

Une info à nous transmettre? Une histoire à nous raconter? Ecrivez-nous à web@zominutes.ch

CONTRACEPTION

27 septembre 2011 18:24; Act: 29.09.2011 14:20

Tabac et pilule, le duo qui tue

par Caroline Goldschmid - *Dès l'âge de 35 ans, les femmes qui fument doivent trouver une alternative à la pilule œstroprogestative.*



Fumer tout en prenant la pilule comporte un grand risque de maladies cardiovasculaires dès la trentaine. (photo: EPP)

Le nombre d'infarctus chez les femmes de moins de 50 ans est passé de 3,7% en 1995 à 11,6% en 2011. Mise en évidence lors du congrès de la Société européenne de cardiologie la semaine dernière, cette augmentation est principalement due au cocktail pilule contraceptive-tabac, selon les cardiologues.

Ce mélange fait courir aux femmes, dès la mi-trentaine, un risque accru d'accident vasculaire cérébral. «Les contre-indications comme celle du tabac chez une femme de plus de 35 ans sont connues et nous ne prescrivons pas une pilule œstroprogestative dans ces cas-là», explique la Dresse Adeline Quach, des Consultations de santé sexuelle – Planning familial Profa.

Les accros à la clope de 35 ans et plus peuvent se rabattre sur les contraceptifs progestatifs (lire ci-contre), les stérilets et les préservatifs, masculins et féminins. «L'anneau vaginal et le patch contraceptif ne sont pas recommandés puisqu'ils diffusent eux aussi des œstrogènes, souligne la doctoresse. La ligature des trompes et la vasectomie sont des procédures définitives. Quant aux méthodes du coït interrompu et du calcul des jours fertiles, elles ne sont que peu efficaces.»

Les méthodes sans œstrogène

- La pilule progestative se prend tous les jours sans pause et occasionne souvent la disparition des règles. Même avec un retard de prise de 12 heures au maximum, on est à 99% sûr de ne pas tomber enceinte.
- L'implant contraceptif sous-cutané est garanti pour trois ans.
- L'injection trimestrielle aboutit aussi la plupart du temps à l'arrêt des règles.
- Le stérilet est posé pour cinq ans mais peut être enlevé avant. Il en existe au cuivre ou avec un progestatif qui agit localement.