

Dispositif intra-utérin en cuivre (DIU)

Notes :

Ce dépliant est uniquement conçu à des fins éducatives. Il ne remplace pas les conseils ou le jugement des professionnels de la santé. L'information peut ne pas s'appliquer à toutes les situations. Si vous avez des questions, n'hésitez pas à les poser à votre prestataire de soins de santé.

Vous trouverez la présente publication et toutes nos autres ressources à l'intention des patients à :
<https://library.nshealth.ca/Patients-Guides> (en anglais seulement).

Pour joindre un infirmier autorisé ou une infirmière autorisée en Nouvelle-Écosse en tout temps :
composez le 8-1-1 ou consultez
<https://811.novascotia.ca/?lang=fr>.

Préparation : Reproductive Options and Services (ROSE) Clinic
Illustration : LifeART Super Anatomy 3 Images, Copyright © 1994,
TechPool Studios Corp. USA
Conception : Services de la bibliothèque de Santé Nouvelle-Écosse

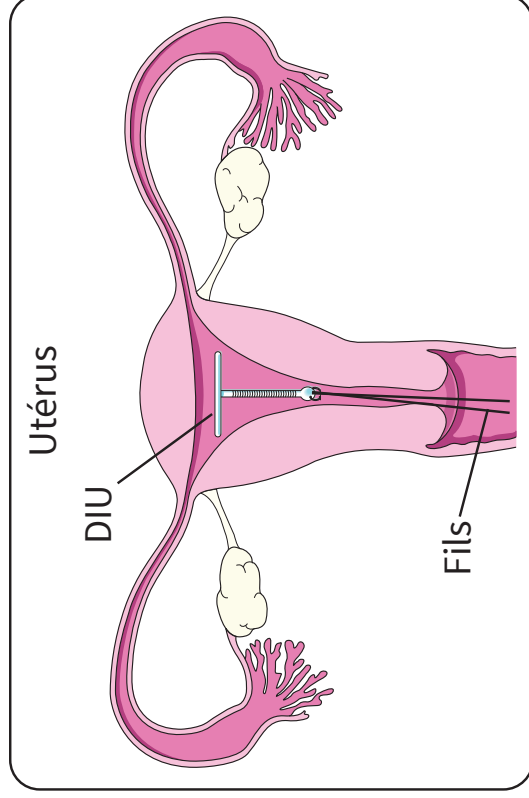
FF85-2021 © Août 2024 Régie de la santé de la Nouvelle-Écosse
L'information contenue dans cette publication doit être révisée en août 2027 ou avant, au besoin.

Also available in English: WP85-0014
Copper Intrauterine Devices (IUDs)

Dispositif intra-utérin en cuivre (DIU)

Qu'est-ce qu'un DIU en cuivre?

- Le dispositif intra-utérin en cuivre (DIU ou stérilet) est un petit dispositif composé de cuivre et d'une matière plastique souple. Il est inséré dans l'utérus par votre prestataire de soins de santé primaires (médecin de famille, infirmier praticien ou infirmière praticienne) pour prévenir les grossesses.



Comment fonctionne le DIU en cuivre?

- Le cuivre modifie la paroi de l'utérus et empêche le sperme d'atteindre l'ovule.

Quelle est l'efficacité du DIU en cuivre?

- Le DIU en cuivre est efficace à 98 % pour prévenir les grossesses pendant 5 ans.

- Si votre prestataire de soins de santé primaires voit que le DIU s'est déplacé hors de l'utérus, il ou elle s'occupera de le faire retirer de façon sécuritaire. Cela est très rare.

Menstruations

- Après l'insertion du DIU, vos menstruations devraient arriver comme prévu, mais elles seront plus abondantes que d'habitude. Après quelques mois, vous aurez une idée de ce qu'elles seront généralement avec le DIU.
- Le corps de chaque personne réagit différemment à la présence du DIU. Si vous avez des questions ou des inquiétudes, communiquez avec votre prestataire de soins de santé primaires.

Retrait du DIU

- Les prestataires de soins de santé primaires qui font des tests Pap peuvent retirer un DIU. Il s'agit d'une intervention très rapide si les fils sont dans le col.
- Un DIU peut être retiré en tout temps. La possibilité de devenir enceinte revient rapidement, souvent dans les 30 jours (1 mois) qui suivent le retrait du DIU.

Pour plus d'information sur la santé sexuelle et reproductive, consultez Le sexe et moi :

> www.sexandu.ca/fr/

- **Appelez votre prestataire de soins de santé primaires si vous présentez un des symptômes suivants :**

- › Douleur qui s'aggrave dans la partie inférieure de l'abdomen (bas-ventre)
- › Pertes vaginales ayant une mauvaise odeur
- › Fièvre (température supérieure à 38 °C ou 100,4 °F)

Disparition des fils

- Si votre prestataire de soins de santé primaires ne peut pas voir les fils du DIU dans le col de votre utérus à votre premier rendez-vous de suivi ou à tout autre rendez-vous par la suite, cela pourrait signifier que le DIU est toujours dans l'utérus et que les fils y sont aussi.

