



# Toctino – Informations au sujet de la contraception

PROGRAMME DE PRÉVENTION DE LA GROSSESSE

Contraception

4



# Table des matières

|   | Seite |
|---|-------|
| 1. Alitrétinoïne et prévention de la grossesse  | 3     |
| 2. Ce que vous devriez savoir sur la contraception                                    | 5     |
| 3. Méthodes de contraception appropriées dans votre cas                               | 6     |
| 4. Méthodes de contraception primaires  | 8     |
| 4.1. Contraception hormonale  | 9     |
| 4.1.1. Contraceptifs oraux  | 9     |
| 4.1.2. Patch contraceptif   | 10    |
| 4.1.3. Anneau vaginal   | 12    |
| 4.1.4. Implants contraceptifs   | 13    |
| 4.1.5. Injection contraceptive  | 15    |
| 4.1.6. Système intra-utérin hormonal  | 16    |
| 4.2. Dispositif intra-utérin (DIU, stérilet)  | 17    |
| 4.3. Stérilisation  | 18    |
| 5. Méthodes de contraception secondaires  | 21    |
| 5.1. Préservatifs   | 21    |
| 5.2. Diaphragme et capuchon cervical avec spermicide                                  | 22    |
| 5.3. Éponge contraceptive (avec spermicide)   | 24    |
| 6. Méthodes de contraception ne convenant pas dans le cadre du traitement par Toctino | 25    |
| 7. Ce que vous ne devez pas oublier   | 26    |

# 1. Alitrétinoïne et prévention de la grossesse

Votre dermatologue vous a prescrit Toctino. Le principe actif de Toctino est l'alitrétinoïne. L'alitrétinoïne appartient à la classe médicamenteuse des rétinoïdes, dont on sait qu'ils peuvent provoquer de graves anomalies congénitales. Si vous prenez Toctino pendant une grossesse, cela signifie par conséquent un risque très élevé que votre enfant naisse avec des malformations. Ces malformations comprennent:

- Des atteintes du système nerveux central, par exemple une accumulation de liquide dans le cerveau (hydrocéphalie), des malformations du cerveau ou un crâne de taille réduite (microcéphalie)
- Des difformités du visage, par exemple une arête nasale écrasée, une fente labio-maxillo-palatine, une malformation ou absence des oreilles
- Une malformation des yeux, par exemple des yeux trop petits (microphthalmie)
- Anomalies du système cardio-vasculaire
- Anomalies du thymus et des glandes parathyroïdes

Il existe également un risque accru de fausses couches lors de la prise de Toctino pendant la grossesse.

Vous ne devez pas prendre Toctino si vous pensez être enceinte ou envisagez une grossesse. Vous devez absolument empêcher une grossesse pendant toute la durée du traitement par Toctino ainsi que pendant le mois précédant le traitement et le mois suivant la fin du traitement.

Il vous faudra par conséquent utiliser deux méthodes de contraception fiables et complémentaires (dont une méthode mécanique de type barrière) pendant la période commençant un mois avant le traitement, se poursuivant pendant tout le traitement et s'étendant encore un mois après la dernière administration du médicament. Deux méthodes sont nécessaires parce qu'une seule méthode

n'offre pas une sécurité suffisante. Vous-même et votre partenaire devez être conscients de l'importance que revêt la contraception et des conséquences possibles dans le cas d'une grossesse pendant le traitement par Toctino. Vous devrez appliquer les méthodes de contraception même si vous n'avez actuellement aucune activité sexuelle, sauf si votre médecin a constaté que tout risque de grossesse est exclu dans votre cas (par exemple si vous êtes ménopausée).

La présente brochure vous informe sur l'utilisation et l'efficacité des différentes méthodes de contraception. Par l'application simultanée de deux méthodes de contraception fiables et complémentaires, vous réduisez considérablement le risque de grossesse. Cette brochure doit accompagner les recommandations de votre médecin ou de votre conseiller en matière de planning familial, mais ne peut en aucun cas les remplacer. Parlez à votre médecin des méthodes de contraception de votre choix avant de commencer le traitement par Toctino.

