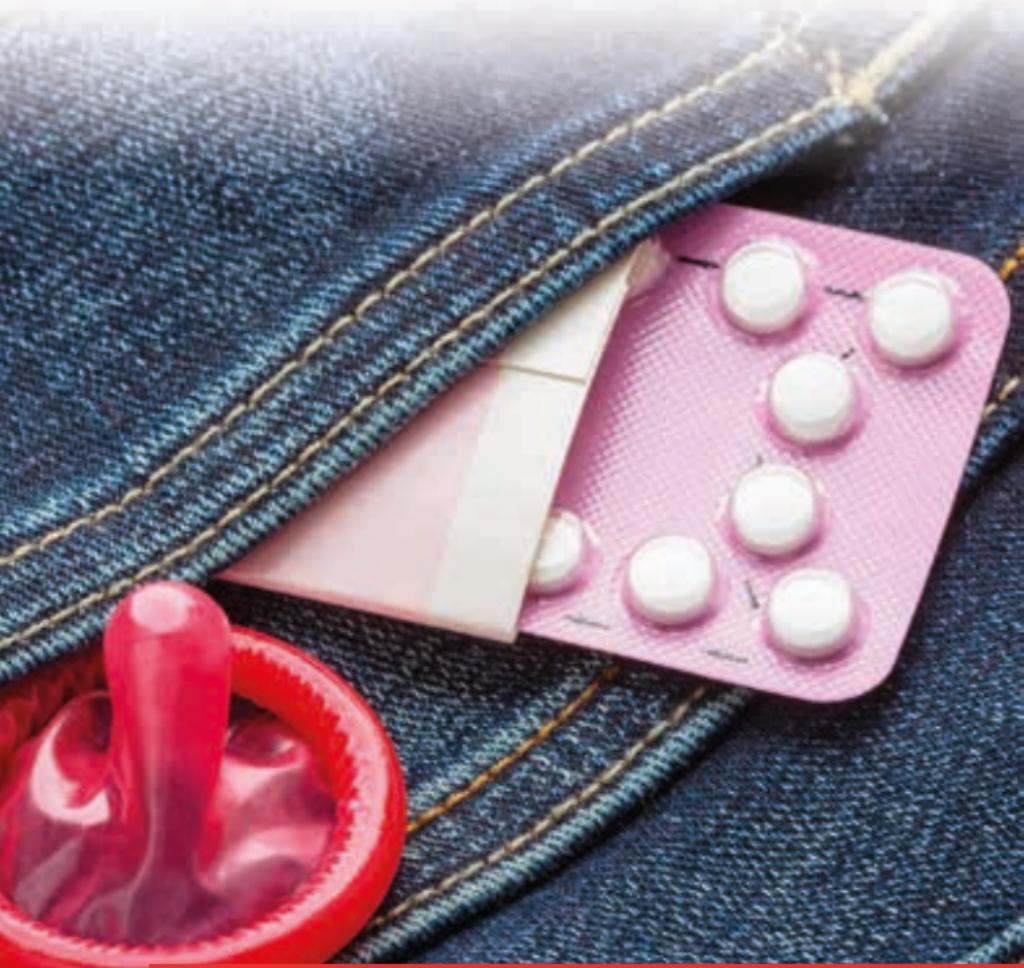


LA DIRECTION PROVINCIALE
DE L'ACTION SANITAIRE
ET SOCIALE (DPASS)

Des professionnels proches de vous

SANTÉ
SEXUELLE



MA CONTRACEPTION LA DATE DE MA GROSSESSE, JE LA CHOISIS

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.



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.

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'infirmérie 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.

