

| Méthode | Particularité | Type | Prix | Accès |
|---|--|--|---|--|
| Préservatif masculin | Gaine le plus souvent en latex, à dérouler soi-même sur le pénis en érection avant la pénétration et à changer à chaque rapport Protège de la transmission des IST et du VIH/Sida | Mécanique Empêche le passage des spermatozoïdes Ponctuel Non réutilisable | À partir de 0,20 € le préservatif. Non remboursé | Sans ordonnance en pharmacie, grande surface et distributeur automatique Gratuit dans les CPEF**, les Centres de Dépistage Anonyme et gratuit (CDAG), les établissements d'information du Planning Familial |
| Contraception hormonale masculine | Injection intramusculaire toutes les semaines Usage limité à 18 mois | Hormonale Empêche la production de spermatozoïdes Réversible | Injection hebdomadaire : 10, 03 € Remboursé* | Prescrite la 1ère fois par un-e médecin spécialiste en urologie, endocrinologie, gynécologie, renouvelée par un-e médecin et injectée par un-e infirmière |
| Contraception thermique masculine | Remonter soi-même les testicules contre le bas ventre et les maintenir à cet endroit (à la température du corps) grâce au port d'un slip ajusté pendant 15h par jour | Mécanique Empêche la production de spermatozoïdes Réversible | Slip ajusté avec un orifice au niveau du pénis Non remboursé | Conseil et conception du slip ajusté auprès d'un médecin spécialiste en urologie au CHU de Toulouse |
| Contraception définitive masculine | Intervention chirurgicale (vasectomie) pour obstruer le canal déférent Ne change ni l'érection, ni l'éjaculation (production de sperme sans spermatozoïdes) | Mécanique Empêche le passage des spermatozoïdes Permanente Irreversible | Délai de 4 mois de réflexion avant l'intervention Remboursé* | Pratiquée en milieu hospitalier, en cabinet de ville Réservée aux personnes majeures |

* Remboursé à 65 % par la Sécurité sociale + prise en charge mutuelle
** Gratuit en CPEF pour les personnes mineures ou non assurées sociales

Conception graphique: Tony Gonçalves Mise à jour : novembre 2014

 le planning familial



4, square Saint-Irénée 75011 Paris
Tél. : 01 48 07 29 10
mfpf@planning-familial.org
www.planning-familial.org

Liberté
Égalité
Sexualités

Les méthodes contraceptives

- Les méthodes hormonales
- Les méthodes locales et mécaniques
- Les méthodes permanentes

