

Cette fiche mémo, fondée sur les recommandations les plus récentes, fait partie d'un ensemble de fiches mémo concernant la contraception et complète plusieurs documents sur ce thème produits par la HAS<sup>1</sup>. Elle est un outil pour le professionnel de santé afin de mieux aider les femmes/les hommes à trouver la méthode de contraception qui leur convient le mieux à une période donnée de leur vie.

1. Voir fiche mémo « Contraception : prescriptions et conseils aux femmes », document de synthèse « Méthodes contraceptives : focus sur les méthodes les plus efficaces disponibles » et rapport « État des lieux des pratiques contraceptives et des freins à l'accès et au choix d'une contraception adaptée » (HAS, 2013).

### Préambule

- Comme chez la femme, la démarche de conseil et d'accompagnement doit être adaptée à l'âge et aux besoins.
- L'implication du partenaire dans le choix de la contraception permet de favoriser l'observance et l'acceptation de la méthode.
- Faire réfléchir sur les conséquences d'une grossesse non désirée.
- Informer sur la contraception d'urgence et ses modalités d'accès.

### Méthodes utilisables

- Trois méthodes sont utilisables chez l'homme :
  - le préservatif masculin ;
  - la vasectomie (voir fiche stérilisation) ;
  - le retrait.
- Des recherches sont en cours sur les contraceptions hormonales pour l'homme mais leur application clinique n'est actuellement pas envisageable.

## Préservatif masculin

- Seule méthode de protection contre les infections sexuellement transmissibles (IST)/sida (comme le préservatif féminin).
- Efficacité contraceptive : voir fiche « Efficacité des méthodes contraceptives ».
- À utiliser seul ou en association aux autres méthodes, lors de tous les rapports sexuels, quelle que soit la date du cycle chez la partenaire.

### Les règles d'utilisation d'un préservatif

- Préférer des préservatifs en latex à ceux en polyuréthane (ruptures moins fréquentes) **sauf si allergie au latex**.
- Vérifier la date de péremption, la norme de qualité (NF, CE) et l'intégrité de l'emballage.
- Ouvrir l'emballage à la main, ne pas utiliser d'objet tranchant, attention à ne pas abîmer le préservatif avec les ongles.
- Placer le préservatif sur le pénis en érection, avant tout contact entre le pénis et le corps de la partenaire afin de prévenir les IST et le risque de grossesse.
- Dérouler le préservatif jusqu'à la base du sexe en érection.
- N'utiliser que des lubrifiants aqueux (jamais de vaseline ou de corps huileux).
- Dès la fin du rapport et avant la fin de l'érection, se retirer en maintenant le préservatif à la base du pénis.
- Nouer le préservatif usagé puis le jeter à la poubelle.
- Laver le pénis à l'eau savonneuse avant tout autre contact.



## Méthode de stérilisation – Vasectomie (voir fiche stérilisation)

- Peut apporter une réponse contraceptive appropriée dans certaines situations.
- La présenter comme irréversible.
- Ne peut pas être pratiquée sur un mineur.
- Respecter un délai de réflexion de 4 mois entre la demande initiale et la réalisation de la stérilisation<sup>2</sup>.
- Associer un préservatif (masculin, féminin) si une protection contre les IST/sida est recherchée car la stérilisation ne protège pas contre les IST/sida.

<sup>2</sup>. Loi n° 2001-588 du 4 juillet 2001 relative à l'interruption volontaire de grossesse et à la contraception (codifiée à l'article L. 2123-1 du CSP).



## Méthode naturelle (retrait)

- Chez les couples qui choisissent cette méthode, compte tenu de son taux élevé d'échec (voir fiche « Efficacité des méthodes contraceptives »), l'éventualité d'une grossesse non prévue doit être acceptable, sinon préférer une autre méthode.



## Ressources Internet

- Stérilisation à visée contraceptive – livret d'information : [www.sante.gouv.fr/IMG/pdf/BD-Sterilisation-25oct2012.pdf](http://www.sante.gouv.fr/IMG/pdf/BD-Sterilisation-25oct2012.pdf)
- Agence nationale de sécurité du médicament et des produits de santé : [www.ansm.sante.fr](http://www.ansm.sante.fr)
- Association française pour la contraception : [www.contractions.org](http://www.contractions.org)
- Centres de planification ou d'éducation familiale : [www.sante.gouv.fr/les-centres-de-planification-ou-d-education-familiale](http://www.sante.gouv.fr/les-centres-de-planification-ou-d-education-familiale)
- Haute Autorité de Santé : [www.has-sante.fr](http://www.has-sante.fr)
- Institut national de prévention et d'éducation pour la santé : [www.inpes.sante.fr](http://www.inpes.sante.fr), [www.choisirscontraception.fr](http://www.choisirscontraception.fr), [www.onsexprime.fr](http://www.onsexprime.fr), [www.info-ist.fr](http://www.info-ist.fr)
- Ministère de la Santé : [www.sante.gouv.fr](http://www.sante.gouv.fr) – rubrique « Contraception »
- Mouvement français pour le planning familial : [www.planning-familial.org](http://www.planning-familial.org)

**HAS**

[www.has-sante.fr](http://www.has-sante.fr)

2 avenue du Stade de France - 93218 Saint-Denis La Plaine CEDEX

Tél. : +33 (0) 1 55 93 70 00 - Fax : +33 (0) 1 55 93 74 00