

liberation.fr

Une femme peut-elle porter un stérilet et une coupe menstruelle sans risquer de tomber enceinte ?

Par Olivier Monod

Question posée par le 19/03/2019

Bonjour,

La compatibilité du stérilet (aussi appelé Dispositif intra-utérin ou DIU) et de la coupe menstruelle est un sujet récurrent d'inquiétude chez les utilisatrices. Il a fait l'objet [d'un article](#) sur *Rue89* en... 2014 et intitulé «*Stérilet + Mooncup = risque de grossesse ? Un débat, pas de preuve*».

Comme le montre le tweet ci-dessous, dernier exemple en date de ce questionnement, patientes et gynécologues se posent encore des questions.

🚫 La cup est INTERDITE pour celles qui portent un stérilet ! L'effet ventouse peut le faire bouger ! Info confirmée par ma gyneco ! 🚫

— Chloé (@azertopia) [19 mars 2019](#)

Quelle est la crainte ?

Le phénomène serait le suivant. La coupe menstruelle étant insérée dans le vagin, un effet ventouse se crée et peut faire bouger le stérilet voire le faire tomber. Un autre mécanisme est parfois évoqué. Les fils du stérilet se prendraient dans la coupe et tireraient sur le DIU.

Le sujet a été pris au sérieux. Le député PS Hervé Féron en avait fait le sujet d'[une question au gouvernement](#) en 2014. L'Agence nationale de sécurité du médicament et des produits de santé a été sollicitée en 2013 mais [son enquête](#) ne l'a pas mené à valider la théorie.

«*Il n'y a pas de certitude quant au lien entre les coupes et les incidents signalés mais la possibilité d'un effet ventouse sur le stérilet lors du retrait des coupes est évoquée*» écrivait l'agence en invitant les professionnels à lui signaler des cas s'ils en rencontrent dans leur pratique. Peu de remontées ont été reçues par l'ANSM depuis. L'utilisation simultanée des deux dispositifs n'est donc pas interdite.

Un sujet ancien

Sur sa page Facebook en 2014, le médecin Martin Winckler se montrait très affirmatif sur l'absence de validité scientifique du débat.

Une opinion corroborée par un [article de recherche](#) de 2011 qui ne trouve pas de lien entre la coupe et l'expulsion de DIU. Contactée par CheckNews, l'autrice, Ellen Wiebe, précise que sa clinique de Vancouver «*pose 4 500 DIU par an et n'a trouvé aucune raison de douter des résultats de cette étude*» depuis sa publication. Les articles scientifiques sur le sujet ne sont pas légion.

Retours de terrain

CheckNews a contacté plusieurs acteurs de terrain pour connaître leur retour. Ils ne sont pas unanimes mais plusieurs disent avoir vu de tels cas dans leur pratique.

«Il peut arriver que des femmes retirent leur stérilet en enlevant leur coupe menstruelle», explique Isabelle François, présidente de l'Association nationale des sages-femmes libérales.

Même son de cloche du côté de Pia de Reilhac, présidente de la Fédération nationale des collèges de gynécologie médicale : *«Le phénomène existe. Il est important de bien prévenir les femmes que cela peut arriver et de leur apprendre à manier la coupe.»*

La gynécologue Aleth Bacquet-Lefebvre a aussi observé dans sa pratique de tels cas : *«Je déconseille maintenant aux femmes utilisant un DIU d'avoir recours à une coupe menstruelle.»*

Pour Nathalie Trignol-Viguié, membre du bureau de l'association nationale des centres d'IVG et de contraception et autrice d'[une étude](#) sur le DIU, stérilet et coupe menstruelle sont compatibles. *«Les grossesses non désirées sous stérilet existent. Mais le problème soulevé par la coupe n'est pas insoluble. Le stérilet est posé avec un fil pour pouvoir le récupérer. Ce fil peut se coincer entre la coupe et la paroi du vagin auquel cas en retirant la coupe on exerce une traction sur le stérilet. Cette situation est évitable en coupant le fil un peu plus court et en manipulant précautionneusement la coupe.»*

Les risques d'expulsions du stérilet

L'expulsion du stérilet est un sujet étudié, chez les femmes qui viennent d'accoucher comme chez [celles qui ne sont pas mère](#).

«Les DIU sont expulsés plus fréquemment au moment des règles, par les contractions utérines, lorsque celles-ci sont intenses. Et donc, évidemment, il peut arriver qu'une utilisatrice de coupe trouve son DIU dedans en retirant la sienne. C'est une corrélation (ça arrive au moment des règles) et non un lien de causalité», commente Martin Winckler.

[Une étude indienne](#) de 2018 montrait un taux d'expulsion de 7,5% chez les femmes qui se faisaient placer un stérilet moins de 48 heures après l'accouchement.

[Une analyse plus large](#) de toutes les publications scientifiques sur le sujet démontre que ce taux varie en fonction du type de DIU, de la méthode d'accouchement et du temps entre l'accouchement et l'insertion du dispositif. Selon ses résultats, le taux d'exclusion pouvant tomber de 29,7% (!) si l'on attend moins de quatre semaines après la naissance à 1,9% si on attend plus de quatre semaines.

L'impact de l'utilisation de la coupe menstruelle sur ces taux d'expulsion n'est pas encore mesuré. La moyenne mondiale d'expulsion [serait similaire](#) pour les femmes, déjà mères ou non : autour de 6% dans la première année et de 12% sur huit ans. [Des éléments](#) laissent penser que les adolescentes présentent un plus haut taux d'expulsion.

Aucune contraception n'est sûre à 100%

Pour répondre complètement à votre question, et indépendamment de la question des coupes menstruelles, les DIU sont efficaces mais pas infallibles, comme le rappelait [Slate en 2017](#). Selon les données de [l'assurance maladie](#) (provenant de [l'OMS](#)), pour 100 femmes utilisant cette méthode contraceptive pendant un an, 0,8 va tomber enceinte avec un stérilet au cuivre et 0,2 avec un stérilet hormonal. Ces données sont questionnées par Slate, car elles ont été calculées il y a plusieurs années, avant que le stérilet soit utilisé par des femmes plus jeunes et plus fertiles. L'efficacité des autres modes de contraception est récapitulée ci-dessous.

Efficacité comparative des principales méthodes c

Méthode	Indice de Pearl ou efficacité théorique
Pilule estroprogestative	0,3
Pilule progestative	0,3
Dispositif intra-utérin au lévonorgestrel	0,2
Dispositif intra-utérin au cuivre	0,6
Préservatifs masculins	2
Spermicides	18
Diaphragme et spermicides	6
Cape cervicale	9 à 26
Méthodes naturelles	1 à 9
Implants	0,05
Vasectomie	0,1
Ligature des trompes	0,5