## 2. Ce que vous devriez savoir sur la contraception

Une femme peut tomber enceinte aussi dans les cas suivants:

- Lors du premier rapport sexuel
- Lorsqu'elle n'a pas d'orgasme
- Lorsque le partenaire se retire du vagin avant d'éjaculer
- Lors d'un rapport sexuel pendant les règles
- Lorsqu'elle pratique la douche vaginale après les rapports sexuels
- Lorsqu'elle adopte une position particulière - par exemple debout - pendant le rapport sexuel

**Tout rapport sexuel non protégé peut conduire à une grossesse.**

### 3. Méthodes de contraception appropriées dans votre cas

Il existe une grande variété de méthodes contraceptives disponibles. Discutez-en avec votre médecin ou avec un conseiller en matière de planning familial pour savoir lesquelles vous correspondent le mieux. Vous utilisez peut-être déjà une méthode de contraception appropriée, que vous pourrez alors poursuivre pendant le traitement par Toctino. Vous devrez cependant utiliser en même temps une deuxième méthode avant de pouvoir commencer votre traitement par Toctino. De nombreux facteurs doivent être pris en compte à ce sujet. Ils comprennent:

- Votre âge
- Votre état de santé général
- Votre histoire médicale
- L'histoire médicale de votre famille
- La fréquence de vos rapports sexuels
- Le nombre de vos partenaires sexuels
- Vos plans concernant la maternité: souhaitez-vous avoir un enfant dans un futur relativement proche, seulement dans plusieurs années ou jamais?
- La fiabilité contraceptive des différentes méthodes
- Les effets indésirables possibles des différentes méthodes
- Comment le mode d'utilisation des différentes méthodes vous convient

Toutes les méthodes de contraception n'offrent pas la même sécurité. Vous devez donc savoir quelles sont les méthodes les plus fiables dans votre cas et comment on les utilise. Vous pouvez vous préparer à l'entretien avec votre médecin en vous informant à l'avance sur les méthodes disponibles.

N'oubliez pas qu'aucune méthode de contraception n'est fiable à 100 %. Vous devrez par conséquent utiliser deux méthodes de contraception applicables en même temps. Pour atteindre la meilleure protection possible, vous devez combiner une méthode de contraception primaire (par exemple la prise d'une pilule œstro-progestative) avec une méthode complémentaire (par exemple l'utilisation de préservatifs par l'homme). Les méthodes doivent être choisies de sorte à ce que vous (et votre partenaire) puissiez les appliquer de façon correcte et fiable à chaque rapport sexuel.

Vous devez aussi lire attentivement les modes d'emploi des méthodes de contraception utilisées et vous adresser à votre médecin si vous avez des questions.

## 4. Méthodes de contraception primaires

Lorsque les méthodes de contraception primaires sont utilisées correctement, les échecs de contraception sont rares. Ces méthodes empêchent la survenue d'une grossesse de façon plus fiable que les méthodes de contraception secondaires. Il est très important que vous choisissiez une méthode de contraception primaire qui offre une sécurité maximale dans votre cas. Choisissez la méthode que vous saurez le mieux appliquer conformément aux instructions. Si vous avez par exemple des difficultés à vous rappeler la prise quotidienne d'un médicament, une méthode contraceptive telle que la pilule - qui doit être prise consciencieusement chaque jour - ne serait pas la méthode de contraception primaire la plus fiable dans votre cas.

D'autres facteurs comme par exemple les effets indésirables jouent également un rôle pour le choix d'une méthode de contraception primaire fiable.

Toutes les informations fournies dans le présent document sur la fiabilité contraceptive sont sans garantie. Vous devez lire la notice d'emballage et d'autres informations sur la méthode de contraception que vous et votre médecin jugez la plus fiable dans votre cas. Aucune des méthodes de contraception primaires ne protège contre les maladies sexuellement transmissibles ou le VIH (sida).



## 4.1. Contraception hormonale

### 4.1.1. Contraceptifs oraux

#### Pilules combinées (contenant un œstrogène et un progestatif)

Les points ci-après doivent être respectés pour assurer un maximum de fiabilité des pilules œstro-progestatives:

- La pilule doit être prise chaque jour environ à la même heure. Lors d'un oubli de prise, d'un vomissement ou d'une diarrhée, la fiabilité contraceptive peut être compromise
- Si vous devez prendre d'autres médicaments, rappelez toujours au médecin que vous prenez la pilule. Certains médicaments (par exemple les antibiotiques) peuvent réduire la fiabilité de la pilule
- Les médicaments contenant du millepertuis (un remède végétal) ne doivent pas être pris avec la pilule parce qu'ils réduisent sa fiabilité

*Fiabilité: supérieure à 99 % lors d'une utilisation conforme. Moins d'une grossesse sur 100 femmes utilisant la méthode pendant un an.*

**Mode d'action:** La pilule combinée contient deux hormones: un œstrogène et un progestatif. La pilule empêche l'ovulation, provoque un épaissement de la glaire cervicale (ce qui empêche les spermatozoïdes d'atteindre l'ovule) et modifie l'architecture de la muqueuse utérine (ce qui empêche la nidation d'un ovule fécondé).