QUIZ

LES PRÉSERVATIFS MASCULINS ET FÉMININS

- | | | |
|--|-------------------------------|-------------------------------|
| A - C'est ma première fois : je n'en ai pas besoin | <input type="checkbox"/> VRAI | <input type="checkbox"/> FAUX |
| B - Ils protègent contre les IST* et le virus du SIDA :
*Infections Sexuellement Transmissibles | <input type="checkbox"/> VRAI | <input type="checkbox"/> FAUX |
| C - Je peux avoir des préservatifs gratuitement : | <input type="checkbox"/> VRAI | <input type="checkbox"/> FAUX |

LA PILULE

- | | | |
|--|-------------------------------|-------------------------------|
| A - Je dois voir un médecin ou une sage-femme pour avoir la pilule : | <input type="checkbox"/> VRAI | <input type="checkbox"/> FAUX |
| B - Je prends la pilule avant chaque rapport sexuel : | <input type="checkbox"/> VRAI | <input type="checkbox"/> FAUX |
| C - Une femme qui prend la pilule pendant plusieurs années devient stérile : | <input type="checkbox"/> VRAI | <input type="checkbox"/> FAUX |

L'IMPLANT

- | | | |
|--|-------------------------------|-------------------------------|
| A - Il reste dans le bras toute la vie : | <input type="checkbox"/> VRAI | <input type="checkbox"/> FAUX |
| B - Il protège contre les infections sexuellement transmissibles (IST) et le virus du SIDA : | <input type="checkbox"/> VRAI | <input type="checkbox"/> FAUX |
| C - Je peux quand même être enceinte avec l'implant | <input type="checkbox"/> VRAI | <input type="checkbox"/> FAUX |

LE STÉRILET (ou DIU)

- | | | |
|---|-------------------------------|-------------------------------|
| A - Une femme n'ayant jamais eu de grossesse peut avoir un stérilet | <input type="checkbox"/> VRAI | <input type="checkbox"/> FAUX |
| B - Il rend les femmes stériles : | <input type="checkbox"/> VRAI | <input type="checkbox"/> FAUX |
| C - Il donne le cancer : | <input type="checkbox"/> VRAI | <input type="checkbox"/> FAUX |

CONTRACEPTION D'URGENCE

- | | | |
|--|-------------------------------|-------------------------------|
| A - On l'appelle aussi pilule du lendemain : | <input type="checkbox"/> VRAI | <input type="checkbox"/> FAUX |
| B - Je dois absolument la prendre le lendemain : | <input type="checkbox"/> VRAI | <input type="checkbox"/> FAUX |
| C - Après 3 utilisations, je risque d'être stérile : | <input type="checkbox"/> VRAI | <input type="checkbox"/> FAUX |

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

VOUS PENSEZ AVOIR PRIS UN RISQUE ?

DES PROFESSIONNELS MÉDICAUX ET SOCIAUX RÉPONDENT À VOS QUESTIONS

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.

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) _____ 43 53 77
de Boulari
- ▶ UPASS La Foa - Bourail _____ 20 46 30
site de BOURAIL - Jeanne Boutin
- ▶ Centre médico-social (CMS) _____ 41 80 08
de Dumbéa
- ▶ UPASS La Foa-Bourail _____ 20 46 00
site de La Foa - Joël Pime
- ▶ Centre médical polyvalent (CMP) _____ 20 47 40
(Espas CMP)
- ▶ Centre médico-social (CMS) _____ 20 45 60
de Kaméré
- ▶ Centre médico-social (CMS) _____ 43 66 86
de Saint Quentin
- ▶ Centre médico-social de Païta (CMS) _____ 20 45 70
- ▶ UPASS de Thio _____ 20 46 60
- ▶ Centre médico-social (CMS) _____ 46 11 15
de Vao - Île des Pins
- ▶ Centre médico-social (CMS) _____ 46 41 35
de Waho - Yaté
- ▶ Pôle de service public _____ 43 34 11
de Rivière-Salée
- ▶ 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



Direction Provinciale de l'Action Sanitaire et Sociale (DPASS)
5, rue Gallieni, immeuble Gallieni
BP U2 98845 - Nouméa CEDEX
Tél. 20 44 00 (standard)