

Contraceptions réversibles féminines hormonales



La contraception oestro- progestative



Les
oestroprogestatifs
oraux (COP)

Contraceptions réversibles féminines hormonales : les oestroprogestatifs oraux (COP)

- Débuter par des COP de 2nd génération les plus faiblement dosés (20gamma)
 - ethyniloestradiol + levonorgestrel : Leeloo (21cp), optilova (21+7 placebo, continue) et leurs génériques...
 - <26 ans : gratuites sans limite inférieure d'âge
 - >26 ans : remboursées à 65%

COP : contres indications absolues

Grossesse, allaitement maternel, post partum immédiat

HTA : même si traitée et équilibrée

Diabète évoluant depuis plus de 20 ans, non équilibré/compliqué ou âge > 35 ans

ATCD maladie thrombo embolique veineuse/thrombophilie personnelle ou familiale

ATCD d'AVC/IDM, cardiopathie valvulaire compliquée

Migraines avec aura ou aggravée sous COP

Insuffisance hépatocellulaire, hépatite virale active, tumeur hépatique

Chirurgie et immobilisation prolongée

ATCD de cancer du sein, cancer évolutif

Dyslipidémie : si LDLc > 2,20 ou TG > 2

Tabac : si âge > 35 ans et > 15 cig/jour

COP : contres indications (CI) relatives

Tabagisme actif ou
sevrage < 3 ans

Âge > 35

ATTENTION : CI relatives deviennent CI absolues si > 2

et d'HTA
que, familial
d'HTA

ATCD familial
d'accident cardio
vasculaire si
homme < 60 ans,
femme < 50 ans

Tabac si > 35 ans et
< 15 cig/jour

Contraceptions orales OP : possibilité de prise en continue !

- Evite l'inconfort et le coût hygiénique des hémorragies de privation (bonne stratégie de lutte contre la précarité menstruelle)
- Aucun impact néfaste sur la santé
- Réduction théorique du risque de rupture contraceptive entre 2 plaquettes

Contraceptions orales OP : quoi faire en cas d'oubli?

- C'est quoi un **oubli**?
 - Oubli d'1 ou de plusieurs comprimés
 - Vomissements, diarrhées
- C'est quoi le **délai** d'
 - Si oubli < 12 heures : poursuivre la plaquette
 - Si oubli > 12 heures : contraception d'urgence, rapports sexuels protégés, test de grossesse si doute
 - Si comprimé oublié est dans les 7 derniers comprimés actifs : enchaîner les plaquettes sans pause

Test de grossesse urinaire à conseiller systématiquement 2 à 3 semaines après l'oubli ...
... et même si la patiente a eu des saignements liés à son hémorragie de privation!

les
oestroprogestatifs
cutanés



PATCH EVRA

Contraceptions réversibles féminines hormonales : les oestroprogestatifs cutanés

C'est quoi?

- Contraception oestroprogestative de 3^{ème} génération : ethyniloestradiol + norgelstromine

Et les contre indications?

- identiques à celles des COP oraux

Comment ça marche?

- 1 patch à changer tous les 7 jours pendant 3 semaines puis arrêt des patchs pendant 7 jours
- Prise en continue possible (arrêt facultatif comme pour la pilule)
- Possibilité de diversifier les sites de pose mais jamais sur les seins

Combien ça coute?

- Non remboursé
- environ 15€ la boîte de 3 patchs



les
oestroprogestatifs
vaginaux

Anneau Nuvaring

Contraceptions
réversibles
féminines
hormonales :
les
oestroprogestatifs
vaginaux

C'est quoi?

- Contraception oestroprogestative de 3ème génération: ethinylestradiol + etonogestrel

Et les contre indications?

- identiques à celles des COP oraux

Comment ça marche?

- Un anneau pendant 21 jours en intra vaginal puis retrait pendant 7 jours
- Prise en continue possible (arrêt facultatif comme pour la pilule)
- Peut être gardé pendant les rapports sexuels ou retiré mais maximum 3h

Combien ça coute?

- Non remboursé.
- environ 15€ / anneau

Contraception
progestative

Contraception progestative : les contre indications communes

- Contres indications **communes** à tous les progestatifs
 - Accident thrombo-embolique évolutif
 - Affection hépatique sévère
 - Cancer sein/endomètre
 - Hémorragie génitale inexpliquée
 - Traitement type inducteur enzymatique



Contraception
progestative
orale

Contraception progestative orale

C'est quoi?