### **Avantages:**

- Les règles deviennent plus régulières, moins abondantes et moins douloureuses
- Le risque de cancers de l'ovaire, de l'utérus et du côlon est diminué
- Convient aux non-fumeuses saines jusqu'à un âge de 50 ans
- Après l'arrêt de la pilule, la fertilité se rétablit

### **Inconvénients:**

- Ne convient pas aux femmes en excès de poids et aux fumeuses âgées de plus de 35 ans
- Faible risque d'effets indésirables sérieux, par exemple thrombose, cancer du sein et cancer du col utérin
- Possibilité d'effets indésirables passagers tels que maux de tête, nausées, fluctuations d'humeur et tension mammaire

### **Remarques:**

- Les utilisatrices de la pilule ne doivent pas fumer

### **Micropilule (pilule progestative)**

Les pilules qui ne contiennent qu'un progestatif (dites « micropilules ») ne sont pas appropriées pour la contraception pendant le traitement par Toctino. Questionnez votre médecin ou votre pharmacien si vous ne savez pas quel type de pilule vous utilisez.

#### **4.1.2. Patch contraceptif**

Le patch contraceptif est un patch auto-adhésif mince qui contient un œstrogène et un progestatif.

Le premier patch est utilisé le premier jour de vos règles. Il est collé sur une zone de peau propre, sèche et peu poilue, par exemple sur le haut du bras, les fesses ou le ventre. Il ne doit pas être collé sur le sein ou sur une zone de peau irritée

ou présentant une plaie. Un nouveau patch est utilisé chaque semaine pendant trois semaines, en changeant de zone d'application chaque fois. Aucun patch n'est utilisé la 4<sup>e</sup> semaine et vous devriez alors avoir vos règles.

Le patch reste normalement bien en place même pendant le bain ou le sport. S'il se détache et ne peut pas être recollé solidement, il faut utiliser un nouveau patch. Si moins de 24 h se sont écoulées depuis le décollement du patch, la fiabilité contraceptive est encore assurée. Les patches usagés sont jetés dans les ordures ménagères.

*Fiabilité: supérieure à 99 % lors d'une utilisation conforme. Moins d'une grossesse sur 100 femmes utilisant la méthode pendant un an.*

**Mode d'action:** Un petit patch porté sur la peau libère une quantité constante d'hormones (œstrogène et progestatif). Ces hormones sont absorbées à travers la peau et passent dans la circulation sanguine. Les effets principaux correspondent à ceux de la pilule combinée. Le patch empêche l'ovulation mensuelle, provoque un épaissement de la glaire cervicale (ce qui empêche les spermatozoïdes d'atteindre l'ovule) et modifie l'architecture de la muqueuse utérine (ce qui empêche la nidation d'un ovule fécondé).

### **Avantages:**

- ☉ N'exige pas une application quotidienne ponctuelle
- ☉ Les effets ne sont pas compromis lors de vomissements ou de diarrhées
- ☉ Les règles deviennent généralement plus régulières, moins abondantes et moins douloureuses
- ☉ Améliore l'acné dans certains cas

### **Inconvénients:**

- ☉ Ne convient pas aux femmes en excès de poids et aux fumeuses âgées de plus de 35 ans
- ☉ Faible risque d'effets indésirables sérieux, par exemple thrombose, cancer du sein et cancer du col utérin

- ⊕ Possibilité d'effets indésirables passagers tels que maux de tête, nausées, fluctuations d'humeur et tension mammaire
- ⊕ Peut causer des irritations cutanées

### **Remarques:**

- ⊕ Le patch peut éventuellement être visible
- ⊕ Pendant trois semaines de chaque cycle de quatre semaines, il faut utiliser un nouveau patch chaque semaine
- ⊕ Certains médicaments peuvent compromettre la fiabilité contraceptive du patch
- ⊕ On observe souvent des saignements intermenstruels / un spotting au cours des premiers mois

### **4.1.3. Anneau vaginal**

La contraception hormonale à l'aide de l'anneau vaginal est une alternative aux pilules contraceptives. L'anneau vaginal n'est cependant pas disponible dans tous les pays.

