

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



Des professionnels de santé proches de vous.



MA
CONTRACEPTION
ET LA DATE DE MA GROSSESSE,
JE LES CHOISIS

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.



LES PRINCIPAUX MOYENS DE CONTRACEPTION

LA PILULE Méthode hormonale

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



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

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.

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.

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.

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).
- ▶ Test de grossesse à effectuer 15 jours après la prise de la contraception d'urgence.



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 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

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,
- ▶ au Centre de Conseil Familial (CCF) où les consultations et les traitements sont gratuits et accessibles à tous.

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 le 4^e mois de grossesse. 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 peut se faire jusqu'à 12 semaines de grossesse. Elle est entièrement prise en charge par la CAFAT ou l'Aide Médicale.

DÈS PROFESSIONNELS MÉDICAUX ET SOCIAUX REPONDENT 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

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) _____ 20 53 53
de Boulari
- ▶ UPASS Jeanne Boutin (Bourail) _____ 20 46 30
- ▶ Centre médico-social (CMS) _____ 20 47 20
de Dumbéa
- ▶ Centre médico-social (CMS) Joël Pime _____ 20 46 00
de La Foa (Farino - Moindou - Boulouparis)
- ▶ UPASS de Païta _____ 20 45 70
- ▶ UPASS de Thio _____ 20 46 60
- ▶ UPASS de Vao (Île des Pins) _____ 20 53 80
- ▶ UPASS de Waho (Yaté) _____ 20 53 70

NOUMÉA

- ▶ Centre médical polyvalent (Espas CMP) _____ 20 47 40
- ▶ Centre médico-social (CMS) de Kaméré _____ 20 45 60
- ▶ Centre de Santé de la famille (CSF) de Montravel
- ▶ Centre de Conseil Familial (CCF) _____ 20 53 30
- ▶ PMI _____ 20 53 20
- ▶ Centre médico-scolaire _____ 20 53 00
- ▶ Mission à la Condition Féminine _____ 25 20 47