



Stérilet

🕒 paru le 15/10/2019 • adapté au contexte belge francophone • dernière adaptation de contenu le 06/02/2020 • dernière vérification de mise à jour le 06/02/2020

Un guide-patient est un outil réalisé pour vous aider à faire des choix pour votre santé. Il vous propose des informations basées sur la recherche scientifique. Il vous explique ce que vous pouvez faire pour améliorer votre santé ou ce que les professionnels peuvent vous proposer lors d'une consultation. Bonne lecture !

De quoi s'agit-il ?

Un stérilet ou dispositif intra-utérin (DIU) est un moyen contraceptif. C'est un petit objet qui mesure environ 3 cm et que le médecin place dans l'utérus. C'est un moyen de contraception très fiable.

Il existe deux sortes de stérilets : le stérilet au cuivre et le stérilet hormonal.

Le stérilet au cuivre

Le stérilet au cuivre est constitué d'une armature en plastique entourée d'un fil de cuivre. Il a la forme d'un T ou d'une petite ancre. Il ne contient pas d'hormone. Le cuivre prévient la grossesse de deux manières :

- Le cuivre est toxique pour les spermatozoïdes. Les spermatozoïdes deviennent stériles lorsqu'ils sont dans l'utérus. Ils ne sont donc pas ou presque plus capables de féconder un ovule.
- Le cuivre entraîne des modifications au niveau de la paroi interne (la muqueuse) de l'utérus. Un ovule fécondé ne peut alors s'implanter dans la muqueuse.

Le stérilet hormonal

Le stérilet hormonal est constitué d'une armature en plastique. Il a la forme d'un T. Il dégage, en continu, une petite quantité de progestatif dans l'utérus. Ce progestatif est une hormone sexuelle féminine fabriquée artificiellement, comparable à la progestérone. Ce progestatif prévient la grossesse de deux manières :

- Un ovule fécondé ne peut s'implanter dans la muqueuse utérine.
- Un changement de la glaire au niveau du col de l'utérus (glaire cervicale), empêchant les spermatozoïdes de passer.

Quels sont les avantages du stérilet ?

- Les stérilets sont très fiables.
- Il peut vous arriver d'oublier de prendre la pilule. Avec un stérilet, vous ne devez penser à rien. Selon le type, un stérilet peut rester en place pendant 3 à 10 ans.
- Il est recommandé aux femmes fumeuses de plus de 35 ans de ne pas prendre la pilule, car cette association augmente le risque de formation de caillots de sang (thrombose). Dans ce cas, un stérilet peut être utilisé en toute sécurité parce que le risque de thrombose n'est pas augmenté avec le stérilet.
- Le stérilet est une méthode de contraception sans danger pendant la période d'allaitement.
- Après avoir retiré un stérilet, vous pouvez à nouveau être enceinte tout de suite.
- En cas de rapports sexuels non protégés, un stérilet au cuivre peut être utilisé comme contraceptif d'urgence s'il est placé dans les 5 jours après le rapport. Un stérilet au cuivre est plus efficace qu'une 'pilule du lendemain'.

- Avec un [stérilet hormonal](#), les règles sont fréquemment moins douloureuses et la quantité de sang perdu chaque mois diminue généralement ; certaines femmes [n'ont même plus de règles du tout](#).

Quels sont les inconvénients d'un stérilet?

- Les principaux risques sont liés au placement du stérilet, à savoir une perforation et un risque [d'infections](#). Il arrive aussi que l'organisme rejette le stérilet. Mais ces risques sont extrêmement rares.
- Les stérilets entraînent plus de perte vaginale.
- Vous ne pouvez pas déplacer vos règles.
- Le stérilet ne protège pas contre les infections sexuellement transmissibles (IST), contrairement au préservatif.

Un stérilet au cuivre peut provoquer des [menstruations plus longues et abondantes](#). Si cela vous dérange trop, vous pouvez demander de faire retirer le stérilet.

Quand vaut-il mieux ne pas placer de stérilet ?

Dans les situations suivantes :

- vous êtes enceinte,
- vous avez récemment eu une infection dans le petit bassin,
- vous avez des saignements vaginaux sans raison précise,
- en cas de cancer de l'utérus ou du col de l'utérus,
- en cas de troubles de la coagulation,
- en cas d'anomalie de l'anatomie du vagin ou de l'utérus,
- pour les stérilets au cuivre : vous êtes allergique au cuivre ou vous avez une maladie liée à une accumulation de cuivre dans l'organisme.

Comment est-il placé ?

Le placement d'un stérilet est effectué par certains médecins généralistes ou par le gynécologue, de préférence pendant les règles.

Il est possible de faire placer un stérilet directement après un avortement ; par contre, il vaut mieux attendre 6 à 8 semaines après un accouchement.

Une fois le stérilet au cuivre placé, vous êtes immédiatement protégée contre une grossesse. Par contre, s'il s'agit d'un stérilet hormonal, il est généralement recommandé d'utiliser un préservatif pendant au moins 7 jours.

Ensuite, il vous est conseillé de vous faire examiner tous les 2 à 3 ans, ou plus tôt si vous avez des plaintes.

En savoir plus ?

- [Les règles – Mutualité chrétienne](#)
- [Le dispositif intra-utérin au cuivre - Mon Contraceptif – O'Yes](#)
- [Le dispositif intra-utérin hormonal - Mon Contraceptif – O'Yes](#)
- [Contraception : le stérilet – mongeneraliste.be – SSMG – Société Scientifique de Médecine Générale](#)

Vous cherchez une aide plus spécialisée ?

- [Centres de Centres de planning familial agréés en Wallonie et à Bruxelles – LoveAttitude](#)

Sources

- [Guide de pratique clinique étranger 'Dispositif intra-utérin' \(2000\), mis à jour le 21.08.2017 et adapté au contexte belge le 03.01.2018 – ebpracticenet](#)
- [CBIP – Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique](#)