*Fiabilité: supérieure à 99 % lors d'une utilisation conforme. Moins d'une grossesse sur 100 femmes utilisant la méthode pendant un an.*

**Mode d'action:** Il s'agit d'un petit anneau souple qui libère en continu un œstrogène et un progestatif en faibles quantités pendant sa durée de port de 21 jours. Ses effets correspondent approximativement à ceux d'un système intra-utérin ou à ceux d'une pilule combinée: il provoque un épaissement de la glaire cervicale (ce qui empêche les spermatozoïdes d'atteindre l'ovule), modifie l'architecture de la muqueuse utérine (ce qui empêche la nidation d'un ovule fécondé) et empêche l'ovulation. L'anneau vaginal est porté trois semaines sans interruption, après quoi on le retire et le jette. Un nouvel anneau est mis en place une semaine plus tard. Vos règles devraient débiter dans la semaine sans anneau vaginal.

### **Avantages:**

- ☉ N'exige pas une application quotidienne ponctuelle
- ☉ Les effets ne sont pas compromis lors de vomissements ou de diarrhées
- ☉ Les règles deviennent éventuellement plus régulières, moins abondantes et moins douloureuses
- ☉ L'insertion et le retrait de l'anneau sont sans problème

### **Inconvénients:**

- ☉ Ne convient pas aux femmes en excès de poids et aux fumeuses âgées de plus de 35 ans
- ☉ Faible risque d'effets indésirables sérieux, par exemple thrombose, cancer du sein et cancer du col utérin
- ☉ Possibilité d'effets indésirables passagers tels que pertes vaginales accrues, maux de tête, nausées, tension mammaire et fluctuations d'humeur

### **Remarques:**

- ☉ L'insertion et le retrait de l'anneau vaginal ne doivent pas être un problème pour l'utilisatrice
- ☉ L'anneau est porté les trois premières semaines de chaque cycle de quatre semaines
- ☉ Certains médicaments peuvent compromettre la fiabilité contraceptive de l'anneau

## **4.1.4. Implants contraceptifs**

L'implant contraceptif est une petite tige souple insérée sous la peau dans le haut du bras. L'implant est mis en place le premier jour de vos règles et reste efficace pendant trois ans. Il peut être retiré à tout moment.

*Fiabilité: supérieure à 99 %. Moins d'une grossesse sur 100 femmes utilisant la méthode pendant trois ans.*

**Mode d'action:** L'implant contraceptif libère un progestatif. Cette hormone empêche l'ovulation, provoque un épaissement de la glaire cervicale (ce qui empêche les spermatozoïdes d'atteindre l'ovule) et modifie l'architecture de la muqueuse utérine (ce qui empêche la nidation d'un ovule fécondé).

**Avantages:**

- ☺ Reste efficace sur trois ans, mais peut aussi être retiré plus tôt
- ☺ Tant que vous portez l'implant, vous n'avez pas besoin de vous soucier de la contraception
- ☺ Votre fertilité se rétablit après le retrait de l'implant

**Inconvénients:**

- ☺ Les règles peuvent devenir absentes, irrégulières ou plus longues
- ☺ Une acné peut apparaître ou empirer
- ☺ L'insertion et le retrait exigent une petite intervention

**Remarques:**

- ☺ L'implant est inséré sous anesthésie locale et n'exige pas de suture
- ☺ Des douleurs, hématomes et tuméfactions sont possibles
- ☺ L'implant est palpable, mais invisible
- ☺ Certains médicaments peuvent compromettre la fiabilité contraceptive de l'implant

### 4.1.5. Injection contraceptive

Pour cette méthode de contraception hormonale, on vous injecte un progestatif dans une fesse ou dans le haut du bras. Comme pour l'implant contraceptif, l'administration a lieu le premier jour de vos règles et offre une protection immédiate. Si l'injection est administrée plus tard, la contraception n'est pas assurée les sept premiers jours.

**Fiabilité:** supérieure à 99 %. Moins de quatre grossesses sur 1000 femmes utilisant la méthode pendant deux ans.

**Mode d'action:** Le dépôt injecté diffuse un progestatif. Cette hormone empêche l'ovulation, provoque un épaissement de la glaire cervicale (ce qui empêche les spermatozoïdes d'atteindre l'ovule) et modifie la structure de la muqueuse utérine (ce qui empêche la nidation d'un ovule fécondé).

