

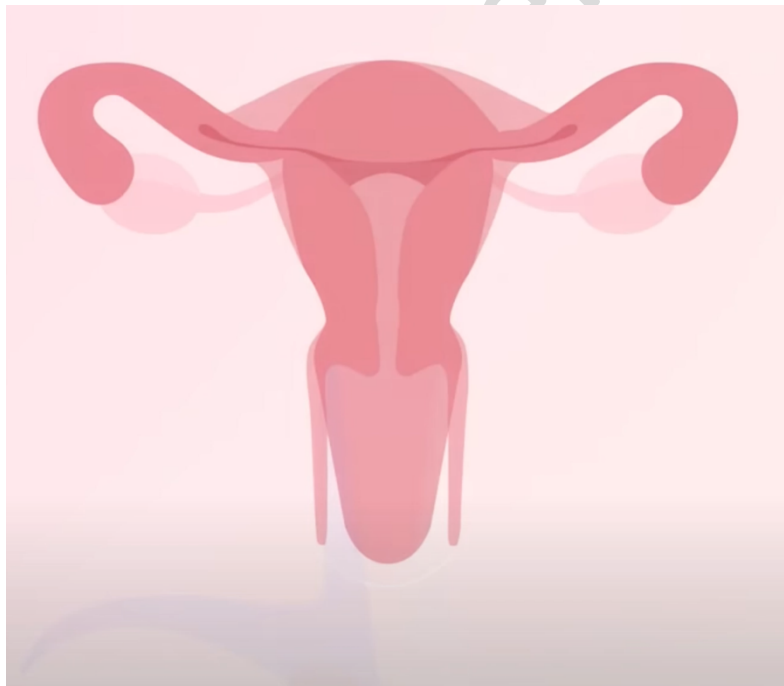
La pose d'un DIU = Dispositif Intra-Utérin est en général rapide et peu douloureuse (Dr Charra®)

La pose d'un DIU en vidéo :

https://share.icloud.com/photos/02bsSsm_6A0uStN3wv-JTt9SQ



<https://www.dropbox.com/scl/fi/82nm5yi60618qpefsqb4g/Pose-DIU.mov?rlkey=rb4hac4akn0xqgmp4z3cw8n5e&dl=0>



La pose d'un DIU = Dispositif Intra-Utérin

est en général rapide et peu douloureuse (Dr Charra®)

Avant la pose

- Une consultation avant le jour de la pose du DIU (ou stérilet) permet un examen, afin de s'assurer qu'il n'y a pas d'infection en cours, que le suivi gynécologique est à jour (notamment le dépistage des lésions du col utérin) et que le stérilet peut être mis en place.

- Cette consultation permet aussi de choisir le DIU le mieux adapté pour vous (au cuivre ou aux hormones). Chacun a ses avantages et ses inconvénients.

*Les DIU au cuivre sont sans hormones. Vous gardez donc vos cycles à vous (votre rythme de règles personnel) mais ils peuvent en augmenter le flux.

*Le DIU aux hormones permet lui de diminuer les flux de règles trop abondants voir de couper les règles. Mais il peut potentiellement entraîner des petits saignements intempestifs (surtout au début), des problèmes de peau, des douleurs aux seins...

- C'est l'occasion de poser des questions, de voir et toucher un stérilet. Il n'est pas nécessaire d'avoir déjà eu un enfant pour avoir un stérilet comme contraception

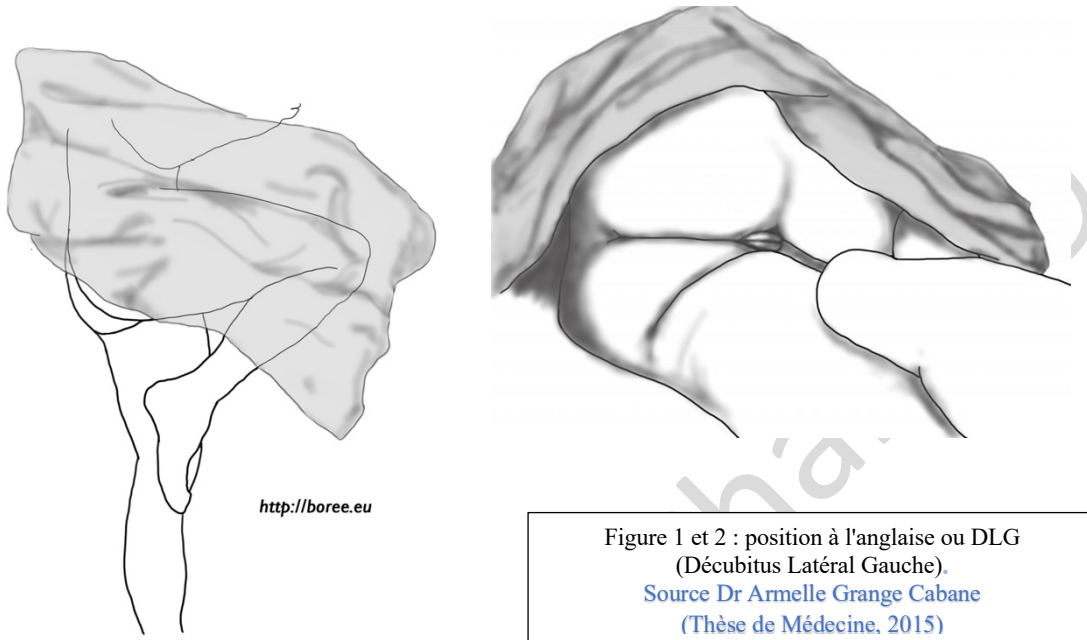
- Le stérilet est habituellement mis en place au cours des règles car à ce moment le risque de grossesse méconnue est écarté et le col est ouvert; il est donc plus facile de passer le stérilet (le deuxième jour étant le jour idéal). D'autres périodes d'insertion sont parfois choisies : immédiatement après une interruption volontaire de grossesse ou encore dans les 5 jours suivant un rapport sexuel non protégé, dans un but de contraception d'urgence

