



Régulation de la fécondation et protection contre les ITS/ITSS

Risques liés à l'activité sexuelle

Une relation sexuelle est censée procurer du plaisir et de la satisfaction aux personnes qui l'entretiennent. Toutefois, les activités sexuelles posent certains risques, notamment **des grossesses non planifiées et des infections transmissibles sexuellement (ITS)/infections transmissibles sexuellement et par le sang (ITSS)**.

Certaines précautions permettent de réduire le risque de grossesse non planifiée ou de contracter une ITS/ITSS. Cependant, lorsqu'une personne est sexuellement active, il est quasi impossible d'éliminer totalement les dangers encourus.

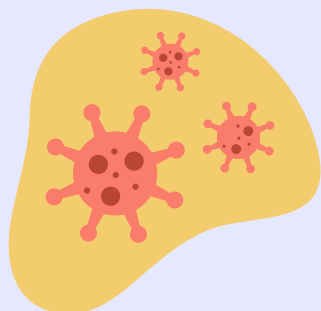
Les gens doivent donc prendre conscience des risques et motiver leurs décisions par leur niveau de confort afin de préserver leur santé et leur bien-être en même temps que ceux de leurs partenaires.





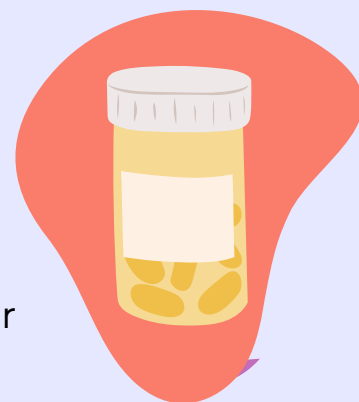
Régulation de la fécondation et protection contre les ITS/ITSS

Les infections transmissibles sexuellement (ITS) et les infections transmissibles sexuellement et par le sang (ITSS)



Les ITS/ITSS sont des infections qui peuvent être contractées lors des contacts sexuels avec une personne atteinte d'ITS/ITSS. Les ITS/ITSS peuvent se transmettre par l'échange de liquides corporels (la salive, le sperme, les sécrétions vaginales), par contact cutané (peau à peau) et par contact avec du sang contaminé. Certaines ITS/ITSS sont facilement traitables par un médecin; alors que d'autres peuvent, certes, être prises en charge, mais durer toute la vie.

Les gens peuvent adopter des pratiques de sexualité à risques réduits pour réduire le risque de contracter une ITS/ITSS. Plusieurs cliniques de santé sexuelle offrent le dépistage des ITS/ITSS. Les personnes qui entretiennent régulièrement des rapports sexuels avec d'autres personnes doivent régulièrement se prêter à des tests de dépistage pour des raisons de santé.

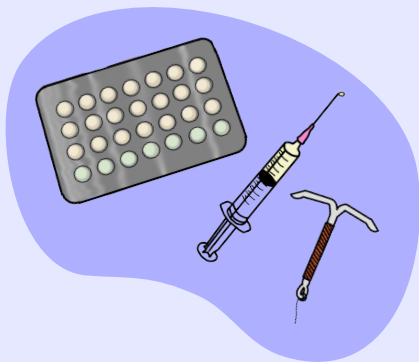
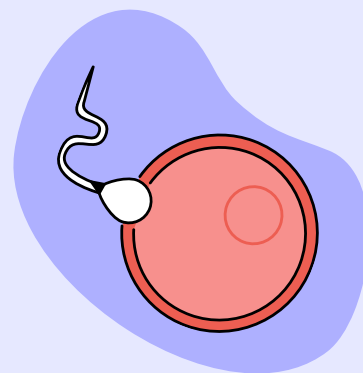




Régulation de la fécondation et protection contre les ITS/ITSS

Grossesse non planifiée

La grossesse survient généralement à la suite d'un rapport sexuel avec pénétration du pénis dans le vagin. Il s'agit de la seule activité sexuelle qui peut entraîner une grossesse. Le sperme (provenant des testicules/du pénis) féconde l'œuf (issu des ovaires) qui devient un fœtus et se développe dans l'utérus pendant 9 mois.