#### **Avantages:**

- Selon la préparation utilisée, l'injection contraceptive reste efficace deux à trois mois. La durée exacte de l'efficacité du produit utilisé est indiquée dans son information professionnelle
- Cette méthode peut être utilisée aussi pendant l'allaitement
- Vous n'avez pas besoin de vous soucier de la contraception pour la durée d'efficacité de l'injection

#### **Inconvénients:**

- Les règles peuvent devenir absentes, irrégulières ou plus longues
- Après la diminution des effets, un certain temps peut s'écouler avant la normalisation de vos règles et de votre fertilité
- Certaines femmes peuvent connaître une prise de poids

#### **Remarques:**

- Le produit injecté ne peut plus être retiré du corps; dans le cas d'effets indésirables, ces derniers persistent donc jusqu'à la fin de la durée d'efficacité et même un certain temps au-delà

- ☉ La fiabilité n'est pas réduite par d'autres médicaments, par des diarrhées ou par des vomissements

#### 4.1.6. Système intra-utérin hormonal

Un système intra-utérin (SIU) doit être inséré par un médecin. Si l'insertion a lieu dans la première semaine du cycle, le système offre une protection immédiate. Si elle a lieu plus tard, la contraception n'est pas assurée les sept premiers jours.

*Fiabilité: supérieure à 99 %. Moins d'une grossesse sur 100 femmes utilisant la méthode pendant cinq ans.*

**Mode d'action:** Un dispositif en plastique en forme de T est placé dans l'utérus et y libère progressivement un progestatif. Cette hormone modifie la structure de la muqueuse utérine, empêchant ainsi la nidation d'un ovule fécondé, et provoque un épaississement de la glaire cervicale, ce qui rend plus difficile l'accès des spermatozoïdes à l'ovule.

#### **Avantages:**

- ☉ Reste efficace sur cinq ans, mais peut aussi être retiré plus tôt
- ☉ Les règles deviennent nettement moins abondantes, plus courtes et généralement moins douloureuses
- ☉ Tant que vous portez le SIU, vous n'avez pas besoin de vous soucier de la contraception
- ☉ Votre fertilité se rétablit après le retrait du SIU

#### **Inconvénients:**

- ☉ On observe souvent des irrégularités des règles ou un spotting au cours des six premiers mois
- ☉ Les règles peuvent aussi rester complètement absentes
- ☉ Il existe un léger risque d'infection les 20 premiers jours après l'insertion



- ⊕ Une formation de kystes ovariens est possible
- ⊕ L'insertion est parfois ressentie comme étant désagréable

### **Remarques:**

- ⊕ Dans le cas d'une insertion après l'âge de 45 ans, le dispositif peut être laissé en place dans l'utérus jusqu'à la ménopause
- ⊕ Les utilisatrices reçoivent des instructions pour pouvoir contrôler elles-mêmes si leur SIU est resté en place correctement
- ⊕ Peut avoir un effet bénéfique chez les femmes qui ont des règles très abondantes et/ou douloureuses
- ⊕ Avant l'insertion d'un SIU, on recommande généralement un examen pour exclure la présence d'une infection préexistante
- ⊕ La fiabilité n'est pas réduite par d'autres médicaments

## **4.2. Dispositif intra-utérin (DIU, stérilet)**

Le stérilet est inséré conformément au procédé usuel pour le produit. Il est efficace dès sa mise en place.

*Fiabilité: supérieure à 99 %. Moins de deux grossesses sur 100 femmes utilisant la méthode pendant cinq ans.*

**Mode d'action:** Un petit dispositif médical en matière synthétique et en cuivre est inséré dans l'utérus. Il empêche les spermatozoïdes d'atteindre l'ovule et peut aussi empêcher la nidation d'un ovule fécondé dans l'utérus.

### **Avantages:**

- ⊕ Efficace immédiatement après l'insertion
- ⊕ Peut être porté cinq à dix ans selon le modèle utilisé et peut être retiré à tout moment

- ☉ Tant que vous portez le DIU, vous n'avez pas besoin de vous soucier de la contraception
- ☉ Votre fertilité se rétablit après le retrait du DIU

### **Inconvénients:**

- ☉ Peut ne pas convenir aux femmes exposées à un risque d'infections sexuellement transmissibles
- ☉ Les règles peuvent devenir plus abondantes, plus longues et plus douloureuses
- ☉ Il existe un léger risque d'infection les 20 premiers jours après l'insertion
- ☉ L'insertion est parfois ressentie comme étant désagréable

### **Remarques:**

- ☉ Dans le cas d'une insertion après l'âge de 40 ans, le dispositif peut être laissé en place dans l'utérus jusqu'à la ménopause
- ☉ Les utilisatrices reçoivent des instructions pour pouvoir contrôler elles-mêmes si leur DIU est resté en place correctement
- ☉ Avant l'insertion d'un DIU, on recommande généralement un examen pour exclure la présence d'une infection préexistante
- ☉ La fiabilité n'est pas réduite par d'autres médicaments

## **4.3. Stérilisation**

La stérilisation est une intervention chirurgicale assurant une contraception irréversible à vie. Une telle méthode n'est recommandée que chez les femmes qui sont sûres de ne plus jamais souhaiter avoir un enfant. Comme pour toutes les méthodes de contraception primaires, il est recommandé d'utiliser parallèlement une méthode secondaire.