- Desogestrel « Optimizette » 75 μ g (0,075 mg)
- Levonorgestrel « Microval » 30 μ g (0,030 mg)

Pour qui?

- Toutes les femmes qui le souhaitent en respectant les contre indications
- Seule contraception orale autorisée en cas d'allaitement maternel

Comment?

- Prise continue 28 jours

Contraception progestative orale

C'est quoi les effets indésirables?

- Les métrorragies imprévisibles possibles (1/3 à 1/2 des femmes).
- modification de la libido, de l'humeur, de l'appétit, de l'acné, de la pilosité, céphalées, nausées...

Combien ça coute?

- Si <26 ans: remboursé 100%
- Si >26 ans: remboursé à 65% par la sécurité sociale

Et si on l'oublie?

- Délai de 12h en théorie pour desogestrel
- Délai de 3h en theorie pour levonorgestrel

Contraception progestative orale : le cas des macroprogestatifs

- Risque de méningiome avec certains macroprogestatifs oraux :
« macroprogestatif » (au 14/11/2019)
 - promégestone (Surgeston, 125 mg, comprimé)
 - médrogestone (Cypriol, 20 mg, comprimé)

Liste actualisée des macroprogestatifs oraux à risque de méningiome : <https://ansm.sante.fr/actualites/colprone-depo-provera-et-surgeston-ont-une-contre-indication-absolute-pour-limiter-le-risque-de-meningiome>

Les connaître pour les prescrire **UNIQUEMENT** en l'absence
d'autres alternatives moins à risque et adapter la
surveillance (IRM cérébrale à l'initiation puis à 5 ans puis
après tous les 2 ans pendant toute la durée de la prise
hormonale)



**Contraception
progestative
cutanée**



**Contraception
progestative
injectable**

Depoprovera :
Médroxyprogestérone
acétate

Contraception progestative injectable

ATTENTION : du fait du sur risque de méningiome, cette contraception ne doit plus être proposée en 1^{ère} intention
(ANSM 2023: Ce médicament ne doit être utilisé qu'en deuxième intention. Sa prescription peut rester justifiée dans certains cas très particuliers (non-respect de l'observance, intolérance à l'implant sous cutané ou au DIU....)

Pour qui?

- Toutes les femmes qui le souhaitent, en l'absence de contre indications
- Autorisé en période d'allaitement maternel

Prescrit par un.e médecin, sage

Effets indésirables?

Méningiome (+++), prise de poids, bouffée de chaleur...

Combien ça coute?

- <26 ans: remboursé 100% sans avance de frais
- >26 ans: remboursé 65% (coût de base: 2,56€ / injection).

Quand commencer une contraception hormonale?

- Si rapports sexuels
 - A débiter en priorité en **quick start** = à n'importe quel moment du cycle
 - Si la patiente le souhaite, possibilité d'attendre le 1^{er} jour des prochains saignements
 - **Attention** : effet protecteur à partir de **J8**
 - protéger les rapports sexuels jusqu'à J7 ...
 - ... et si échec du préservatif : prendre la pilule d'urgence
 - En cas de doute et si prise de risque, ne pas hésiter à recommander de réaliser un test de grossesse urinaire 2 à 3 semaines après le début de la contraception
- Si pas de rapports sexuels
 - Possibilité (ou non) d'attendre le 1^{er} jour des règles

Relai contraceptif : la technique du chevauchement

Formagyn : Changer de contraception - La technique du chevauchement



Initiale \ Relais	Pilule	Patch	Anneau	Micro-progestatifs	Depo-Provera	Implant	SIU	DIU
Pas de contraception	Au plus tôt + Protection 7 j	Jusqu'à 5 j après le rapport à risque ou date d'ovul. théorique.						
Pilule minidosée	Relais immédiat après le dernier comprimé actif	Jusqu'à 5 j après le dernier comprimé.						
Patch	Relais immédiat après le retrait		Relais immédiat après le retrait	Jusqu'à 5 j après le retrait.				
Anneau	Relais immédiat après le retrait	Relais immédiat après le retrait		Relais immédiat après le retrait	Jusqu'à 5 j après le retrait.			
Microprogestatifs	Chevauchement de 7 jours	Chevauchement de 7 jours	Chevauchement de 7 jours		Chevauchement de 7 jours	Chevauchement de 7 jours	Chevauchement de 7 jours	Jusqu'à 5 j après le dernier comprimé.
Depo-Provera	Jusqu'à 12 sem après la dernière injection		Jusqu'à 12 sem après la dernière injection	Jusqu'à 12 sem après la dernière injection	Jusqu'à 12 sem + 5 jours après la dernière injection			
Implant	Chevauchement de 7 jours	Relais immédiat après le retrait	Chevauchement de 7 jours	Jusqu'à 5 j après le retrait.				
SIU (Mirena°...)	Chevauchement de 7 jours	Relais immédiat après le retrait	Jusqu'à 5 j après le retrait.					
DIU (Cuivre)	Chevauchement de 7 jours	Relais immédiat + Protection 7 j	Relais immédiat après le retrait.					
Lévonorgestrel 1,5 mg	Relais immédiat + Protection 7 j	Relais immédiat						
Ulipristal 30 mg	5 jours après + Protection 15 j	Relais immédiat						

