	+	+	++	++	++	++	++	++	sc	++	++	++	++	
Post-partum sans allaitement														
<48 heures	-	-	++	++	++	-	+	-	-	++	++	-- ^g	++	^g Nécessité d'involution utérine de 6 semaines
48 heures à 4 semaines	-	-	++	++	++	-	-	-	-	++	++	--	++	
≥4 semaines	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	--	++	

TABLEAU 3. POSSIBILITÉ D'UTILISATION DES DIFFÉRENTES MÉTHODES CONTRACEPTIVES EN FONCTION DES SITUATIONS À RISQUE LES PLUS FRÉQUENTES.														
Situations à risque pathologique	Contraception orale combinée COC	Timbreset anneaux vaginaux (OP)	Contraception orale μ-progestative	Macroprogestatifs	Implants Etonorgestrel	Progestatifs injectables	DIU au cuivre	DIU imprégné lévonorgestrel	Stérilisation Féminine	Spermicides	Préservatifs	Autres méthodes barrières (capes, diaphragme)	Méthodes naturelles	
Post-abortum														
-Avortement au 1 ^{er} trimestre	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	+	++	
-Avortement au 2 nd trimestre	++	++	++	++	++	++	+	+	+	++	++	+	++	
-Après avortement septique	++	++	++	++	++	++	+	+	+	++	++	+	++	
Allaitement maternel														
-<6 semaines après accouchement	-	-	sc ^h	-	sc ^h	-	sc ^h	sc ^h	-	++	++	- ^h	++	^h à partir de 4 ^e sem. pour les stérilettes et les méthodes par progestatif seul.
-de 6 semaines à 6 mois	-	-	++	++	++	++	++	++	-	++	++	++	++	
-≥6 mois après accouchement	+	+	++	++	++	++	++	++	-	++	++	++	++	
Parité														
-nullipare	++	++	++	++	++	++	+	+	sc	++	++	++	++	
-multipare	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	

PARTICIPANTS

Les sociétés savantes et associations professionnelles les suivantes ont été sollicitées pour l'élaboration de ces recommandations :

Association française pour la contraception
 Association fil-santé jeunes
 Association nationale des centres d'interruption volontaire de grossesse et de contraception
 Collège national des généralistes enseignants
 Collège national des gynécologues et obstétriciens français
 Confédération nationale du mouvement français pour le planning familial
 Société française de documentation et de recherche en médecine générale
 Fédération nationale des associations des aînés femmes
 Fédération nationale des collèges de gynécologie médicale
 Société de formation thérapeutique du généraliste
 Société française de gynécologie
 Société française de médecine générale

COMITÉ D'ORGANISATION

D^e Elizabeth Aubény, gynécologue médical, Paris
 D^e Anne Castot, Afssaps, Saint-Denis
 D^e Paul Cesbron, gynécologue-obstétricien, Creil
 D^e Marie-Antoinette de Crécy, gynécologue, Sainte-Geneviève-des-Bois
 D^e Frédéric DeBels, Anaes, Saint-Denis La Plaine
 D^e Catherine Denis, Afssaps, Saint-Denis

D^e Nathalie Dumarcet, Afssaps, Saint-Denis
 M^{me} Fatima Lalem-Hachilie, conseillère conjugale et familiale, Paris
 D^e Yves LeNoc, médecin généraliste, Nantes
 M. Henri Leridon, socio-démographe, Le Kremlin-Bicêtre
 D^e Bruno Michelon, gynécologue-obstétricien, Saint-Germain-en-Laye
 D^e Clara Pelissier, gynécologue médical, Paris

GROUPE DE TRAVAIL

D^e Yves LeNoc, médecin généraliste, Nantes - président du groupe de travail
 D^e Jocelyne Attia-Sobol, gynécologue-obstétricien, Lyon - chargée de projet
 D^e Cécile Fournier, Inpes, Saint-Denis - chargée de projet
 D^e Frédéric DeBels, Anaes, Saint-Denis La Plaine - chef de projet
 M^{me} Danièle Allard, sage-femme, Aurillac
 D^e Patrick Alvin, pédiatre, médecin d'adolescent, Le Kremlin-Bicêtre

