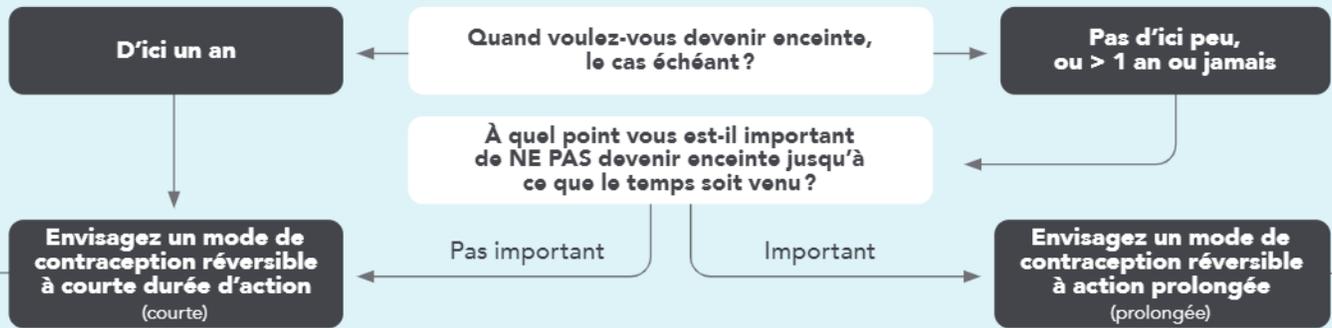


QUEL MODE DE CONTRACEPTION VOUS CONVIENT LE MIEUX ?



Visitez le www.çaseplanifie.ca pour savoir quel mode de contraception vous convient le mieux.

Adaptation des travaux de la D^{re} Rupinder Toor, NE Calgary Women's Clinic. Utiliser à titre de guide seulement; ne devrait pas remplacer un jugement clinique.

OPTIONS DE CONTRACEPTION : FRÉQUENCE D'UTILISATION ET EFFICACITÉ

Efficacité relative des options de contraception: **utilisation parfaite** c. **utilisation réelle**

Nombre de grossesses pour 1 000 femmes durant la première année d'utilisation

		Fréquence d'utilisation	Utilisation parfaite [†]	Utilisation réelle [†]	
L'implant contraceptif		3 ans	0.5	0.5	PROLONGÉE*
Système intra-utérin à libération d'hormones (SIU à libération d'hormones)		5 ans	2	2	
Dispositif intra-utérin en cuivre (DIU en cuivre)		3-12 ans	6	8	
Contraceptif injectable		Tous les 3 mois	2	60	COURTE*
Contraceptifs oraux		Chaque jour	3	90	
Timbre contraceptif		Chaque semaine	3	90	
Anneau vaginal		Chaque mois	3	90	
Condom masculin		Chaque relation	20	180	
Condom féminin		Chaque relation	50	210	
Coït interrompu (méthode du retrait)			40	220	
Modes de contraception naturels			50	240	
Aucun mode			850	850	

Adaptation du Consensus canadien sur la contraception, 2015.

Pour se protéger des ITS, il est recommandé d'utiliser des condoms et/ou des digues dentaires.

Pour obtenir des renseignements supplémentaires sur les modes de contraception, visitez le www.leSexeetMoi.ca.



*Courte: mode de contraception réversible à courte durée d'action; *Prolongée: mode de contraception réversible à action prolongée †L'efficacité relative d'un mode de contraception se définit de deux façons, soit par l'efficacité réelle et l'efficacité théorique. L'efficacité réelle fait référence à l'«utilisation réelle» d'un mode de contraception; elle reflète l'efficacité du mode selon la réelle utilisation qu'en font les femmes, y compris l'utilisation irrégulière ou incorrecte. L'efficacité théorique fait quant à elle référence à l'«utilisation parfaite» d'un mode de contraception, ce qui se définit par son utilisation correcte et constante telle qu'elle a été prescrite. La réalisation de ce document a été rendue possible grâce au soutien de Bayer Canada Inc. et Merck Canada Inc.; les opinions exprimées sont celles des auteurs et ne reflètent pas nécessairement les points de vue de Bayer Canada Inc. ou Merck Canada Inc. PP-PF-WHC-CA-0027-1 IUS033F