- Votre prestataire de soins de santé primaires demandera qu'on vous fasse passer une échographie pour localiser le DIU. **Utilisez des condoms jusqu'à ce qu'on trouve le DIU.**

- **Si le DIU est au bon endroit**, il n'y a rien à faire. Cela signifie que tout fonctionne. Quand viendra le temps de retirer le DIU, on pourrait vous diriger vers un·e gynécologue (médecin spécialiste du système reproducteur féminin).

- **Si votre prestataire de soins de santé primaires ne voit pas le DIU**, cela signifie qu'il a probablement été poussé hors de l'utérus. Votre prestataire de soins de santé primaires peut retirer le DIU et en insérer un autre.

Avantages du DIU en cuivre :

- Un DIU en cuivre a une durée de vie de 5 ans.
- Pas besoin de se rappeler de prendre une pilule ou d'appliquer un timbre contraceptif.
- Il n'y a pas d'effets secondaires hormonaux.
- Il coûte moins cher que d'autres méthodes de contraception.
- Il est facile pour votre prestataire de soins de santé primaires de l'insérer et de le retirer. Cela ne prend que quelques minutes.
- On ne sent pas le DIU pendant les relations sexuelles.
- C'est une méthode de contraception sans danger pour les personnes :
 - › qui fument et qui ont 35 ans ou plus;
 - › qui ne peuvent pas prendre la pilule contraceptive.

Inconvénients du DIU en cuivre

- Vous ressentirez de la douleur (crampes) au moment de l'insertion du DIU.
- Vous pourriez avoir des menstruations plus abondantes et plus douloureuses, en particulier pendant les premiers mois.

Qu'est-ce qui arrive quand le DIU est inséré?

- Vous pourriez vouloir prendre entre 400 et 600 mg d'ibuprofène (Advil[®], Motrin[®]) environ 1 heure avant votre rendez-vous pour prévenir tout inconfort.

- **Vous ne pouvez pas être enceinte au moment de l'insertion d'un DIU.** Un test de grossesse devra être fait avant l'insertion du DIU.
- Un prélèvement pour vérifier la présence d'une ITS pourrait être fait avant ou pendant le rendez-vous d'insertion du DIU.
- Votre prestataire de soins de santé primaires insérera un spéculum dans votre vagin pour pouvoir voir le col (ouverture) de votre utérus.
- Votre prestataire de soins de santé primaires insérera un instrument dans le col pour mesurer la taille de l'utérus.
- Votre prestataire de soins de santé primaires insérera ensuite le DIU dans votre utérus.
- Vous pourriez avoir des crampes et des saignements légers pendant quelques heures après l'insertion du DIU.

Qu'est-ce qui arrive après l'insertion du DIU?

- Vous pourriez continuer à avoir des crampes pendant quelques heures ou quelques jours.
- Vous pourriez avoir occasionnellement de légers saignements pendant quelques jours.
- **Important : Il ne faut rien insérer dans votre vagin pendant les 24 heures (1 journée) qui suivent l'insertion du DIU.** Cela veut dire pas de tampons, de coupes menstruelles, de crèmes vaginales, de doigts ou de pénis.
- **N'ayez pas de rapports sexuels pendant les 24 heures suivant la pose de votre DIU.**

- Pendant 7 jours après l'insertion du DIU, continuez d'utiliser la méthode contraceptive que vous utilisiez auparavant.
- Prenez un rendez-vous de suivi avec votre prestataire de soins de santé entre 6 et 8 semaines après l'insertion du DIU pour vérifier qu'il est au bon endroit (voir la section suivante).

Déplacement ou perte du DIU

- Le DIU pourrait bouger et ne plus se trouver au bon endroit. Cela peut se produire dans les premières semaines après l'insertion. **Prenez rendez-vous avec votre prestataire de soins de santé primaires (ou à l'endroit de la pose du DIU) dans les cas suivants :**
 - › Vous avez de nouveau des crampes ou vos crampes sont inhabituelles.
 - › Vous sentez un petit bout dur (la partie inférieure du DIU) dans le col de votre utérus.
- **En attendant ce rendez-vous, utilisez des condoms.**

Remarque : Nous ne recommandons plus d'essayer de toucher les fils du DIU, mais si vous les sentez en vous, le DIU n'est pas perdu.

Infections

- Il est très rare d'avoir une infection après l'insertion d'un DIU. **Si vous avez une infection, il faut la traiter immédiatement.**