D^e Nathalie Bajos, socio-démographe, Inserm, Le Kremlin-Bicêtre
 D^e Jean Bouyer, épidémiologiste, Inserm, Le Kremlin-Bicêtre
 D^e Catherine Cabanis, gynécologue médical, Castelnaudary
 D^e Robert Chambrial, médecin généraliste, Grenoble
 D^e Liliana Kapetanovic, Afssaps, Saint-Denis
 D^e Caroline Laborde, Afssaps, Saint-Denis
 M^{me} Dominique Devisé, infirmière scolaire, Lens

D^r Rémy Durand, médecin généraliste, Corgoloin
 M^{me} Micheline Garel, psychologue, Villejuif
 D^r Jean Lamarche, pharmacien d'officine, Paris
 D^r Patricia Leclerc, gynécologue-endocrinologue, Rouen
 D^r Michel Leveque, médecin généraliste, Thann

D^r Alain Marié, directeur médical-Quotidien du médecin, Issy-les-Moulineaux
 D^r Guy Masson, gynécologue-obstétricien, Nîmes
 D^r Olivier Parant, gynécologue-obstétricien, Toulouse
 D^r Bérengère Porret, gynécologue médical, Paris

GRUPE DE LECTURE

D^r Pierre Arwidson, directeur des affaires scientifiques, Inpes, Saint-Denis
 D^r Catherine Azoulay, gynécologue-endocrinologue, Créteil
 D^r Bruno Bachelard, gynécologue-obstétricien, Perpignan
 M^{me} Florence Baruch-Alberto, psychologue clinicienne, Gentilly
 D^r Jean-Gabriel Buisson, médecin généraliste, Aix-sur-Vienne
 M^{me} Françoise Cahen, psychologue, psychanalyste, Paris
 P^r Bruno Carbonne, gynécologue-obstétricien, Paris-membre du Conseil scientifique de l'Anaes
 M^{me} Evelyne Carrasco, sage-femme, Toulouse
 M^{me} Martine Chosson, conseillère conjugale et familiale, Paris
 D^r Muriel Clouet-Delannoy, gynécologue-obstétricien, Toulouse
 D^r Jacqueline Conard, hématologue, Paris
 D^r Françoise Cottin Blangy, médecin généraliste, Nantes
 D^r Suzanne Dat, gynécologue médical, Toulouse
 D^r Véronique Davis-Berges, santé publique, Narbonne
 D^r Piade Reilhac, gynécologue médical, Nantes
 D^r Renaud de Tournemire, pédiatre, Le Kremlin-Bicêtre
 D^r Sophie Dubourdieu, gynécologue médical, endocrinologue, Nantes
 D^r Anne Duclusaud, gynécologue-obstétricien, Toulouse

D^r Carole Durand, gynécologue-obstétricien, Montpellier
 M^{lle} Isabelle Escure, sociologue, Poitiers
 M^{me} Christine Ferron, psychologue, directrice adjointe des affaires scientifiques, Inpes, Saint-Denis
 D^r Bernard Gavid, médecin généraliste, Neuville-de-Poitou
 D^r Christian Ghasarossian, médecin généraliste, Palaiseau
 M^{lle} Agnès Gillet, sage-femme, Poissy
 P^r Anne Gompel, gynécologue médical, endocrinologue, Paris
 D^r Bernard Guyot-Langlois, gynécologue-obstétricien, Poisy-Saint-Germain-en-Laye
 D^r Danielle Hassoun, gynécologue-obstétricien, Paris
 M^{me} Marie-Christine Hatte, infirmière scolaire, Lens
 M^{me} Florence Héлары-Guillard, sage-femme, Larré
 P^r Jacques Horovitz, gynécologue-obstétricien, Bordeaux
 D^r Marie-Françoise Huez-Robert, médecin généraliste, Chambray-lès-Tours
 D^r Christian Jamin, endocrinologue-gynécologue, Paris
 D^r Christiane Jeanvoine, sage-femme, médecin généraliste, Nancy
 D^r Michèle Lachowsky, gynécologue médical psychosomatique, Paris
 M^{me} Colette Lacombe, sage-femme, Aurillac
 M^{me} Cécile Lebécel, sage-femme, Lézignan-Corbières
 D^r Philippe Levebvre, gynécologue médical, Roubaix
 M. Eric Le Grand, sociologue, L'Hermitage

