

LA DIRECTION PROVINCIALE
DE L'ACTION SANITAIRE
ET SOCIALE (DPASS)

Des professionnels proches de vous



MA CONTRACEPTION

LA DATE DE MA GROSSESSE,
JE LA CHOISIS



province-sud.nc

webtv.province-sud.nc



LA CONTRACEPTION, C'EST QUOI ?

CE SONT TOUS LES MOYENS QUI PERMETTENT D'AVOIR DES RAPPORTS SEXUELS SANS RISQUE DE GROSSESSE.

Je choisis le moment de ma grossesse.



Taille réelle : 4 cm de long sur 2 mm de diamètre

LES PRINCIPAUX MOYENS DE CONTRACEPTION

1 LA PILULE Méthode hormonale

- ▶ Prescrite par un médecin ou une sage-femme.
- ▶ À prendre 1 fois par jour.
- ▶ Remboursable ou gratuite dans les Centres Médico-Sociaux (CMS).



Quand on l'arrête ou si on l'oublie, on peut tomber enceinte.

2 LE PRÉSERVATIF MASCULIN OU FÉMININ Méthode mécanique

- ▶ Indispensable dès le premier rapport sexuel.
- ▶ Seul moyen de contraception qui protège des grossesses non désirées **et** des IST (Infections Sexuellement Transmissibles).
- ▶ Gratuit dans les infirmeries scolaires, Centres Médico-Sociaux (CMS), à l'ESPAS-CMP, au Centre de Conseil Familial (CCF) ou auprès des associations (Solidarité Sida, CP2S, Diversités NC).
- ▶ En vente libre dans les commerces et pharmacies.

À associer à tout autre moyen de contraception pour se protéger des IST.

- Le préservatif masculin se déroule sur le pénis en érection avant la pénétration.
- Le préservatif féminin se place dans le vagin jusqu'à 4 heures avant le rapport sexuel.



Aucun moyen de contraception ne rend stérile.

3 LE STÉRILET Méthode mécanique ou hormonale

- Pour toutes les femmes, même celles n'ayant jamais eu d'enfant.
- Posé et retiré par un médecin ou une sage-femme.
- Efficace entre 3 et 10 ans en fonction du modèle.



Ce dispositif intra-utérin ne rend pas stérile et n'occasionne aucune maladie comme le cancer.

LES PRÉSERVATIFS MASCULINS ET FÉMININS

- A - C'est ma première fois : je n'en ai pas besoin ☐ VRAI ☐ FAUX
- B - Ils protègent contre les IST* et le virus du SIDA : ☐ VRAI ☐ FAUX
- *Infections Sexuellement Transmissibles
- C - Je peux avoir des préservatifs gratuitement : ☐ VRAI ☐ FAUX

LA PILULE

- A - Je dois voir un médecin ou une sage-femme pour avoir la pilule : ☐ VRAI ☐ FAUX
- B - Je prends la pilule avant chaque rapport sexuel : ☐ VRAI ☐ FAUX
- C - Une femme qui prend la pilule pendant plusieurs années devient stérile : ☐ VRAI ☐ FAUX

L'IMPLANT

- A - Il reste dans le bras toute la vie : ☐ VRAI ☐ FAUX
- B - Il protège contre les infections sexuellement transmissibles (IST) et le virus du SIDA : ☐ VRAI ☐ FAUX
- C - Je peux quand même être enceinte avec l'implant ☐ VRAI ☐ FAUX

4 L'IMPLANT Méthode hormonale

- Un moyen de contraception très efficace.
- Doit être remplacé tous les 3 ans lors d'une visite médicale.
- Placé (ou enlevé) sous anesthésie locale par un médecin ou une sage-femme.

L'implant ne protège pas des IST et du virus du SIDA. Comme la pilule, il met les organes génitaux en sommeil. Quand il est retiré, on peut tomber enceinte.

5 LA CONTRACEPTION D'URGENCE

- Doit être prise le plus vite possible et au plus tard 3 à 5 jours après le rapport sexuel non ou mal protégé (accident de préservatif).
- Disponible dans les CMS, au Centre de Conseil Familial, à l'infirmerie scolaire, aux Urgences du Médipôle et dans les pharmacies sans ordonnance (gratuite pour les mineures).



La contraception d'urgence ne rend pas stérile, quel que soit le nombre de prises. C'est une mesure d'urgence, pas une contraception régulière.