Relais immédiat	Chevauchement	5 jours après	Protection 7 jours
Changez directement d'une contraception à l'autre sans délai.	Commencer la prochaine contraception avant d'arrêter la précédente. Cela laisse le temps à la future contraception d'être efficace.	Une diminution théorique des effets de l'ulipristal est possible si une contraception hormonale est débutée trop tôt. Elle devra être commencée 5 jours après la prise de ce type de contraception d'urgence.	Vous n'êtes pas sûr de ce qu'il faut faire ? Vous pouvez utiliser cette méthode dans tous les cas. Une contraception complémentaire par préservatif ou spermicide est alors nécessaire jusqu'à 7 jours après le début de la nouvelle contraception.

Renouvellement de la contraception hormonale OP et progestative

- De préférence au cours d'une consultation dédiée...
 - MAIS si pas possible : renouveler pour ne pas risquer une rupture contraceptive tout en proposant de revoir la patiente
- Réévaluer l'indication et les contre indications
 - apparition de nouveaux antécédents personnels/familiaux
- Vérifier l'adhésion
- Vérifier TA/poids/IMC
- Surveillance biologie : EAL + GAJ à 3 mois de la primo prescription, tous les 5 ans par la suite (pour les COP)
- En profiter pour proposer la mise à jour du suivi gynécologique (FCV), dépister les violences, parler des vaccinations, qualité de vie sexuelle...



Contraception
progestative
endo utérine

les SIU (Système intra
utérin) : levonorgestel

Contraception progestative endo-utérine

Pour qui?

- Pour toutes les femmes qui en font la demande en respectant les contre indications générales des progestatifs ET leur contre indications spécifiques : TVP/EP <6 mois, cancer hormonodépendant, dysplasie cervicale, cancer col/corps utérin, anomalies hépatiques/cancer hépatique
- Autorisé en cas d'allaitement maternel

Pour combien de temps?

- tailles et dosages différents
- Taille standard : 52mg de levonorgestrel (*Mirena*® efficace 6 à 8 ans)
- Petite taille : 19,5mg (*Kyleena*® efficace 5 ans) et 13,5mg (*Jaydess*® efficace 3 ans)

Contraception progestative endo-utérine

C'est quoi les effets indésirables?

- modification du rythme des saignements, aménorrhée...

Combien ça coute?

- < 26 ans: remboursé à 100%
- > 26 ans remboursé 65% (prix de base autour de 110€).

Pose d'un SIU/DIU

Quand ?

- le plus souvent pendant les règles
- MAIS possible à n'importe quel moment tant que le risque de grossesse est éliminé (BHCG avant si possible puis 15 jours/3 semaines après la pose si prise de risque)
- possible 4 semaines après accouchement voie basse, 6 semaines après une césarienne

Pas de prémédication systématique pour la pose mais des options sont possibles:

- Anti inflammatoires (pas d'efficacité démontrée avant la pose, peuvent être efficaces après la pose)
- Gel de lidocaïne intra utérin

SIU/DIU : cas particuliers...

- Que faire si grossesse sous DIU?
 - Fils visibles : **retrait** du DIU (information de la patiente du risque de Fausse Couche Spontanée (FCS))
 - Fils non visibles : **surveillance** de la grossesse en milieu spécifique (risques d'infection, de FCS, perforation prématurée des membranes)
- Et si on ne voit pas les fils?
 - Plusieurs possibilités : expulsion? Dans le col? Perforation utérine? Grossesse?
 - Demander une **échographie +/- radio de l'abdomen (ASP)** pour localiser un DIU qui se trouverait en dehors de l'utérus (dans ce cas, patiente à adresser en gynécologie pour prise en charge)