## Stérilisation de la femme

Le taux d'échecs est d'environ 1:200. Il s'agit là d'une méthode aux effets permanents qui convient aux femmes certaines de ne jamais plus souhaiter avoir un enfant.

**Mode d'action:** Il s'agit d'une intervention chirurgicale dans laquelle on procède à une section, obturation ou ligature des trompes. Ainsi, l'entrée en contact des spermatozoïdes avec l'ovule est empêchée.

### Avantages:

- ☉ Difficilement réversible
- ☉ Après l'intervention réussie, vous n'avez plus besoin de vous soucier de la contraception
- ☉ Les règles ne sont pas influencées

### Inconvénients:

- ☉ Toute intervention chirurgicale comporte certains risques, mais le risque de complications sérieuses est faible
- ☉ Si la stérilisation a échoué, le risque de grossesse extra-utérine (p. ex. grossesse tubaire) est légèrement accru.
- ☉ L'intervention exige une anesthésie générale ou locale

### Remarques:

- ☉ Si vous n'êtes pas absolument certaine, vous devriez éviter cette méthode; il est important de recevoir des conseils adaptés
- ☉ La stérilisation peut être suivie passagèrement d'une certaine gêne ou de légères douleurs. Après l'intervention, il est conseillé de se ménager et d'éviter les efforts un certain temps

## Stérilisation de l'homme

La probabilité d'un échec de la stérilisation chez l'homme est d'environ 1:2000. Cette méthode de contraception permanente convient aux hommes qui sont sûrs de ne plus jamais vouloir avoir d'enfant.

**Mode d'action:** Section, obturation ou ligature des canaux déférents qui transportent les spermatozoïdes des testicules au pénis.

### Avantages:

- Difficilement réversible
- Après l'intervention réussie, vous n'avez plus besoin de vous soucier de la contraception
- L'intervention est généralement faite sous anesthésie locale.

### Inconvénients:

- Tant que les tests correspondants n'ont pas prouvé que le liquide séminal ne contient plus de spermatozoïdes, il faut continuer à appliquer des mesures contraceptives. Cela peut prendre jusqu'à huit semaines
- Dans certains cas, on observe des douleurs testiculaires persistantes qui ne peuvent souvent pas être traitées de façon efficace

### Remarques:

- Si vous n'avez pas de certitude absolue, vous devriez éviter cette méthode; une consultation correspondante est importante
- La stérilisation peut être suivie passagèrement d'une certaine gêne ou de légères douleurs. Après l'intervention, il est conseillé de se ménager et d'éviter les efforts un certain temps

## 5. Méthodes de contraception secondaires

Les méthodes de contraception secondaires améliorent considérablement la prévention des grossesses lorsqu'elles sont utilisées en même temps qu'une méthode de contraception primaire. Un aspect particulièrement important des méthodes de contraception secondaires est que vous ne devez pas oublier de les utiliser à chaque rapport sexuel.

### 5.1. Préservatifs

Les préservatifs masculins et féminins sont des méthodes mécaniques de type barrière; ils empêchent les spermatozoïdes d'entrer en contact avec l'ovule.

#### Préservatifs masculins

*Fiabilité: supérieure à 98% lors d'une utilisation conforme. Deux grossesses sur 100 femmes utilisant la méthode pendant un an.*

**Mode d'action:** Le préservatif masculin est fait de latex (caoutchouc) ou de polyuréthane de très faible épaisseur. Il est enfilé sur le pénis en érection et empêche les spermatozoïdes de parvenir dans le vagin.

#### Avantages:

- Les préservatifs contribuent à la protection contre les infections sexuellement transmissibles
- Ils n'ont aucun effet indésirable sérieux
- L'utilisation supplémentaire d'un spermicide n'est pas nécessaire / pas recommandée

#### Inconvénients:

- Le préservatif peut glisser ou se déchirer lors d'une erreur de manipulation ou lors de l'utilisation d'une mauvaise taille

- Après l'éjaculation, le pénis doit être retiré du vagin immédiatement, c'est-à-dire avant qu'il se rétracte, et l'utilisateur doit veiller à ne pas laisser de sperme parvenir dans le vagin

### **Remarques:**

- Le préservatif doit être mis en place avant que le pénis entre en contact avec la zone génitale de la femme
- Les produits à base d'huile attaquent les préservatifs en latex, mais peuvent être utilisés avec les préservatifs en polyuréthane
- Les préservatifs sont largement disponibles et même distribués gratuitement par certaines cliniques
- Il existe différentes formes et tailles
- L'utilisation d'un lubrifiant est recommandée pour les rapports anaux

### **Préservatifs féminins**

Les préservatifs féminins sont considérés comme moins fiables que les autres méthodes de type barrière dans le cadre du traitement par Toctino.

