

# Choisir son stérilet



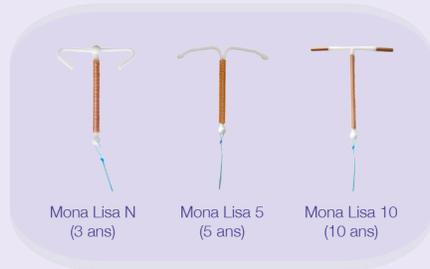
Clinique des femmes  
de l'Outaouais

228, boul. St-Joseph, local 201,  
Gatineau (Qc) J8Y 3X4

[www.cliniquedesfemmes.com](http://www.cliniquedesfemmes.com)

(819) 778-2055

## CUIVRE



**Mode d'action :** Diminue la mobilité des spermatozoïdes et crée un processus inflammatoire de la muqueuse.

**Taux d'efficacité :** 99.1%

Le cuivre est principalement conçu pour :

- toutes les femmes;
- la continuité d'un cycle menstruel;
- les femmes qui ne veulent pas d'hormone;
- une durée de vie de 3, 5 ou 10 ans, au choix, le 3 ans étant recommandé pour les femmes qui n'ont pas eu d'enfant car le dispositif est plus petit;
- être efficace immédiatement après la pose. Il peut être utilisé comme stérilet d'urgence dans les 7 jours suivant une relation sexuelle non protégée.

Certaines femmes peuvent avoir :

- des menstruations plus abondantes ou douloureuses;
- des douleurs pelviennes occasionnelles ou persistantes.

Pendant la pose, certaines femmes peuvent :

- avoir des douleurs abdominales (s'attendre à 2-3 crampes intenses);
- avoir des douleurs aux cuisses;
- avoir des douleurs au bas du dos;
- avoir des saignements;
- ressentir des nausées, étourdissements, bouffées de chaleur ou une faiblesse.

## JAYDESS®



**Mode d'action :** Il agit en réduisant l'épaississement de la muqueuse qui tapisse l'intérieur de l'utérus. Il épaissit aussi la glaire cervicale pour empêcher le passage des spermatozoïdes.

**Taux d'efficacité :** 99.8%

Le Jaydess® est principalement conçu pour :

- toutes les femmes et recommandé pour les femmes qui n'ont pas eu d'enfant car le dispositif est plus petit;
- diminuer les menstruations ;
- diminuer les douleurs menstruelles;
- une durée de vie de 3 ans;
- être efficace 24 h après l'insertion.

Certaines femmes peuvent avoir :

- des maux de tête;
- des nausées;
- des changements d'humeur;
- une tendance à la dépression;
- des douleurs aux seins;
- des douleurs pelviennes occasionnelles ou persistantes;
- des menstruations ou des saignements irréguliers;
- de l'acné.

Après la pose, certaines femmes peuvent avoir :

- la sensation de vouloir uriner ou aller à la selle;
- des douleurs ou crampes abdominales, une sensation de ballonnement, des saignements vaginaux ressemblant à une menstruation ou une impression de jambes lourdes, le tout pouvant durer de quelques jours à une semaine.

## MIRENA®



**Mode d'action :** Il agit en réduisant l'épaississement de la muqueuse qui tapisse l'intérieur de l'utérus. Il épaissit aussi la glaire cervicale pour empêcher le passage des spermatozoïdes.

**Taux d'efficacité :** 99.8%

Le Mirena® est principalement conçu pour :

- toutes les femmes;
- diminuer le flux menstruel, pouvant même aller jusqu'à l'arrêt total des menstruations;
- diminuer les douleurs menstruelles;
- une durée de vie de 5 ans;
- être efficace de 24 à 48h après l'insertion.

Certaines femmes peuvent avoir :

- des maux de tête;
- des nausées;
- des changements d'humeur;
- une tendance à la dépression;
- des douleurs aux seins;
- des douleurs pelviennes occasionnelles ou persistantes;
- des menstruations ou des saignements irréguliers;
- de l'acné;
- une prise de poids;
- du spotting de 0 à 3 mois après la pose, pouvant même aller jusqu'à 6 mois.

\* Ce dépliant vous est remis à titre informatif mais il ne remplace en aucun cas la monographie du fabriquant de chacun des stérilets.

## Risques associés à l'utilisation

- Expulsion;
- Perforation (lors de la pose);
- Infection.

## Consignes avant l'installation du stérilet

- Aucune relation sexuelle/pénétration même avec un condom
- du 1er jour de la menstruation jusqu'à la pose du stérilet.
- faire un test de grossesse urinaire le \_\_\_\_\_ et pas de relation sexuelle du \_\_\_\_\_ au \_\_\_\_\_.

## Rendez-vous

- Mirena®
- Jaydess®
- Cuivre

Votre rendez-vous est le : \_\_\_\_\_ à \_\_\_\_\_

## Important

Le jour de l'installation de votre stérilet, il ne faut pas oublier d'apporter votre carte d'assurance maladie. Sinon, la visite médicale devra être payée. Il faut prévoir des frais de 55\$ pour l'achat du stérilet en cuivre, que nous vendons à la Clinique des femmes. Nous acceptons l'argent comptant, Interac ou Visa.

Les Mirena® et Jaydess® doivent être achetés à une pharmacie avant votre rendez-vous. Vous devez contacter votre compagnie d'assurance pour vérifier sa couverture. Il est couvert à 80 % si vous avez les assurances médicaments de la RAMQ.

## Consignes le jour de la pose du stérilet

- Prendre 3 comprimés d'Advil® 200 mg avec nourriture 1 heure avant la pose de stérilet.
- Mettre 2 comprimés de Cytotec® 200 ug intra-vaginal 4 heures avant la pose du stérilet.

La pose du stérilet ne durera que quelques minutes. Nous vous demandons de patienter une dizaine de minutes dans la salle d'attente afin de s'assurer que vous vous sentez assez bien pour quitter.

## Consignes post-installation du stérilet

- Aucune relation sexuelle pour 72 heures;
- Pas de tampon pour 72 heures;
- Vérifier les fils du stérilet au besoin;
- Prendre un anti-inflammatoire si besoin pour les crampes abdominales;
- Appliquer de la chaleur sur le bas du ventre pour diminuer les crampes.
- En cas de grossesse, consulter un médecin rapidement.

## Suivi médical post-installation du stérilet

Une visite médicale pour un suivi est recommandée 6-8 semaines après l'installation.

- à la Clinique des femmes de l'Outaouais
  - date : \_\_\_\_\_ à \_\_\_\_\_ hr
- avec votre médecin de famille
  - Docteur \_\_\_\_\_

Consultez votre médecin plus tôt ou appelez la Clinique des femmes si vous observez les symptômes suivants :

- fièvre qui survient entre 48 et 72 heures après l'installation;
- impression de toucher une pointe de crayon dans le vagin;
- douleurs ou saignements importants;
- douleurs ou saignements lors des relations sexuelles.

Pour toutes questions ou inquiétudes, vous pouvez contacter la Clinique des femmes au 819-778-2055 ou Info-Santé en composant le 811.