

Les méthodes barrières. Le préservatif féminin et le diaphragme

Qu'est-ce qu'un préservatif et à quoi ça sert?

C'est une gaine en plastique à la forme d'un sac qui s'adapte au pénis (dans le cas d'un préservatif masculin) ou au vagin (dans le cas d'un préservatif féminin). On le met avant les rapports sexuels pour empêcher tout contact entre les fluides sexuels.

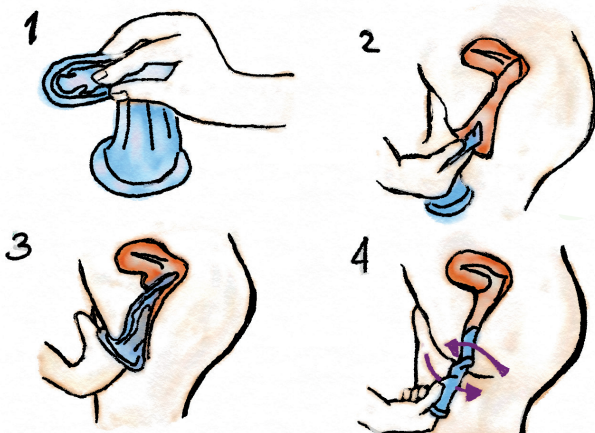
Le préservatif est le seul moyen qui permet d'éviter aussi bien les grossesses non désirées que les maladies sexuellement transmissibles (comme l'hépatite, la syphilis, la gonorrhée, la chlamydia et le SIDA, entre autres) et l'infection par le virus du papillome humain, et donc, du risque de cancer du col de l'utérus. C'est pourquoi c'est la méthode la plus recommandée.

Est-il efficace?

Son taux d'efficacité est de 99%. Les préservatifs doivent être conservés dans un endroit frais et sec et il faut éviter d'y mettre trop de pression. Il faut vérifier la date de péremption avant de l'utiliser.

Préservatif féminin. Comment le poser?

Ouvrez délicatement l'emballage pour ne pas déchirer le plastique. Pour le poser, saisissez-le par les deux anneaux et insérez l'anneau



interne dans le vagin en le poussant le plus profondément possible. Il se positionne à l'horizontale, contre le col de l'utérus. Ensuite déroulez-le: l'anneau externe doit recouvrir la région des lèvres. Pour l'enlever, il faut saisir l'anneau externe, le tordre et tirer doucement. Assurez-vous qu'il n'y a pas de déchirure, faites un noeud et jetez-le à la poubelle. Il faut utiliser un nouveau préservatif à chaque rapport.

Diaphragme. Qu'est-ce que c'est?

Le diaphragme est une méthode barrière réutilisable, formé d'une membrane en plastique montée sur un anneau. Il s'insère dans le fond du vagin de manière à coiffer le col de l'utérus.

Le diaphragme doit toujours être utilisé avec une crème spermicide, avant chaque rapport sexuel. Sans spermicide, le système n'est pas efficace.

On ne peut l'installer au maximum que 2 heures avant tout rapport sexuel. Pour qu'il soit efficace, il doit être associé à un spermicide et il doit être gardé en place pendant un minimum de 6 à 8 heures après le rapport. Il peut rester dans le vagin jusqu'à 24 heures. Une fois extrait du vagin, le diaphragme doit être lavé et rangé dans sa boîte. Il ne protège pas contre les maladies sexuellement transmissibles.