Afin de réduire le risque de grossesse, il est possible de recourir à la **régulation de la fécondation** (également appelée contraception). **La régulation de la fécondation** empêche la fécondation de l'œuf par le sperme. La régulation de la fécondation est généralement prescrite par un médecin et il existe diverses méthodes selon les préférences des uns et des autres.



Régulation de la fécondation et protection contre les ITS/ITSS

Grossesse non planifiée

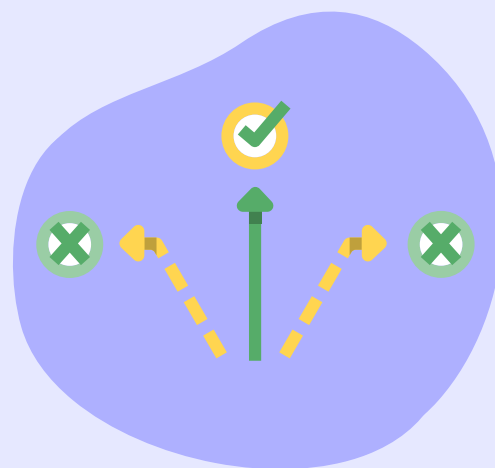


La régulation de la fécondation peut être efficace dans la réduction du risque de grossesse, mais n'est pas fiable à 100 %. La seule façon d'éviter une grossesse consiste à s'abstenir d'entretenir toute relation sexuelle donnant lieu à la pénétration du pénis dans le vagin.

Une **grossesse non planifiée** est une grossesse imprévue par une personne ou un couple au moment de la conception. Une grossesse non planifiée peut survenir lorsqu'une personne n'a pas fait pas usage d'une méthode de régulation de la fécondation ou lorsque celle-ci n'a pas été efficace.

Trois options sont envisagées en cas de **grossesse non planifiée** : devenir parent(s), se faire avorter et donner son enfant en adoption.

Cette décision étant personnelle, il revient à la personne concernée ou au couple de la prendre en connaissance de cause.

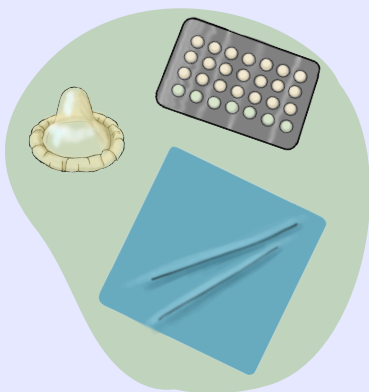




Régulation de la fécondation et protection contre les ITS/ITSS

Régulation de la fécondation : Prévention des grossesses

La **régulation de la fécondation** (également connue sous le vocable de contraception) est utilisée pour prévenir une grossesse non planifiée, laquelle peut survenir à la suite d'un contact sexuel avec pénétration du pénis dans un vagin. Il existe différents types de régulation de la fécondation. Ces différents types comprennent des méthodes variées (fonctionnent de manière différente) qui visent à empêcher la fécondation de l'œuf par le sperme.



La régulation de la fécondation ne protège pas les gens contre les ITS/ITSS. Si une personne entretient une relation sexuelle avec pénétration d'un pénis dans un vagin, elle devrait recourir à une méthode de régulation de la fécondation afin de prévenir une grossesse, **et** à des pratiques de sexualité à risques réduits afin d'éviter les ITS/ITSS.

La méthode de régulation de la fécondation relève d'un choix personnel et est généralement fonction des désirs et besoins d'une personne. Le type de régulation de la fécondation appliquée par une personne se fonde généralement sur les méthodes auxquelles cette dernière a accès.





