

*J'aimerais essayer un autre moyen contraceptif que la pilule que je prends depuis 15 ans.
Peut-on recourir au patch ou à l'anneau vaginal ?*

Jusqu'à ce jour la pilule reste le moyen contraceptif privilégié par une majorité de femmes, un récent sondage le confirme pour la Belgique. Mais les deux nouvelles méthodes présentes sur le marché depuis cette année ont toutes les chances de rivaliser avec la pilule car, parmi leurs avantages, elles libèrent les utilisatrices du risque d'oubli qui est la principale cause d'échec de celle-ci. De nombreuses femmes, selon les enquêtes, oublient effectivement régulièrement leur dose hormonale quotidienne ou ignorent le fait que les vomissements, diarrhées ou la prise de certains médicaments tels que les antibiotiques réduisent l'efficacité de leur contraception. Il faut recourir à une protection complémentaire, à savoir le préservatif, dans ces cas précis, si on veut éviter tout risque de grossesse. Le patch et l'anneau vaginal sont des méthodes hormonales contenant progestérone et oestrogènes à l'instar de la pilule. Les effets et les risques sont comparables, mais dû à leur mode de diffusion dans l'organisme qui évite le passage par le système digestif, leur dosage est moins important et les effets secondaires sont moindres. Le patch s'applique directement sur la peau une fois par semaine pendant trois semaines, suivies d'une semaine de pause et l'anneau s'introduit dans le vagin comme un tampon, il y est maintenu pendant les trois semaines du cycle également, les hormones étant absorbées par la muqueuse. L'un et l'autre semblent être bien tolérés par les utilisatrices. Le prix peut décourager certaines, si le coût de la plupart des pilules varie de 10 à 27 euros selon la marque pour couvrir trois mois, le patch revient à environ 34 euros et l'anneau à 35 euros pour la même période. N'oublions pas qu'aucune de ces trois méthodes contraceptives ne protège contre les M.S.T, qu'elles sont déconseillées aux fumeuses et que le gynécologue reste le mieux placé pour conseiller la femme en fonction de ses caractéristiques propres, son mode de vie et ses préférences.

Florence Loos,
Psychosexologue au C.P.F. de Lasne, La Hulpe et Rixensart