

Santé sexuelle : faites le point sur vos connaissances !

1. Après un rapport sexuel non protégé, quelle est la durée de survie des spermatozoïdes dans l'appareil génital de la femme ?

5 heures, 3 jours ou 5 jours ?

Les spermatozoïdes survivent **jusqu'à 5 jours** après un rapport sexuel non protégé grâce à la glaire cervicale dont le rôle est de permettre la survie des spermatozoïdes et de faciliter leur remontée vers l'ovule.

2. Si vous avez un rapport sexuel non protégé, le fait de se retirer avant l'éjaculation est un moyen de contraception efficace.

Vrai ou Faux ?

C'est faux : dès le début de l'érection, des spermatozoïdes (ainsi que d'éventuelles IST) vont être déposés dans le vagin lors de la pénétration. À noter qu'une grossesse est même possible sans pénétration, par un simple contact entre le liquide séminal et la vulve et ce, grâce à la glaire cervicale.

3. La pilule prise tous les jours à heure fixe bloque la fabrication des ovules ?

Vrai ou Faux ?

C'est vrai : À condition que la prise de la pilule soit régulière à heure fixe, en respectant les jours de prise, sans oubli, ni gastro-entérite qui diminue l'absorption de la pilule. Il est donc important de bien choisir son heure de prise afin de se faciliter la vie, d'éviter les oublis et donc de permettre une meilleure efficacité contraceptive de la pilule.

4. La pilule d'urgence est efficace à 100 %.

Vrai ou Faux ?

C'est faux : La contraception d'urgence n'est jamais efficace à 100 %, même si elle est prise très rapidement après le rapport non protégé. Comme l'efficacité diminue avec le temps, plus sa prise aura lieu à proximité du rapport à risque, plus elle sera efficace, sans être toutefois infaillible.

5. La pilule d'urgence est prise en charge à 100 % sans ordonnance pour toutes les femmes en pharmacie.

Vrai ou Faux ?

C'est vrai : Afin de prévenir les grossesses non désirées, la contraception d'urgence aussi appelée « pilule du lendemain » est disponible en pharmacie depuis le 1er janvier 2023 sans prescription médicale et sans avance de frais, pour toute personne mineure ou majeure. Cependant, elle est bien moins efficace qu'une contraception permanente. Il est donc préférable de consulter un centre de santé sexuelle, votre médecin ou une sage-femme, afin de faire le point sur votre situation et envisager de mettre en place une contraception adaptée.

6. Après un rapport sexuel à risque, dans quel délai doit-on réaliser un test de grossesse urinaire afin que le résultat de ce dernier soit fiable ?

5 jours, 2 semaines, 3 semaines ?

Après un rapport sexuel à risque, il faudra réaliser un test de grossesse en l'absence de règles ou si ces règles ne sont pas comme habituellement (durée ou quantité de sang perdu différente). **Ce test urinaire sera fiable s'il est réalisé au moins 3 semaines après le rapport à risque.** Pour un test sanguin de grossesse, le résultat sera fiable s'il est réalisé au moins 2 semaines après le rapport à risque.

7. Il faut avoir eu des enfants pour pouvoir se faire poser un stérilet ?

Vrai ou Faux ?

C'est faux

Une femme qui n'a jamais eu d'enfant peut se faire poser un stérilet.

8. L'implant contraceptif est le moyen de contraception qui a la meilleure efficacité contraceptive ?

Vrai ou Faux ?

C'est vrai Avec une efficacité de 99,9%, c'est le moyen de contraception qui a la meilleure efficacité contraceptive.

9. Le préservatif masculin est un moyen de contraception très efficace ?

Vrai ou Faux ?

C'est faux : Son efficacité n'est que théorique car dans la pratique, un mauvais usage des utilisateurs ne le rend efficace qu'à 85%. Il est important que tous les garçons se familiarisent avec son utilisation en apprennent à l'ajuster correctement, avec surtout une taille de réservoir suffisante pour être à leur aise et éviter que le préservatif ne se déchire. Il faudra également apprendre à éviter la pollution du préservatif par le liquide séminal durant la mise en place de celui-ci mais également durant la réalisation des préliminaires.

Il faut toutefois rappeler que le préservatif est le seul moyen de se protéger contre les IST, il est donc important de l'utiliser.

Et si la grossesse n'est pas une option pour vous, surtout si vous êtes jeune et donc très fertile, il est préférable de l'utiliser en association avec une autre méthode contraceptive.

10. Utiliser 2 préservatifs en même temps lors d'un même rapport sexuel sera plus efficace ?

Vrai ou Faux ?