LE STÉRILET (ou DIU)

- A - Une femme n'ayant jamais eu de grossesse peut avoir un stérilet ☐ VRAI ☐ FAUX
- B - Il rend les femmes stériles : ☐ VRAI ☐ FAUX
- C - Il donne le cancer : ☐ VRAI ☐ FAUX

CONTRACEPTION D'URGENCE

- A - On l'appelle aussi pilule du lendemain : ☐ VRAI ☐ FAUX
- B - Je dois absolument la prendre le lendemain : ☐ VRAI ☐ FAUX
- C - Après 3 utilisations, je risque d'être stérile : ☐ VRAI ☐ FAUX

Pour savoir si vous êtes incollable sur la contraception, consultez les réponses page suivante !

VOUS PENSEZ AVOIR PRIS UN RISQUE ?

En province Sud, vous pouvez vous faire dépister et soigner contre les infections sexuellement transmissibles :

- ▶ dans les Centres Médico-Sociaux (CMS),
- ▶ à l'ESPAS-CMP, où les consultations sont gratuites, accessibles à tous et sans rendez-vous.

ET SI UNE GROSSESSE ARRIVE ?

Je n'ai pas eu mes règles et après un test, je constate que je suis enceinte.

J'ai un choix à faire :

• j'envisage de poursuivre cette grossesse

Je dois consulter un médecin ou une sage-femme, faire la déclaration de la grossesse à la CAFAT/Aide Médicale avant 14 semaines. Il va me falloir penser à préparer la naissance d'un enfant.

• j'envisage d'arrêter la grossesse par une Interruption Volontaire de Grossesse – IVG

Je dois consulter rapidement un médecin ou une sage-femme, notamment dans un CMS ou au CCF.

L'accord des parents n'est pas obligatoire pour les mineures ; il est seulement recommandé.

L'IVG ne peut se faire qu'avant 3 mois de grossesse. Elle est entièrement prise en charge par la CAFAT ou l'Aide Médicale.

DÉS PROFESSIONNELS MÉDICAUX ET SOCIAUX RÉPONDENT À VOS QUESTIONS

Sur les deux pages suivantes, vous trouverez le contact de professionnels compétents à qui vous pouvez adresser vos questions, parler de vos inquiétudes.

- ▶ Les infirmières scolaires
- ▶ Les médecins
- ▶ Les pharmaciens
- ▶ Les gynécologues privés
- ▶ Les sages-femmes libérales

MÉDIPÔLE

Service de Gynécologie _____ 20 83 02

CENTRE MÉDICAL CAFAT

Receiving _____ 26 02 10

Rivière-Salée _____ 43 23 40

RÉPONSES DU QUIZ

Préservatifs A - Faux, B - Vrai, C - Vrai.

Pilule A - Vrai, B - Faux, C - Faux.

Implant A - Faux, B - Faux, C - Faux.

Stérilet A - Vrai, B - Faux, C - Faux.

Contraception d'urgence A - Vrai, B - Faux, C - Faux.

Une réponse vous surprend ? Vous souhaitez des informations supplémentaires ? N'hésitez pas à contacter les médecins dont les numéros se trouvent ci-dessus et page suivante.

STRUCTURES PROVINCIALES

► Centre médico-social (CMS) _____ de Boulari	43 53 77
► UPASS La Foa - Bourail _____ site de BOURAIL - Jeanne Boutin	20 46 30
► Centre médico-social (CMS) _____ de Dumbéa	41 80 08
► UPASS La Foa-Bourail _____ site de La Foa - Joël Pime	20 46 00
► Centre médical polyvalent (CMP) _____ (Espas CMP)	20 47 40
► Centre médico-social (CMS) _____ de Kaméré	20 45 60
► Centre médico-social (CMS) _____ de Saint Quentin	43 66 86
► Centre médico-social de Païta (CMS) _____	20 45 70
► UPASS de Thio _____	20 46 60
► Centre médico-social (CMS) _____ de Vao - Île des Pins	46 11 15
► Centre médico-social (CMS) _____ de Waho - Yaté	46 41 35
► Pôle de service public _____ de Rivière-Salée	43 34 11
► UPASS de Montravel	
▷ Centre de Conseil Familial (CCF) _____	27 23 70
▷ PMI _____	27 53 48
▷ Centre médico-scolaire _____	27 33 60
► Mission à la Condition Féminine _____	25 20 47