



Pour qu'il y ait grossesse,
5 conditions doivent être remplies

- L'homme apporte des spermatozoïdes
- Le col doit être perméable
- La femme doit ovuler
- Les trompes doivent être perméables
- L'œuf doit pouvoir s'implanter

Les méthodes contraceptives vont agir
en s'opposant à l'une ou l'autre
de ces 5 conditions et ainsi empêcher
la survenue d'une grossesse,
soit en agissant sur les hormones
soit par un moyen mécanique

Si vous souhaitez profiter pleinement
de votre bébé, reprendre des forces
et ne pas être enceinte tout de suite,
demandez une contraception
à votre gynécologue

Le TMS de l'ONE
est aussi à votre disposition
pour répondre à vos questions.

SACHEZ qu'en cas d'oubli de pilule,
de rupture de préservatif,
ou de tout autre échec de contraception,
vous pouvez recourir
à la **PILULE DU LENDEMAIN**
que vous pouvez vous procurer
directement chez votre pharmacien.

Conception :
Infographie O.N.E. - Dominique VINCENT

Crédit photos :
Xavier Meur

Editrice responsable :
Danièle LECLEIR
Chaussée de Charleroi, 95
1060 Bruxelles

N° d'éditrice : D/2006/74.80/51



www.one.be

Encore un bébé
mais
pas tout de suite



Quelques conseils à suivre
pour ne pas être enceinte trop vite
après l'accouchement.

Après l'accouchement : une période de vie particulière !

Votre corps a changé, vous donnez le sein ?
Vous avez eu une césarienne ?

LE CHOIX D'UNE CONTRACEPTION VA TENIR COMPTE DE CES CHANGEMENTS.

L'allaitement maternel exclusif,
à la demande, est une bonne méthode de contraception.
Mais son efficacité diminue au cours du temps
et surtout avec la diminution du nombre
de tétées journalières.

C'EST POURQUOI L'ON RECOMMANDE UNE CONTRACEPTION COMPLÉMENTAIRE, MÊME PENDANT L'ALLAITEMENT.

Si vous avez utilisé la micropilule
pendant la période d'allaitement,
poursuivez **LA CONTRACEPTION**,
lors du **SEVRAGE**, jusqu'au retour
des règles et au passage
à une autre méthode
de contraception.



Si vous donnez le sein ...

La pilule classique, le patch ou l'anneau vaginal
(méthodes hormonales) sont contre-indiqués.

On préfère alors soit :

- la **MICROPILULE** que l'on prend
 - tous les jours
 - sans arrêt entre les plaquettes
 - à la même heure
 - dès le retour de la maternité
- **L'IMPLANT** (petit bâtonnet placé sous la peau au niveau du bras et qui diffuse de la progestérone) peut être placé dès avant le retour à domicile.
- Si vous désirez un **STÉRILET** (petit instrument en plastique qui se place dans l'utérus),
 - il est conseillé de le placer 2 mois après l'accouchement, lors de la 2ème visite postnatale.
 - En cas de **CESARIENNE**, on attendra 6 mois.

*!!!! Entre l'accouchement et la pose du stérilet,
on prendra la micropilule*

- Les **PRÉSERVATIFS**, bien utilisés, sont une bonne méthode de contraception.
- La **PIQÛRE** peut être faite avant la sortie de la maternité et doit être renouvelée tous les 3 mois.

Si vous donnez le biberon ...



La pilule classique, le patch ou l'anneau vaginal
sont des méthodes hormonales très efficaces.

- Certains préfèrent les prescrire après le retour des règles.
On utilisera la micropilule en attendant.
- D'autres les prescrivent dès la sortie de la maternité.
- **LA PILULE CLASSIQUE** prise tous les jours pendant 3 semaines avec un arrêt d'une semaine entre chaque tablette est une méthode très efficace, si on la prend régulièrement sans l'oublier.
- **LE PATCH**, pastille que l'on colle sur la peau une fois par semaine, et qui diffuse les mêmes hormones que la pilule conviendra à celles qui ont tendance à oublier la pilule.
- **L'ANNEAU VAGINAL** agit comme la pilule et est changé une fois par mois.
Il est très efficace mais il ne sera pas utilisé avant la 2ème visite postnatale.

**POUR L'IMPLANT, LE STÉRILET, LA PIQÛRE
ET LES PRÉSERVATIFS**, les mêmes remarques
que pendant la période d'allaitement sont d'application.