

**GRÂCE À LA CONTRACEPTION MASCULINE  
LES HOMMES  
PEUVENT ÊTRE ACTEURS  
ET AUTONOMES  
EN MATIÈRE DE CONTRACEPTION !**

Toutes les enquêtes depuis plus de trente ans indiquent une demande croissante de la part des hommes d'une contraception masculine. Les motivations ne manquent pas : **volonté de partager la responsabilité contraceptive dans le couple, préservation de la santé de la femme** (effets indésirables ou contre-indications médicales de contraception féminine), **choix de l'homme de maîtriser sa fertilité.**

Pourtant, et particulièrement en France, ce sont les femmes qui assument seules l'essentiel de la contraception **alors que** des alternatives existent : **contraception masculine hormonale ou thermique, préservatif, vasectomie.**

**La contraception masculine existe !** Comme la contraception féminine, elle a ses avantages et ses inconvénients. **Elle élargit le choix contraceptif et permet un partage** de la contraception entre femmes et hommes.

**ARDECOM**  
**ASSOCIATION POUR LA RECHERCHE**  
**ET LE DEVELOPPEMENT DE LA**  
**CONTRACEPTION MASCULINE**  
10 rue de la Folie Méricourt  
75011 PARIS

**ARDECOM@BBOX.FR**

**www.contraceptionmasculine.fr**

*Contact local :*

**PLANNING FAMILIAL DU LOIRET**  
6 rue du Brésil 45000 ORLEANS  
> 02 38 70 00 20 <  
**contact@planning45.org**

*Liberté  
Égalité  
Sexualités*

**CONTRACEPTION**



**Les méthodes de contraception masculine**

- La méthode hormonale
- La méthode thermique
- Le préservatif
- La vasectomie



## CONTRACEPTION

### La Contraception Hormonale Masculine

Alors que des dizaines de millions de femmes utilisent une contraception hormonale, il n'existerait pas de traitement comparable pour les hommes ?

Pourtant, après des tests sur plus de 600 hommes, cela fait plusieurs années qu'un protocole a été validé par l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS).

#### Principe de la C.H.M. :

On empêche la production de spermatozoïdes, de façon réversible. On atteint cet objectif en inhibant les sécrétions de certaines hormones (FSH et LH) et en maintenant le niveau de testostérone sanguin.

Le traitement le plus largement utilisé est l'énanthate de testostérone 200 mg en injection intra-musculaire 1 fois par semaine.

La durée du traitement est de 18 mois, suivant en cela les protocoles validés par l'OMS.

Son coût, d'environ 10 euros par injection (non remboursé par la SECU).

On considère que l'homme est contracepté à partir du moment où la concentration de spermatozoïdes est inférieure à 1 million par millilitre de sperme. Celle-ci doit être obtenue entre 1 et 3 mois de traitement. Le niveau de protection et les effets indésirables sont comparables à ceux des pilules féminines. Il existe des non répondeurs (20%).

#### La C.H.M. est parfaitement réversible.

La fécondité peut se rétablir dès le premier mois suivant l'arrêt du traitement. L'efficacité de la méthode est vérifiée par des spermogrammes effectués régulièrement en laboratoire d'analyses médicales.

▶ La prescription et le suivi peuvent être faits par des médecins à partir du protocole OMS disponible sur le site [www.contraceptionmasculine.fr](http://www.contraceptionmasculine.fr)

■ Un conseil est possible auprès du Dr Jean-Claude SOUFIR (Service de planification familiale de l'hôpital Cochin ou Institut Vernes à Paris).

## CONTRACEPTION

### La Contraception Thermique Masculine

#### Principe de la C.T.M. :

Cette méthode consiste à élever la température des testicules d'environ 2°C, ce qui produit un effet inhibiteur sur la spermatogénèse.

L'élévation de température est obtenue en remontant manuellement les testicules à l'entrée des cavités inguinales, où ils sont maintenus au moyen d'un sous-vêtement adapté qui doit être porté une quinzaine d'heures par jour.

#### La méthode est réversible.

■ Un conseil est possible auprès du Dr Roger Mieusset (spécialiste en urologie au CHU de Toulouse).

L'efficacité de la méthode est vérifiée par des spermogrammes effectués régulièrement en laboratoire d'analyses médicales.

#### Pour en savoir plus :

- Jean-Claude Soufir & Roger Mieusset : La contraception masculine (Springer, 2013)
- Vade Retro Spermato, histoire des groupes de parole et de contraception masculine en France (Film de Philippe Lignières, 2011)

## Le préservatif

## CONTRACEPTION

- C'est une méthode « barrière » qui empêche physiquement le passage des spermatozoïdes.
- D'emploi ponctuel, il est non réutilisable.
- Il est le seul moyen contraceptif qui protège également de la transmission des infections sexuellement transmissibles (IST) et du VIH/Sida.



### La Vasectomie

■ Cette méthode de contraception dite « permanente » consiste à couper (par une opération chirurgicale simple et rapide) les canaux déférents, qui acheminent les spermatozoïdes vers le sperme. Celui-ci devient alors stérile. Pour les hommes qui en font le choix, la vasectomie règle donc la question de la maîtrise de leur fertilité « une fois pour toutes ».

#### Aspects juridiques et financiers :

Légale en France depuis 2001 (loi n°2001-5 du 4 juillet 2001). Toute personne majeure peut demander à subir une vasectomie. Son coût de 67 euros (pris en charge par l'Assurance Maladie) est bien inférieur à celui de la ligature des trompes chez la femme.

#### LE RETARD FRANÇAIS :

50 millions d'hommes dans le monde utilisent la vasectomie comme contraception : 11% aux États-Unis, 21% en Grande-Bretagne... Mais ils ne sont que quelques milliers en France.

#### Réversibilité ? :

Il s'agit d'une méthode de contraception définitive, c'est-à-dire qu'on la considère comme irréversible. On peut tenter chirurgicalement de rétablir la continuité des canaux qui ont été coupés mais le taux de réussite est faible et ce d'autant que la vasectomie est ancienne.

CESES MÉTHODES NE MODIFIENT EN RIEN LE DÉSIR SEXUEL, LA FRÉQUENCE, OU LA DURÉE DES ÉRECTIONS.

