

# Les spermicides

## Qu'est ce que c'est ? Comment ça marche ?

Les spermicides sont des substances qui, comme leur nom l'indique, inactivent ou détruisent les spermatozoïdes.

### Comment les utilise-t-on ?

Sous forme d'ovules, de crèmes ou d'éponges insérés au fond du vagin. On peut les utiliser seuls ou, de préférence, en association avec une méthode " barrière " (préservatif masculin ou féminin, diaphragme, cape cervicale).

### Quelle est leur efficacité ? Qu'est-ce qui peut compromettre cette efficacité ?

Leur efficacité est très aléatoire : entre 6 et 26 % d'échecs. Comme pour les préservatifs, le diaphragme ou la cape, leur efficacité dépend largement de l'usage qui en est fait. Le moment de l'utilisation varie avec le type de spermicide: l'éponge (qui s'insère comme un tampon) peut être mise en place plusieurs heures à l'avance, mais pour être efficaces les ovules doivent fondre au fond du vagin, à la chaleur du corps... ce qui prend dix minutes ! Les crèmes peuvent être utilisées juste avant le rapport sexuel... quand on sait qu'il va avoir lieu. La durée d'action est variable : 60 minutes pour les ovules, 8 heures pour les crèmes et 24 heures pour les éponges spermicides.

Attention : Il ne faut pas pratiquer d'injection vaginale après le rapport, ni utiliser de savon pendant 6 à 8 heures, car tous les savons peuvent inactiver les spermicides.

### Quels sont leurs avantages ?

Les spermicides sont discrets et peuvent être utilisés aussi quand le partenaire recourt aux préservatifs, ce qui en augmente l'efficacité. Ils s'achètent sans ordonnance. Ils peuvent servir de lubrifiant vaginal. Ils ne sont pas irritants pour la paroi du vagin, sauf s'ils sont utilisés très souvent (plusieurs fois par jour).

### Quels sont leurs inconvénients ?

Ils sont coûteux, pas toujours faciles à utiliser et peu efficaces seuls ; ils doivent être associés à un préservatif, à un diaphragme ou à une cape cervicale.

Ils ne doivent pas être utilisés en cas de lésion du col de l'utérus découverte par un frottis de dépistage.

Les spermicides ne protègent pas contre les infections sexuellement transmissibles. La seule protection en cas de rapport à risque (partenaires multiples, partenaires occasionnels...) est le préservatif masculin ou féminin.



### Qui peut les utiliser ?

- Les femmes qui viennent d'accoucher et allaitent leur nourrisson (certains spermicides ne passent pas dans le lait) ;
- les femmes de plus de quarante-cinq ans ayant des rapports sexuels occasionnels, car leur fécondité est faible (mais pas nulle) !
- les couples stables en complément - ou à la place - des préservatifs ;
- en complément d'un diaphragme ou d'une cape cervicale ;
- en complément des méthodes naturelles (retrait ou coït interrompu, abstinence périodique, etc.) par les couples qui désirent seulement espacer les naissances.

N.B. : En cas d'échec de la méthode, les spermicides ne sont pas nocifs pour une grossesse. Qui ne peut pas les utiliser ?

Les femmes qui souffrent d'IST, de mycose vaginale, d'infections urinaires à répétition ou qui ont une plaie du vagin. En effet, les spermicides peuvent être inactivés par les médicaments administrés par voie vaginale (ovules ou crèmes pour traiter les mycoses, par exemple).

Comment se les procurer ?

Il existe de nombreuses marques de spermicides disponibles en pharmacie et les produits utilisés sont tous les mêmes. Demandez à votre pharmacien de vous donner la liste de tous les produits dont il dispose ou qu'il peut se procurer. Choisissez la forme qui vous convient (crème, ovules, éponge imprégnée).

Si vous allaitez votre enfant, interrogez-le sur la compatibilité du spermicide avec l'allaitement.

Leur coût est de 7 à 16 € environ selon le type, pour plusieurs doses.

Les spermicides ne sont pas remboursés par l'Assurance maladie.