M^{me} Marie-Christine Leymarie, sage-femme, Clermont-Ferrand
 P^r Patrice Lopès, gynécologue-obstétricien, Nantes
 D^r Jean-Claude Magnier, gynécologue médical, Paris
 D^r Alfred Manela, gynécologue accoucheur, Beauvais
 D^r Michel Manetti, médecin généraliste, Donnemarie-Dontilly
 M^{me} Nicole Matet, Direction générale de la santé, Paris
 M^{me} Laurence Matheron, psychologue, Marseille
 D^r Isabelle Michelon-Lorrain, gynécologue-obstétricien, Conflans-Sainte-Honorine
 D^r Guy Morlas, médecin généraliste, Saint-Denis-de-la-Réunion
 M^{me} Françoise Nguyen, sage-femme, Poissy-Saint-Germain-membre du Conseil scientifique de l'Anaes
 P^r Israël Nisand, gynécologue-obstétricien, Strasbourg

D^r Elisabeth Paganelli, gynécologue médical, Tours
 D^r Isabelle Parizot, sociologue, Paris
 D^r Jean-Loup Pecqueux, médecin généraliste, Épinal
 P^r Christian Quereux, gynécologue-obstétricien, Reims
 D^r Martine Roeser, gynécologue médical, Orléans
 D^r Frédéric Romieu, médecin généraliste, Joigny
 M. Laurent Toulemon, démographe, Paris
 D^r Nathalie Trignol-Viguié, médecin généraliste, Tours
 D^r Isabelle Vincent, directrice adjointe de la communication et des outils pédagogiques, Inpes, Saint-Denis
 D^r Emmanuelle Wollman, chargée de mission, CNRS, Paris-membre du Conseil scientifique de l'Anaes
 D^r Hubert Ythier, pédiatre, Roubaix

TITRE	Stratégies de choix des méthodes contraceptives chez la femme
Typededocument	Recommandation pour la pratique clinique
Datedevalidation	Décembre 2004
Objectif(s)	<p>L'objectif de ce document est d'établir un état des connaissances sur les méthodes de contraception disponibles chez la femme et de définir, en débordant d'un seul cadre de critères médicaux, des recommandations sur la prescription des méthodes contraceptives, sur l'information des femmes par les soignants et sur l'aide au choix d'une méthode contraceptive. L'objectif corollaire est que chaque contraception soit adaptée à la situation personnelle de chaque femme et qu'elle soit de ce fait bien acceptée et bien menée.</p> <p>Ces recommandations sont destinées en première intention à l'ensemble des professionnels de santé qui prescrivent ou délivrent des méthodes contraceptives, c'est-à-dire essentiellement les somnipraticiens, les gynécologues et obstétriciens, les endocrinologues, les messages-femmes, les infirmières scolaires, les pharmaciens et autres professionnels de santé des centres de planification et d'éducation familiale.</p> <p>Dans un second temps, le document pourra être décliné sous la forme de fiches d'information à destination soit des femmes concernées elles-mêmes, soit des associations d'informations sur la contraception, soit encore des intervenants de l'Éducation nationale en charge de cours sur la sexualité et la contraception.</p>
Professionnel(s) de santé concerné(s)	
Demandeur	Direction générale de la santé
Promoteurs	Anaes (service des recommandations professionnelles) Afssaps Inpes
Pilotage du projet	<p>Coordination: Frédéric De Bels, chef de projet du service des recommandations professionnelles (chef de service: Dr Patrice Dosquet) Secrétariat: Catherine Solomon Alexander</p> <p>Recherche documentaire à l'Anaes: Mme Frédérique Pagnès et Mme Amal Sindonino, avec l'aide de Mlle Sylvie Lascols, du service de documentation de l'Anaes (chef de service: Mme Rabinia Bazi) Recherche complémentaire à l'Inpes: Mlle Sandra Kerzhanet</p>
Participants	<p>Société savantes Comité d'organisation Groupe de travail (président: Dr Yves Le Noc, médecin généraliste, Nantes) Groupe de lecture cf. liste des participants</p>
Recherche documentaire	Recherche documentaire effectuée par le service de documentation de l'Anaes (période: Janvier 1997-Décembre 2003)