C'est faux : Le préservatif doit être en contact uniquement avec des muqueuses, si deux préservatifs sont utilisés simultanément, ils vont s'échauffer et risquent de se déchirer.

11. Si j'ai moins de 26 ans, je peux me procurer des préservatifs gratuitement en pharmacie ?

Vrai ou Faux ?

C'est vrai : Depuis le 1^{er} janvier 2023, les préservatifs des marques « Eden » et « Sortez couverts ! » peuvent être pris en charge à 100 % par l'Assurance Maladie sans prescription médicale pour toute personne de moins de 26 ans, sans minimum d'âge. Pour obtenir la délivrance d'une boîte de préservatifs, il suffit de se rendre en pharmacie et de présenter sa carte vitale pour les personnes majeures.

12. En France, une femme peut avorter jusqu'à ? 10 semaines de grossesse soit 12 semaines d'aménorrhée* (*absence de règles), 12 semaines de grossesse soit 14 semaines d'aménorrhée, 14 semaines de grossesse soit 16 semaines d'aménorrhée ?

En France une femme peut avorter **jusqu'à 14 semaines de grossesse, soit 16 semaines d'aménorrhée**. Pour plus d'informations sur l'IVG, n'hésitez pas à contacter nos centres de santé sexuelle.

13. Tant que je n'ai pas de symptôme, je n'ai pas besoin de me faire dépister ?

Vrai ou Faux ?

C'est faux : Les IST sont dites « asymptomatiques », cela veut dire qu'il n'y a souvent pas de signes visibles de l'infection. Le seul moyen d'en être sûr, c'est le dépistage !

14. La plupart des IST (Infections sexuellement transmissibles) se soignent facilement ?

Vrai ou Faux ?

C'est vrai : La majorité des IST se soignent facilement, cela vaut donc vraiment le coup de se dépister ! Cela permet d'éviter les éventuelles complications pour vous-même, mais aussi pour éviter de transmettre à de futur(e)s partenaires sexuels.

15. Les IST se transmettent uniquement lors des pénétrations non protégées ?

Vrai ou Faux ?

C'est faux : Un simple contact cutané ou muqueux peut suffire à transmettre certaines IST telles que le HPV (ou papillomavirus), le Chlamydiae...

16. Quelle est l'IST la plus répandue chez les jeunes parmi : le VIH, la syphilis, le Chlamydiae ?

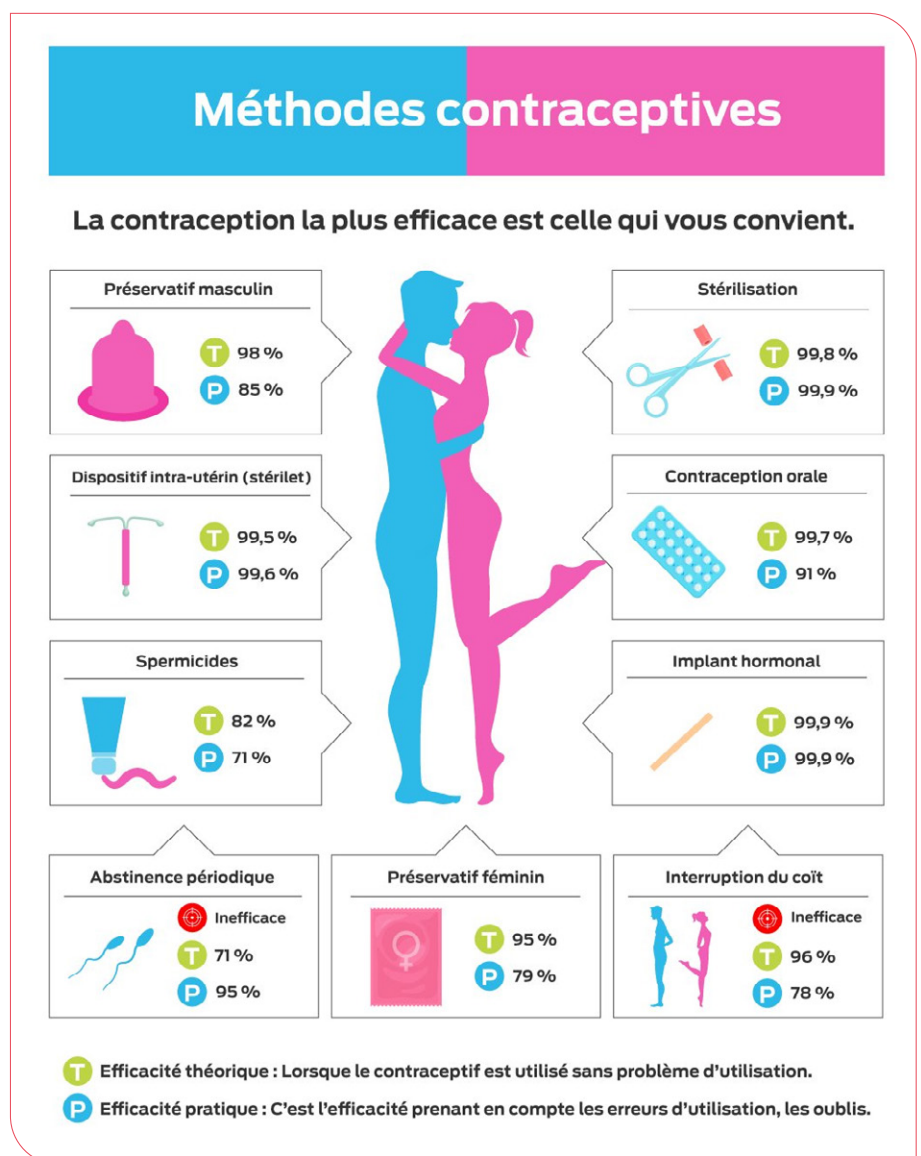
C'est le Chlamydiae qui est présent chez 1 jeune sur 20 entre 15 et 25 ans ; la plupart du temps sans aucun symptôme. Sachant qu'il peut être responsable de stérilité future, et que le préservatif protège moyennement contre sa transmission qui peut se faire durant les préliminaires, il est vraiment très important de le rechercher régulièrement et de le traiter au plus vite par une prise unique d'antibiotique.