Régulation de la fécondation et protection contre les ITS/ITSS

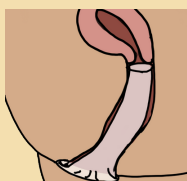
Régulation de la fécondation : Prévention des grossesses

Méthodes de barrière

Les méthodes de barrière empêchent le sperme d'atteindre l'utérus. Elles constituent un obstacle pour empêcher tout contact des spermatozoïdes avec l'ovule, condition sine qua non pour envisager une grossesse. Certaines méthodes de barrière peuvent assurer une protection contre une grossesse non planifiée et les ITS/ITSS. Certaines méthodes de barrière sont facilement accessibles en pharmacie.

Préservatifs internes

Lesquels se portent
à l'intérieur du
vagin



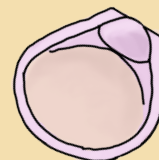
Spermicide

Une substance
qui est
introduite dans
le vagin



Diaphragme

Placé à
l'intérieur du
vagin



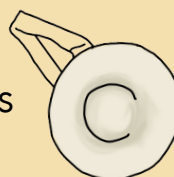
Préservatifs externes

Qui recouvrent le
pénis



L'éponge

Introduite dans
le vagin



La cape cervicale

Introduite dans
le vagin





Régulation de la fécondation et protection contre les ITS/ITSS

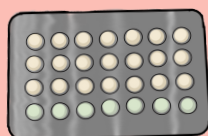
Régulation de la fécondation : Prévention des grossesses

Méthodes hormonales

Les méthodes hormonales empêchent la production de l'ovule par les ovaires, laquelle production représente un préalable pour une grossesse. Ces méthodes ne sont destinées qu'aux personnes ayant un utérus et des ovaires. Les méthodes hormonales ne protègent pas une personne contre les ITS/ITSS. Les méthodes hormonales peuvent être prescrites par un médecin et accessibles sur ordonnance dans la plupart des pharmacies.

Pilule contraceptive

Une pilule contraceptive prise au quotidien



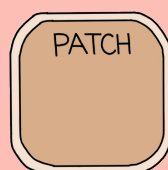
Injection contraceptive

Une injection administrée par un médecin



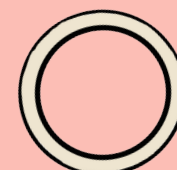
Timbre contraceptif

Un timbre fin que l'on applique sur le corps



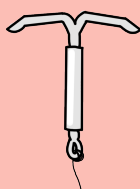
Anneau vaginal

Un anneau vaginal se porte à l'intérieur du vagin



Dispositif intra-utérin (DIU)

Un dispositif inséré dans l'utérus par un médecin



Implant contraceptif

Un petit bâtonnet de la taille d'une allumette inséré sous la peau au niveau du bras par un médecin





Régulation de la fécondation et protection contre les ITS/ITSS

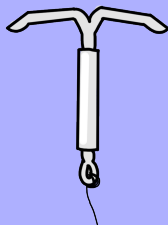
Régulation de la fécondation : Prévention des grossesses

Méthodes associées aux dispositifs intra-utérins (DIU)

Les Dispositifs intra-utérins (DIU) stérilets paralysent la mobilité des spermatozoïdes afin de les empêcher de féconder l'ovule. Les DIU sont utilisés pour éviter une grossesse non planifiée. Ils **ne protègent pas contre** les ITS/ITSS. Les DIU ne sont utilisés que par les personnes ayant un utérus. Les DIU sont prescrits par un médecin et ne doivent être insérés et retirés que par ce dernier.

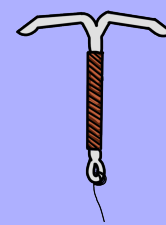
Stérilet hormonal (DIU)

Un dispositif inséré dans
l'utérus par un médecin



Stérilet au cuivre (DIU)

Un dispositif inséré dans
l'utérus par un médecin





Régulation de la fécondation et protection contre les ITS/ITSS

Régulation de la fécondation : Prévention des grossesses

Méthodes naturelles

Les **méthodes naturelles** représentent les comportements adoptés par les personnes qui entretiennent des relations sexuelles pour éviter des grossesses, sans recourir à des hormones ou à d'autres outils pour empêcher la fécondation de l'ovule par les spermatozoïdes. Les méthodes naturelles nécessitent la coopération de tous les partenaires sexuels, une communication efficace et une bonne connaissance du corps et du cycle menstruel/de la période de fertilité.

