

## KYLEENA® ou 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%

Ils sont principalement conçus pour :

- toutes les femmes;
- diminuer le flux menstruel, et pour le Mirena, peut même aller jusqu'à l'arrêt total des menstruations;
- diminuer les douleurs menstruelles.

Ils peuvent diminuer le risque du cancer de l'endomètre et de l'ovaire.

Certaines femmes peuvent avoir :

- du spotting et/ou des menstruations irrégulières de 0 à 3 mois après la pose, pouvant même aller jusqu'à 6 mois;
- la peau grasse/acné;
- des crampes, sensibilité des seins, pertes vaginales, nausées, perte de cheveux;
- une augmentation de la pilosité;
- des altérations d'humeur.

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.

## CUIVRE



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

**Taux d'efficacité :** 99.2%

Ils sont principalement conçus pour :

- toutes les femmes;
- permettre un cycle menstruel non perturbé;
- les femmes qui ne veulent pas d'hormone;
- être efficace immédiatement après la pose.

Ils peuvent diminuer le risque du cancer de l'endomètre

Certaines femmes peuvent avoir :

- du spotting et/ou des pertes vaginales irrégulières durant le premier mois;
- des menstruations plus abondantes ou douloureuses;
- des douleurs pelviennes occasionnelles ou persistantes;
- une aggravation d'anémie déjà présente.

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.

## À SAVOIR

### Stérilet d'urgence

Le stérilet de cuivre peut être utilisé comme stérilet d'urgence s'il est installé dans les 7 jours suivant une relation sexuelle non protégée.

### Cuivre 3 ans et 5 ans, 5 Mini et Kyleena®

Ces stérilets peuvent être utilisés par toutes les femmes mais puisqu'ils sont plus petits, ils sont particulièrement recommandés pour les femmes n'ayant pas eu d'enfants.

### Risques associés à l'utilisation des stérilets

- expulsion 2 à 5/100
- infection 5/1000
- perforation (lors de la pose) 1/1000

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

\* Les images représentent les principaux stérilets utilisés à la Clinique des femmes. D'autres modèles existent.



## Consignes avant l'installation du stérilet

Si une contraception hormonale est utilisée, continuez à la prendre jusqu'à la pose du stérilet, incluant la journée même.

Si vous avez un stérilet de cuivre en place et vous le changez pour un stérilet hormonal, vous devez utiliser un condom pendant 7 jours avant le changement de stérilet.

Si vous n'utilisez aucune contraception hormonale, n'ayez aucune relation sexuelle/pénétration même avec un condom à partir :

- du 1<sup>er</sup> 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®     Kyleena®     Cuivre

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

Les stérilets doivent être achetés en pharmacie. Prenez-vous quelques jours d'avance puisqu'il se peut que la pharmacie n'ait pas le modèle de votre choix en stock.

Le jour de l'insertion, assurez-vous d'apporter votre carte RAMQ valide, sinon il y aura des frais.

## Consignes le jour de la pose du stérilet

- Prendre 3 comprimés d'Advil® 200 mg avec de la nourriture 1 heure avant la pose de stérilet si vous n'avez pas de contre-indication.

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

NE RIEN INSÉRER DANS LE VAGIN PENDANT 3 JOURS APRÈS L'INSTALLATION.

Si vous n'utilisez pas de contraception pré-insertion, utilisez un condom pendant 7 jours après.

Si vous utilisez une contraception hormonale pré-insertion, continuez de la prendre pendant 7 jours.

Si vous aviez un stérilet de cuivre en place et vous l'avez changé pour un stérilet hormonal, vous devez utiliser un condom pendant 7 jours après le changement de stérilet.

## Suivi médical post-installation du stérilet

Une visite médicale pour un suivi est recommandée 4-6 semaines après l'installation.

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

Consultez plus tôt si vous observez les symptômes suivants :

- sécrétions vaginales nauséabondes et/ou de la fièvre 48 à 72 heures après l'installation;
- impression de toucher une pointe de crayon dans le fond du vagin;
- douleurs ou saignements importants;
- douleurs ou saignements lors des relations sexuelles;
- impossibilité de toucher vos fils alors que vous les sentiez avant.

# Choisir son stérilet



Clinique des femmes  
de l'Outaouais

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

228, boul. St-Joseph, local 201,  
Gatineau (Qc) J8Y 3X4  
www.cliniquedesfemmes.com  
(819) 778-2055