17. Le préservatif protège contre toutes les infections sexuellement transmissibles ?

Vrai Faux ?

C'est faux : Le préservatif ne protège pas à 100 % contre une infection par le papillomavirus. En effet, des muqueuses infectées et contaminantes peuvent dépasser la zone couverte par le préservatif, ce qui en fait l'IST la plus répandue dans l'ensemble de la population. Le seul moyen de se protéger contre le papillomavirus est la vaccination, que l'on soit une fille ou un garçon.

Pour en savoir plus sur l'efficacité contraceptive des différents moyens de contraception les plus courants :



Les centres de santé sexuelle
vous accueillent gratuitement en toute
confidentialité pour répondre à vos questions.

Pour en savoir plus contactez-nous au
03 26 69 52 71 - www.marne.fr

**Les centres de santé sexuelle
dans la Marne**

CHÂLONS-EN-CHAMPAGNE

13, rue Carnot
03 26 69 40 97

ÉPERNAY

Centre hospitalier Auban Moët
137 rue de l'Hôpital
03 26 58 73 63

REIMS

Hôpital Maison Blanche
Bâtiment Alix de Champagne
45, rue Cognacq-Jay
03 26 78 78 56

VITRY-LE-FRANÇOIS

30 place d'Armes
03 26 74 40 56

Conception graphique : agence Tandem - Adaptation : Imprimerie du Département de la Marne - Crédits photos : Adobe Stock - 05/2022



**Les centres
de santé sexuelle**

Jeunesse et famille
marne•fr


Marne
LE DÉPARTEMENT

L'amour... la première fois... la sexualité...

Un rapport non protégé... Qu'est-ce que je risque ?

Un retard de règles... Suis-je enceinte ?

Les centres de santé sexuelle sont des lieux d'écoute, d'information, d'échanges, d'accompagnement et d'orientation.

Possibilité de tests de grossesse, délivrance de la pilule du lendemain, distribution de préservatifs...

Des médecins, des sages-femmes et des conseillères conjugales et familiales vous y accueillent et vous apportent des réponses adaptées à votre situation personnelle, que vous soyez :

- une fille ou un garçon
- majeur ou mineur
- avec ou sans couverture sociale



Un oubli de pilule ... Que dois-je faire ?

Des difficultés relationnelles ...

Où trouver de l'aide ?

Les centres de santé sexuelle vous proposent :

Des consultations médicales

- Accompagnement dans le début de la sexualité
- Prescription, délivrance et suivi de contraception
- Diagnostic de grossesse
- Dépistage et traitement des infections sexuellement transmissibles

Des entretiens de conseil conjugal et familial

- Entretiens pré et post IVG
- Temps d'échanges sur le corps, la sexualité et la contraception
- Entretien individuel ou en couple autour de difficultés relationnelles

Les consultations médicales et les entretiens de conseil conjugal et familial sont gratuits et confidentiels pour tous.