L'abstinence constitue une méthode naturelle, et désigne le renoncement à toute relation sexuelle, laquelle représente le seul moyen 100 % efficace de prévenir une grossesse. Les méthodes naturelles sont généralement les plus efficaces lorsqu'elles sont associées à d'autres formes de régulation de la fécondation.

Abstinence

Renoncement à tout rapport sexuel



Connaissance de la période de fertilité

Suivi du cycle menstruel



Retrait

Le fait de retirer le pénis du vagin avant d'éjaculer





Régulation de la fécondation et protection contre les ITS/ITSS

Régulation de la fécondation : Prévention des grossesses

Méthodes d'urgence

Les **méthodes d'urgence** peuvent être utilisées à la suite d'un rapport sexuel non protégé incluant la pénétration d'un pénis dans un vagin. Cela signifie qu'elles peuvent être utilisées en cas de non-recours à une méthode de régulation de la fécondation pendant le rapport sexuel ou en cas d'inefficacité de celle-ci. Ces méthodes ne sont destinées qu'aux personnes ayant un utérus et des ovaires.

La pilule contraceptive d'urgence peut être achetée en pharmacie. Le stérilet au cuivre doit être prescrit et inséré par un médecin.

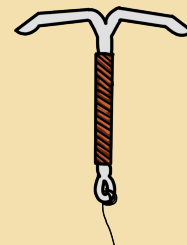
La pilule contraceptive d'urgence (« la pilule du lendemain »)

Une pilule qui est avalée
à la suite d'un rapport
sexuel non protégé



Stérilet au cuivre (DIU)

Un dispositif inséré dans
l'utérus par un médecin à
la suite d'un rapport
sexuel non protégé





Régulation de la fécondation et protection contre les ITS/ITSS

Méthodes de protection contre les ITS et les ITSS

Les **méthodes de prévention des ITS/ITSS** (également appelées pratiques de sexualité à risques réduits) réduisent le risque de contracter une ITS/ITSS. Les ITS et les ITSS sont des infections qu'une personne peut contracter lors d'activités sexuelles telles qu'une relation sexuelle vaginale, une relation sexuelle orale, une relation sexuelle anale, des caresses au niveau des parties génitales et un échange de baisers (ce qui ne se limite pas à des rapports avec pénétration du pénis dans le vagin).

La plupart de ces méthodes assurent uniquement une protection contre les ITS/ITSS et elles ne constituent **pas** des méthodes de régulation de la fécondation et ne peuvent **pas** non plus prévenir une grossesse.



Certaines **méthodes de prévention des ITS/ITSS** (également appelées pratiques de sexualité à risques réduits) sont disponibles en pharmacie ou dans les épiceries, ainsi que dans de nombreuses cliniques de santé sexuelle. Les autres doivent être prescrites par un médecin.

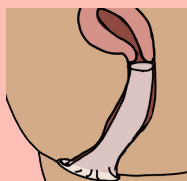


Régulation de la fécondation et protection contre les ITS/ITSS

Méthodes de protection contre les ITS et les ITSS

Préservatifs internes

Lesquels se
portent à
l'intérieur du vagin



Gants en caoutchouc

Recouvrent les
mains



Prophylaxie pré- exposition (PrEP)

Des médicaments
prescrits par un
médecin



Préservatifs externes

Qui recouvrent le
pénis



Vaccin contre les VPH

Une dose
prescrite et
administrée par
un médecin



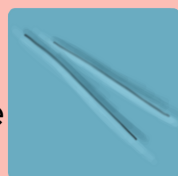
Prophylaxie post-exposition (PEP)

Des médicaments
prescrits par un
médecin



Digue dentaire

Une feuille de
caoutchouc mince
et adaptable



Abstinence

Renoncement à
tout rapport
sexuel





Régulation de la fécondation et protection contre les ITS/ITSS

Protection qui est efficace à la fois contre les grossesses non planifiées et les ITS/ITSS

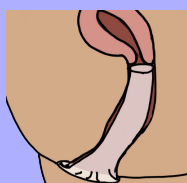
La prévention des grossesses concerne les personnes qui entretiennent une relation sexuelle vaginale. La prévention des ITS/ITSS s'adresse aux personnes qui se livrent à tous les types de relations sexuelles.