Auteurs de l'argumentaire	Chargées de projet: Dr Jocelyne Attia-Sobol, gynécologue-obstétricien, Lyon, et Mme Cécile Fournier, Inpes, Saint-Denis, et M. Frédéric De Bels, chef de projet, service des recommandations professionnelles de l'Anaes
Auteurs des recommandations	Groupe de travail, accord du groupe de lecture
Validation	Validation par le Conseil scientifique de l'Anaes le 10 décembre 2004
Autres formats	Fiches de synthèse et argumentaires des recommandations téléchargeables gratuitement sur www.has-sante.fr

Global Consensus Statement on Menopausal Hormone Therapy

T. J. de Villiers, M. L. S. Gass*, C. J. Haines†, J. E. Hall‡, R. A. Lobo** , D. D. Pierroz†† and M. Rees‡‡

MediClinic Panorama and Department of Obstetrics and Gynecology, Stellenbosch University, Cape Town, South Africa;

*Department of Surgery, Cleveland Clinic Lerner College of Medicine of Case Western Reserve University School of Medicine, Cleveland, OH, USA; †Department of Obstetrics and Gynecology, The Chinese University of Hong Kong, Prince of Wales Hospital, Shatin, New Territories, Hong Kong SAR; ‡Department of Medicine, Massachusetts General Hospital and Harvard Medical School, Boston, MA, USA; **Department of Obstetrics and Gynecology, Columbia University, New York, NY, USA;

††University of Geneva, Switzerland; ‡‡Reader Emeritus, University of Oxford, UK

The following Consensus Statement is endorsed by The American Society for Reproductive Medicine, The Asia Pacific Menopause Federation, The Endocrine Society, The European Menopause and Andropause Society, The International Menopause Society, The International Osteoporosis Foundation and The North American Menopause Society.

The past 10 years saw much confusion regarding the use of menopausal hormone therapy (MHT). New evidence challenged previously accepted clinical guidelines, especially on aspects of safety and disease prevention. This led to many women unnecessarily being denied the use of MHT. Detailed revised guidelines were published and regularly updated by the major regional menopause societies. The confusion was initially escalated by significant differences amongst published guidelines. In recent revisions, the differences have become much less. In view of this, The International Menopause Society took the initiative to arrange a round-table discussion, in November 2012, between representatives of the major regional menopause societies to reach consensus on core recommendations regarding MHT. The aim was to produce a short document in bullet-point style, only containing the points of consensus. It is acknowledged that, in view of the global variance of disease and regulatory restrictions, these core recommendations do not replace the more detailed and fully referenced recommendations prepared by individual national and regional societies. This document serves to emphasize international consensus regarding MHT and is aimed at empowering women and health-care practitioners in the appropriate use of MHT.

- MHT is the most effective treatment for vasomotor symptoms associated with menopause at any age, but benefits are more likely to outweigh risks for symptomatic women before the age of 60 years or within 10 years after menopause.