 le planning familial



| Méthode | Particularité | Type | Prix | Accès |
|--|---|--|--|---|
| Pilule | Comprimé à prendre chaque jour à heure régulière pendant 21 ou 28 jours selon le type de pilule | Hormonale Met l'ovulation en sommeil et installe un cycle artificiel | De 2,32 à 15 € pour 1 mois. Remboursée* selon le type de pilule | Prescrite par un-e médecin ou un-e sage-femme. Délivrée sur ordonnance en pharmacie. Gratuit en CPEF** |
| Patch | Patch à coller soi-même sur la peau et à renouveler chaque semaine pendant 3 semaines puis arrêté pendant 1 semaine 1 nouveau patch chaque semaine | Hormonale Met l'ovulation en sommeil et installe un cycle artificiel | Entre 12 et 15€ les 3 patchs pour 1 mois Non remboursé | Prescrit par un-e médecin ou un-e sage-femme. Délivré sur ordonnance en pharmacie. Gratuit en CPEF** |
| Anneau | Anneau souple à placer soi-même dans le vagin pendant 3 semaines puis arrêté pendant 1 semaine 1 nouvel anneau chaque mois | Hormonale Met l'ovulation en sommeil et installe un cycle artificiel | De 14 à 18 € pour 1 mois Non remboursé | Prescrit par un-e médecin ou un-e sage-femme. Délivré sur ordonnance en pharmacie Gratuit en CPEF** |
| Implant | Fin bâtonnet cylindrique souple inséré sous la peau du bras sous anesthésie locale Efficace 3 ans | Hormonale Met l'ovulation et les règles en sommeil | De 106 à 138 € Remboursé* | Prescrit et inséré par un-e médecin ou un-e sage-femme Délivré sur ordonnance en pharmacie Gratuit en CPEF** |
| DIU au cuivre («stérilet» ou dispositif intra-utérin) | Petit objet souple en forme de T placé dans l'utérus Inséré et retiré à tout moment de la vie par un-e médecin ou un-e sage-femme Efficace 5 à 10 ans | Mécanique Empêche la fécondation en détruisant les spermatozoïdes avec le cuivre | De 27 à 55 € selon le type de DIU au cuivre Remboursé | Prescrit et inséré par un-e médecin ou un-e sage-femme Délivré sur ordonnance en pharmacie Gratuit en CPEF** |
| DIU hormonal («stérilet» ou dispositif intra-utérin) | Petit objet souple en forme de T placé dans l'utérus Inséré et retiré à tout moment de la vie par un-e médecin ou un-e sage-femme Efficace 3 à 5 ans | Hormonale Empêche l'implantation en diffusant de la progestérone dans l'utérus | 102,90 € et 114 € selon le type de DIU hormonal Remboursé* | Prescrit et inséré par un-e médecin ou un-e sage-femme Délivré sur ordonnance en pharmacie Gratuit en CPEF** |
| Injectable | Injection intramusculaire tous les trois mois d'un progestatif de synthèse Efficace 12 semaines | Hormonale Met l'ovulation et les règles en sommeil | Injection trimestrielle : 3,44 € Remboursé* | Prescrit par un-e médecin ou un-e sage-femme et réalisé par un-e médecin ou un-e sage-femme ou un-e infirmière |
| Diaphragme | Membrane souple en silicone à placer soi-même au fond du vagin avec un spermicide Placé maximum 2h avant le 1er rapport et retiré entre 6h à 24h après le dernier rapport Diminue la transmission des IST et du VIH/Sida | Mécanique Empêche le passage des spermatozoïdes Ponctuel Réutilisable 2 ans | 34 € environ Remboursé sur la base de 3 € | Prescrit par un-e médecin ou un-e sage-femme qui apprend à le placer Délivré sur ordonnance en pharmacie Peut être obtenu au Planning Familial |
| Spermicide | Gel, ovule ou capsule à placer soi-même dans le vagin avant chaque rapport (1 dose pour 1 éjaculation) en complément d'un diaphragme Efficace 4 heures | Chimique Détruit les spermatozoïdes Ponctuel Non réutilisable | 9,90 € la boîte de 10 ovules de spermicide Non remboursé | Délivré sans ordonnance en pharmacie |
| Préservatif féminin | Gaine en nitrile avec un anneau souple aux deux extrémités à placer soi-même dans le vagin Peut être mis en place plusieurs heures avant un rapport et laissé pour plusieurs pénétrations Protège de la transmission des IST et du VIH/Sida | Mécanique Empêche le passage des spermatozoïdes Ponctuel Non réutilisable | 6 à 9 € la boîte de 3 préservatifs Non remboursé | Sans ordonnance en pharmacie Gratuit dans les CPEF**, les centres de dépistage anonyme et gratuit (CDAG), les établissements d'information du Planning Familial |
| Contraception définitive féminine | Intervention chirurgicale (ligature des trompes, pose de clips ou de micro-implants) pour obstruer les trompes | Mécanique Empêche le passage des spermatozoïdes Permanente Irréversible | Délai de 4 mois de réflexion avant l'intervention Remboursé* | Pratiquée en milieu hospitalier, en cabinet de ville Réservée aux personnes majeures |
| Contraception d'urgence | Dans les 3 jours après un rapport non protégé : comprimé unique au lévonorgestrel Dans les 5 jours après un rapport non protégé : comprimé unique à l'ulipristal acétate Dans les 5 jours après un rapport non protégé : pose d'un DIU au cuivre | Hormonale Hormonale Mécanique | de 6,07 à 7,41€ Remboursé* 23,59 € Remboursé* de 27 à 55 € Remboursé* | sans ordonnance gratuite pour les mineur-e-s en CPEF, en pharmacie, et à l'infirmierie scolaire uniquement sur prescription par un-e médecin, un-e sage-femme et en CPEF DIU d'urgence inséré par un-e médecin ou un-e sage-femme |
| Méthodes dites «naturelles» | Fondées sur le retrait (coït interrompu), l'allaitement après l'accouchement (méthode MAMA) et le calcul des jours de fécondité par le calendrier (méthode Ogino), par l'observation de la température du corps (méthode des températures) associée à l'observation de la glaire cervicale (méthode Billings). Les méthodes de calcul des jours de fécondité nécessitent de ne pas avoir de rapports sexuels ou d'utiliser une autre méthode contraceptive pendant cette période. Ces méthodes permettent de réduire le risque de grossesse non prévue, c'est-à-dire d'espacer ou de réguler le nombre des naissances. Mais elles ne sont pas les plus efficaces en matière de contraception et nécessitent de bien les maîtriser. | | | |