Les personnes qui entretiennent une relation sexuelle avec pénétration du pénis dans un vagin doivent utiliser les méthodes de protection contre les grossesses **et** les ITS/ITSS.

Il n'existe que quelques méthodes permettant de se prémunir à la fois contre les grossesses non planifiées et les ITS/ITSS. De telles méthodes assurent deux fonctions à la fois!

Préservatifs internes

Lesquels se
portent à
l'intérieur du
vagin



Préservatifs externes

Qui
recouvrent le
pénis



Abstinence

Renoncement
à tout rapport
sexuel





Régulation de la fécondation et protection contre les ITS/ITSS

Questions importantes

Qui doit recourir à une méthode de régulation de la fécondation pour réduire le risque de grossesse non planifiée?

- Les personnes ayant une relation sexuelle avec pénétration du pénis dans un vagin. Il s'agit du seul acte sexuel pouvant occasionner une grossesse.

Qui doit utiliser les méthodes de protection contre les ITS/ITSS pour réduire le risque de contracter une ITS/ITSS?

- Toute personne entretenant une relation sexuelle! Toute activité sexuelle présente un risque de transmission des ITS/ITSS

Les méthodes de régulation de la fécondation et les méthodes de protection contre les ITS/ITSS doivent être utilisées de manière appropriée, conformément aux instructions, afin d'être efficaces (de produire des résultats probants)!



Régulation de la fécondation et protection contre les ITS/ITSS

Questions importantes

Rappel :

Les **méthodes de régulation de la fécondation et les méthodes de protection contre les ITS/ITSS** ne désignent pas la même réalité! Les méthodes de **régulation de la fécondation** permettent de prévenir une grossesse non planifiée. Tandis que les méthodes de protection contre les ITS/ITSS permettent à une personne d'éviter de contracter une ITS/ITSS.

Il est important que les gens prennent conscience des risques liés à l'activité sexuelle qu'ils pratiquent et se familiarisent avec les moyens permettant de réduire les risques pour leur personne ainsi que pour leurs partenaires sexuels.





Régulation de la fécondation et protection contre les ITS/ITSS

La **régulation de la fécondation** (également appelée contraception) ne protège que contre les grossesses non planifiées. Les **méthodes de protection contre les ITS/ITSS** ne permettent que d'éviter de contracter une ITS/ITSS.

Il existe quelques méthodes permettant de se prémunir **à la fois** contre une grossesse non planifiée **et** contre les ITS/ITSS. Ces méthodes qui assurent une protection contre les deux risques sont les préservatifs internes, les préservatifs externes et l'abstinence.

Régulation de la fécondation Utilisée pour éviter une grossesse non planifiée

- L'éponge
- Le spermicide
- Le diaphragme
- La cape cervicale
- Les préservatifs externes
- L'anneau vaginal
- Le stérilet au cuivre
- L'abstinence
- Le timbre contraceptif
- Le stérilet hormonal
- La pilule contraceptive
- L'injection contraceptive
- Les préservatifs internes

Les méthodes de protection contre les ITS/ITSS : utilisées pour se prémunir contre les ITS/ITSS

- Les préservatifs internes
- Les préservatifs externes
- La digue dentaire
- Les gants
- La PrEP
- La PEP
- Le vaccin contre les HPV
- L'abstinence

Les méthodes qui peuvent prévenir la grossesse non planifiée et les ITS/ITSS

- Les préservatifs internes
- Les préservatifs externes
- L'abstinence