- MHT is effective and appropriate for the prevention of osteoporosis-related fractures in at-risk women before age 60 years or within 10 years after menopause.
- Randomized clinical trials and observational data as well as meta-analyses provide evidence that standard-dose estrogen-alone MHT may decrease coronary heart disease and all-cause mortality in women younger than 60 years of age and within 10 years of menopause. Data on estrogen plus progestogen MHT in this population show a similar trend for mortality but in most randomized clinical trials no significant increase or decrease in coronary heart disease has been found.
- Local low-dose estrogen therapy is preferred for women whose symptoms are limited to vaginal dryness or associated discomfort with intercourse.
- Estrogen as a single systemic agent is appropriate in women after hysterectomy but additional progestogen is required in the presence of a uterus.
- The option of MHT is an individual decision in terms of quality of life and health priorities as well as personal risk factors such as age, time since menopause and the risk of venous thromboembolism, stroke, ischemic heart disease and breast cancer.
- The risk of venous thromboembolism and ischemic stroke increases with oral MHT but the absolute risk is rare below age 60 years. Observational studies point to a lower risk with transdermal therapy.
- The risk of breast cancer in women over 50 years associated with MHT is a complex issue. The increased risk of

This Statement is being simultaneously published in the journals *Climacteric* and *Maturitas*, on behalf of the International Menopause Society and The European Menopause and Andropause Society, respectively.

Correspondence: T. J. de Villiers, MediClinic Panorama, Parow 7500, South Africa

breast cancer is primarily associated with the addition of a progestogen to estrogen therapy and related to the duration of use. The risk of breast cancer attributable to MHT is small and the risk decreases after treatment is stopped.

- The dose and duration of MHT should be consistent with treatment goals and safety issues and should be individualized.
- In women with premature ovarian insufficiency, systemic MHT is recommended at least until the average age of the natural menopause.
- The use of custom-compounded bioidentical hormone therapy is not recommended.
- Current safety data do not support the use of MHT in breast cancer survivors.

These core recommendations will be reviewed in the future as new evidence becomes available.

Authors/members of the Consensus Panel

The International Menopause Society: Tobie J. de Villiers, *President* (MediClinic Panorama and Department of Obstetrics and Gynecology, Stellenbosch University, Cape Town, South Africa); David F. Archer, *Treasurer* (Jones Institute, Eastern Virginia Medical School, Norfolk, VA, USA); Rodney J. Baber, *General Secretary* (Sydney Medical School, The University of Sydney, NSW, Australia); Mary Ann Lumsden,

Board member (Reproductive & Maternal Medicine, School of Medicine, University of Glasgow, Glasgow, UK); Amos Pines, *Director of Education and Development* (Sackler Faculty of Medicine, Tel-Aviv University, Tel-Aviv, Israel); The Asia Pacific Menopause Federation: Christopher J. Haines, *Honorary Secretary* (Department of Obstetrics and Gynecology, The Chinese University of Hong Kong, Prince of Wales Hospital, Shatin, New Territories, Hong Kong SAR); The American Society for Reproductive Medicine: Rogerio A. Lobo, *Past President* (Department of Obstetrics and Gynecology, Columbia University, New York, NY, USA); The International Osteoporosis Foundation: Dominique D. Pierroz, *Science Manager* (University of Geneva, Switzerland); The European Menopause and Andropause Society: Margaret Rees, *President* (Reader Emeritus, University of Oxford, UK); Florence Tremollières, *Board member* (Centre de Menopause, Hôpital Paule de Viguier, Toulouse, France); The Endocrine Society: Janet E. Hall, *Past President* (Department of Medicine, Massachusetts General Hospital and Harvard Medical School, Boston, MA, USA); The North American Menopause Society: Margery L. S. Gass, *Executive Director* (Department of Surgery, Cleveland Clinic Lerner College of Medicine of Case Western Reserve University School of Medicine, Cleveland, OH, USA).

Source of funding The meeting of the Consensus Panel was supported by the participating societies only.