## **5.2. Diaphragme et capuchon cervical avec spermicide**

Le capuchon cervical ressemble au diaphragme, mais en plus petit. Le diaphragme et le capuchon cervical sont tous deux disponibles en version à usage unique et en version réutilisable. Comme les dimensions du col utérin varient d'une femme à l'autre, les diaphragmes et les capuchons cervicaux doivent être ajustés par le médecin dans chaque cas individuel.

### **Mise en place d'un diaphragme**

Une fois que la bonne taille de diaphragme aura été déterminée, le médecin vous expliquera comment le mettre en place.

Avant d'introduire le diaphragme, vous devez enduire sa face interne et son bord d'un gel ou d'une crème spermicide. Le spermicide doit être appliqué pour chaque rapport sexuel et renouvelé chaque fois que plus de six heures se sont écoulées entre la mise en place du diaphragme et le rapport sexuel. Après le dernier rapport sexuel, le diaphragme doit rester en place encore au moins six heures, mais pas plus de 30 heures.

## Mise en place d'un capuchon cervical

La mise en place et le retrait d'un capuchon cervical peut éventuellement être plus difficile que la mise en place et le retrait d'un diaphragme. Avec des instructions détaillées de votre médecin et un peu d'entraînement, vous devriez cependant pouvoir y parvenir plus facilement. Le capuchon doit être rempli de spermicide avant son insertion. Il s'adapte comme un capuchon sur le col de l'utérus et doit rester en place au moins six heures après le rapport sexuel, mais il ne doit pas être porté plus de 48 heures (à cause du risque d'infection).

Une nouvelle application de spermicide est nécessaire pour chaque rapport sexuel. Le spermicide doit également être renouvelé après un bain, étant donné que le spermicide peut avoir été lavé ou dilué.

***Fiabilité:** dans le cas d'une utilisation avec un spermicide, les diaphragmes et les capuchons cervicaux ont une fiabilité de 92 à 96 %. Quatre à huit grossesses surviennent sur 100 femmes utilisant une telle méthode pendant un an.*

**Mode d'action:** Le dispositif souple en latex ou en silicone est introduit avec un spermicide dans le vagin et y bloque le passage vers le col utérin. Il empêche ainsi les spermatozoïdes d'entrer dans l'utérus et d'y rencontrer un ovule.

### **Avantages:**

- ☉ Peuvent être mis en place à tout moment avant le rapport sexuel
- ☉ Ne doivent être utilisés que lors d'un rapport sexuel
- ☉ Ne causent aucun risque sérieux de santé

### **Inconvénients:**

- ☉ Le spermicide doit être renouvelé lors d'un nouveau rapport sexuel
- ☉ Certaines personnes sont hypersensibles aux spermicides
- ☉ La manipulation correcte exige éventuellement un peu de temps et d'entraînement
- ☉ Ne confèrent aucune protection contre les maladies sexuellement transmissibles

### **Remarques:**

- ☉ Il faut utiliser la bonne taille
- ☉ Après un accouchement, une fausse couche ou un avortement, vous aurez éventuellement besoin d'une autre taille
- ☉ Le diaphragme ou le capuchon cervical doivent être portés encore six heures après le rapport sexuel

### **5.3. Éponge contraceptive (avec spermicide)**

L'éponge contraceptive est un disque/coussinnet souple en mousse. Elle est à usage unique. L'éponge est préimprégnée d'un gramme du spermicide nonoxynol-9.