La pose d'un DIU = Dispositif Intra-Utérin

est en général rapide et peu douloureuse (Dr Charra®)

La pose dure peu de temps

- La pose du stérilet dure environ 5 minutes, pendant lesquelles vous êtes en position allongée sur le côté gauche, comme lors des frottis.



- Un toucher vaginal est parfois effectué. Puis un spéculum est mis en place : cet instrument repousse les parois du vagin, ce qui donne accès au col de l'utérus. Cela provoque une sensation d'écartement mais pas de douleur.
- Parfois lorsque le col de l'utérus est peu accessible, il est saisi dans une pince fine et ainsi maintenu, ce qui peut entraîner une brève sensation de pincement.
- Le DIU est replié dans un petit tube, à peine plus large que le réservoir d'encre d'un stylo à bille. Ce tube est inséré dans l'utérus par l'orifice de son col, et le DIU se déplie à l'intérieur de l'utérus. Le tout dure environ 20 secondes, et provoque parfois une douleur modérée au bas-ventre, comme des douleurs de règles. Si elle a été posée, la pince est ensuite retirée.
- Les fils du stérilet sont coupés de façon à en laisser dépasser quelques centimètres dans le vagin : ils serviront à enlever le stérilet. Cela n'entraîne aucune douleur. Vous pourrez par contre ressentir quelques picotements au niveau du vagin le temps que les fils s'imprègnent de vos sécrétions et aillent se positionner en arrière du col. Puis le spéculum est retiré.
- Il n'y a pas de nécessité de contrôler à l'échographie la bonne position du DIU, sauf dans certains cas particuliers.

La pose d'un DIU = Dispositif Intra-Utérin

est en général rapide et peu douloureuse (Dr Charra®)

La pose en Image



À la maison, après la pose

- Des saignements peuvent survenir pendant quelques jours, ainsi que des douleurs modérées, qu'on peut combattre par des médicaments antidouleur (prescrits avec le stérilet). Les anti-inflammatoire (type Ibuprofène) peuvent aussi être utilisés sans diminuer l'activité contraceptive du stérilet.

- Quelque temps après la pose (un minimum de deux cycles), une nouvelle consultation permet de vérifier la bonne tolérance et la bonne position du stérilet.

- o **En cas de douleurs intenses malgré la prise d'antidouleurs, de fièvre ou de pertes anormales, un nouvel examen gynécologique est utile pour s'assurer de l'absence de problème (infection par exemple).**

- o **Si vous présentez des signes évocateurs d'une grossesse (retard de règles pour les patientes porteuses d'un DIU au Cuivre, mal au seins persistant ou nausées quelque soit le type de DIU), il faut faire un test de grossesse (urinaire acheté en vente libre aussi fiable que ceux des laboratoires)**

La pose d'un DIU = Dispositif Intra-Utérin est en général rapide et peu douloureuse (Dr Charra®)

Sources :

Dispositifs intra-utérins, alias stérilets - Première partie - Une alternative efficace à la contraception hormonale orale" Rev Prescrire 2009 ; 29 (304) : 113-119.

Dispositifs intra-utérins, alias stérilets - Deuxième partie - Connaître les détails pratiques de la pose d'un dispositif intra-utérin" Rev Prescrire 2009 ; 29 (305) : 202-206.

INPES : choisir sa contraception : <https://www.santepubliquefrance.fr/determinants-de-sante/sante-sexuelle/documents/brochure/choisir-sa-contraception>

Recommandations du Collège National des GynécoObst Français : http://www.cngof.fr/pratiques-cliniques/recommandations-pour-la-pratique-clinique/aperçu?path=RPC%2BCOLLEGE%252F2018%252FCNGOF_RPC_2018-CONTRACEPTION.pdf&i=21002