

# Anneau contraceptif

L'anneau contraceptif mesure 54 mm de diamètre et il est constitué d'un plastique transparent, doux et souple. Il est inséré dans le vagin, où il relâche lentement des hormones, soit de l'œstrogène et de la progestine, pendant trois semaines.

## Comment fonctionne-t-elle?

- L'anneau contraceptif permet à la femme d'éviter la grossesse principalement en empêchant les ovaires de relâcher un ovule, mais il peut également faire épaisir la glaire cervicale (par conséquent, les spermatozoïdes ont plus de difficulté à pénétrer dans l'utérus) et diminuer l'épaisseur de la paroi utérine. Son mode de fonctionnement est très similaire à celui de la pilule.
- L'anneau n'est produit qu'en une seule taille et il n'a pas besoin d'être placé à un endroit particulier dans le vagin pour être efficace. Ce sont les parois du vagin qui le tiennent en place, et habituellement la femme ne le sent plus une fois qu'il a été inséré. La femme insère et retire l'anneau elle-même. La plupart d'entre elles trouvent qu'il est facile d'effectuer ce geste.
- L'anneau se porte à l'intérieur du vagin pendant trois semaines. La quatrième semaine, il est retiré du vagin pour laisser libre cours à la menstruation. À la fin de cette quatrième semaine sans anneau, la femme insère un autre anneau pour lancer un nouveau cycle.

## Quelle est son efficacité?

- **Taux d'échec selon une utilisation réelle** : 90 femmes sur 1000 au cours de la première année d'utilisation;
- **Taux d'échec selon une utilisation théorique** : 3 femmes sur 1000 au cours de la première année d'utilisation.



## Avantages

- + Grande efficacité, réversible et sécuritaire
- + Diminution possible des crampes et du flux menstruel
- + Régularisation du cycle menstruel
- + Diminution des symptômes prémenstruels
- + Diminution du risque de cancer de l'endomètre, des ovaires et du côlon
- + Diminution du risque de fibromes et de kystes ovariens
- + Ne requiert pas d'y penser chaque jour

## Désavantages

- Peut causer des saignements légers ou irréguliers
- Peut rendre les seins sensibles, causer la nausée ou des maux de tête
- Peut irriter le vagin, créer un inconfort ou causer des pertes
- Exige de la femme qu'elle se souvienne de changer l'anneau une fois par mois
- Ne protège pas contre les ITS