- ☉ Elle est introduite dans le vagin et placée sur le col utérin
- ☉ Là, elle bloque les spermatozoïdes et renforce ainsi les effets du spermicide
- ☉ Le spermicide contenu dans l'éponge inhibe la mobilité des spermatozoïdes
- ☉ Une attache permet de retirer aisément l'éponge

*Fiabilité: la fiabilité de l'éponge contraceptive est de 80 % lors d'un usage conforme et de 68 % lors d'un usage moyen.*

### **Avantages:**

- ☉ Peut être emportée partout sans problème.
- ☉ Ne contient pas d'hormones
- ☉ L'éponge peut être mise en place à l'avance et protège pendant 12 heures; elle n'a pas besoin d'être remplacée par une nouvelle éponge pour un nouveau rapport sexuel en l'espace de cette période
- ☉ Disponible sans ordonnance, n'exige pas d'adaptation de la taille

### **Inconvénients:**

- ☉ Exige une technique d'insertion correcte
- ☉ Ne peut pas être utilisée lors d'une allergie au spermicide
- ☉ Ne protège pas contre les maladies sexuellement transmissibles



## 6. Méthodes de contraception ne convenant pas dans le cadre du traitement par Toctino

Les méthodes de contraception qui ne sont pas décrites ci-dessus sont généralement moins fiables et ne peuvent pas être recommandées dans le cadre du traitement par Toctino.

La micropilule est moins fiable que la pilule combinée. Les préparations microdosées de progestérone ne sont pas appropriées pour la contraception dans le cadre du traitement par Toctino.

Les méthodes mécaniques de type barrière ne doivent pas être utilisées seules dans le cadre du traitement par Toctino; elles ne doivent être utilisées qu'en tant que méthodes de contraception complémentaires (secondaires).

Les préservatifs féminins sont considérés comme moins fiables que les autres méthodes mécaniques et sont par conséquent inappropriés dans le cadre du traitement par Toctino.

Les autres méthodes - par exemple la contraception post-coïtale (contraception d'urgence), le coït interrompu (retrait du pénis avant l'éjaculation) et les méthodes basées sur le calendrier ou la courbe thermique - sont peu fiables et ne doivent pas être utilisées en rapport avec le traitement par Toctino.

## 7. Ce que vous ne devez pas oublier

- Toctino peut causer des malformations sérieuses chez l'enfant à naître. Vous ne devez pas prendre Toctino si vous êtes enceinte et vous ne devez pas tomber enceinte pendant le traitement par Toctino, pendant le mois précédant le traitement ou pendant le mois suivant le traitement. Vous devez utiliser sans interruption deux méthodes de contraception fiables et complémentaires un mois avant le traitement par Toctino, pendant ce traitement et encore un mois après la fin du traitement
- Il doit s'agir d'une méthode de contraception primaire et d'une méthode de contraception secondaire
- Il existe une grande variété de méthodes de contraception. Les méthodes de contraception de longue durée telles que l'injection contraceptive ou le dispositif intra-utérin (stérilet) offrent l'avantage de vous épargner les contraintes d'une prise ou application régulière. Avec les autres méthodes, comme par exemple la pilule ou les préservatifs, vous devez veiller à la prise quotidienne / l'utilisation juste avant le rapport sexuel. Toutes les méthodes ne sont fiables que si elles sont utilisées correctement
- Expliquez à votre partenaire pourquoi la contraception est tellement importante dans la période commençant un mois avant le traitement par Toctino et se terminant un mois après la fin du traitement. Votre partenaire sexuel doit également être informé sur la contraception et le danger de malformations congénitales chez les enfants de femmes traitées par Toctino dans la grossesse. Expliquez-lui ce que vous devez faire tous les deux: choisir deux méthodes fiables de contraception (avec votre médecin ou le spécialiste compétent) et les utiliser systématiquement un mois avant le traitement par Toctino, pendant le traitement et encore un mois après la fin du traitement
- Il est d'importance décisive que vous ne tombiez pas enceinte pendant le traitement par Toctino. Si vous avez eu un rapport sexuel non protégé ou si vous pensez que vous pourriez être enceinte, vous devrez par conséquent cesser immédiatement la prise de Toctino et contacter votre médecin ou votre centre de planning familial

## Remerciements

Les informations fournies dans cette brochure sur la contraception ont été reprises sous une forme modifiée des fiches d'information « Your Guide to Contraception » (janvier 2014) et « Your Guide to the Contraceptive Patch » (janvier 2014) de la Family Planning Association.

Vous trouverez d'autres informations importantes relatives à Toctino, notamment des renseignements sur son administration, les effets indésirables et les mises en garde spéciales dans la notice d'emballage. Veuillez aussi lire attentivement ce document avant de prendre pour la première fois Toctino et suivre les instructions qui y sont énoncées. N'hésitez pas à consulter votre dermatologue si vous avez encore des questions ou des incertitudes concernant la prise de Toctino après la consultation de la notice.

GlaxoSmithKline AG  
Talstrasse 3-5  
CH-3053 Münchenbuchsee

Cachet du médecin

CH/ART/0004/15(1)sr/06.09.2018

