

SEXUALITÉ

Avec 80 millions de grossesses mondiales non désirées chaque année, le développement des contraceptions est un enjeu sanitaire majeur.

Si le préservatif reste le moyen le plus utilisé en Suisse, force est de constater que la contraception demeure aujourd'hui une affaire de femmes. Pilule, stérilet, préservatif féminin, implant, patch, anneau, diaphragme, etc., sont autant de moyens qui semblent justifier l'idée selon laquelle la prévention d'une grossesse non désirée est avant tout de leur responsabilité, et qui mettent en évidence les faibles possibilités contraceptives qui s'offrent à ces messieurs.

Avantages et inconvénients du préservatif

En Suisse, la contraception masculine se résume au préservatif et à la vasectomie, comme nous l'affirme Mafalda Bellotto Veuthey, conseillère en santé sexuelle au centre SIPE de Martigny. D'autres possibilités sont à l'étude (pilules, injections pour boucher le canal déférent, etc.) Le préservatif est un moyen de contraception bon marché et facilement accessible. Il présente l'avantage de protéger ses utili-



«La vasectomie doit être considérée comme définitive.»

MAFALDA BELLOTTO VEUTHEY,
CONSEILLÈRE EN SANTÉ SEXUELLE,
CENTRE SIPE MARTIGNY

sateurs à la fois d'une grossesse non désirée et des IST (infections sexuellement transmissibles). «Sa fiabilité est de 98% en théorie, mais l'indice n'est pas le même dans la pratique, en raison d'une mauvaise utilisation, explique Mafalda Bellotto

La vasectomie

- est considérée comme irréversible
- se fait en ambulatoire sous anesthésie locale
- dure une trentaine de minutes
- coûte 1000 francs environ (non pris en charge)
- est efficace trois à quatre mois après l'opération
- n'entraîne généralement que quelques hématomes
- n'a aucune incidence sur les maladies de l'appareil reproducteur ou la fonction érectile



Contraception masculine: vers une égalité des sexes sous la couette?

PAR ESTELLE BAUR@LENOUVELLISTE.CH

Veuthey. Certains pratiquent le retrait et mettent le préservatif au dernier moment, oubliant qu'une éjaculation non contrôlée peut survenir, ou qu'il peut y avoir des spermatozoïdes dans le pré-sperme. Il est donc primordial de porter le préservatif dès l'érection et le début du rapport. Il peut aussi y avoir des problèmes à la pose, si l'on oublie de pincer le réservoir pour laisser un peu de place pour le sperme. Certains hommes connaissent également des soucis de taille: un préservatif trop petit peut se déchirer; un trop large peut glisser ou rester dans le vagin. En ajoutant à cela les allergies au latex, le prix élevé de l'alter-

native au polyuréthane et la question de la diminution des sensations pour les deux partenaires, ce moyen de contraception fort prisé présente certaines limites ou contraintes.

Le choix plus radical de la vasectomie

«Dans ce cas, il s'agit plutôt d'une méthode de stérilisation que de contraception, souligne Mafalda Bellotto Veuthey, car il faut la considérer comme définitive.» L'intervention chirurgicale consiste en effet à sectionner les canaux déférents qui acheminent les spermatozoïdes jusqu'au sperme. Après l'opération, le liquide séminal n'en contient donc plus. L'opé-

ration s'effectue en ambulatoire et sous anesthésie locale. Elle dure une trentaine de minutes et se pratique aussi bien en hôpitaux – le CHUV évoque un peu moins de 90 cas dans les hôpitaux régionaux en 2018 – qu'en cabinets privés d'urologues. Des chiffres en légère hausse ces dernières années (même s'ils restent bien en deçà des moyennes allemandes, anglo-saxonnes ou canadiennes), sans doute en raison de l'attrait grandissant pour des méthodes contraceptives non hormonales. «Tout commence par un rendez-vous durant lequel on explique la procédure et les conséquences au patient, détaille le Dr Thomas Tawadros, urologue auprès de l'Hôpital Riviera Chablais. On insiste sur l'irréversibilité de la technique. Le patient repart avec des documents d'information et un consentement à signer. S'il a le moindre doute, on ne fait pas l'intervention.» Si la consultation d'information est remboursée par les assurances maladie, l'opération n'est pas prise en charge et coûte entre 700 et 1200 francs environ. «Il n'y a personne pour qui ce soit déconseillé et ça n'a pas de fac-

teurs de risque pour le cancer de la prostate, l'apparition de kystes de l'épididyme, de maladies testiculaires, notamment.» L'opération est également bien moins invasive que la même procédure chez les femmes: «On procède à deux petites incisions au niveau du scrotum, et on sectionne le canal déférent sur trois centimètres environ. Puis on referme en plaçant un fil de chaque côté qui tombe tout seul.» Un spermogramme de contrôle d'une centaine de francs environ permet, trois à quatre mois après l'opération, de s'assurer qu'il n'y a plus de spermatozoïdes dans le sperme. La contraception est alors garantie pour tous les rapports à venir. Grâce à l'intérêt croissant pour cette méthode de contraception masculine, il semble dorénavant possible d'envisager un partage des responsabilités et des risques au sein du couple.

Les centres SIPE proposent conseils et échanges à ce sujet. Ils fournissent aussi des règles en papier afin de trouver le préservatif le mieux adapté à sa morphologie: sipe-vs.ch

Le site mySize présente toute la gamme des possibles en matière de préservatifs, pour trouver "chaussure à son pied": mysize.ch

EN BREF**RENCONTRE****Echanges autour de la maladie d'Alzheimer**

Le groupe d'entraide Alzheimer Valais propose un moment de partage pour les proches de personnes atteintes de démence mardi 3 décembre, à la rue de la Porte-Neuve 20 à Sion, ainsi qu'au Centre de jour Les Acacias, à Martigny. Rendez-vous de 18 h à 19 h 30. Entrée libre, sans inscriptions. Plus d'informations sur: www.alz.ch/vs

APPEL À BÉNÉVOLES**Soutenez une personne en situation de handicap!**

La Croix-Rouge Valais et le Service Social Handicap de la Fondation Emera lancent La Chaise Rouge. Inspiré de l'initiative vaudoise homonyme, le projet vise à faciliter l'accès des personnes en situation de handicap aux offres culturelles et de loisirs comme les expositions, spectacles et autres manifestations. Grâce à la formation d'adultes bénévoles encadrés par une équipe de professionnels, le projet entend proposer un accompagnement personnalisé et adapté à différents types de handicaps sur l'ensemble du canton. Les frais de la personne bénévole sont pris en charge et les accompagnements peuvent être ponctuels ou réguliers (au maximum une demi-journée hebdomadaire, sauf nuis). Si vous souhaitez vous engager et permettre aux personnes en situation de handicap de régler les problèmes pratiques qu'ils rencontrent lors de leurs sorties festives, vous pouvez vous inscrire directement par mail à benevolat@croix-rouge-valais.ch ou par téléphone au 027 324 47 50. Plus d'infos sur: www.croix-rouge-valais.ch ou auprès d'info@croix-rouge-valais.ch

TÉMOIGNAGE**«L'opération n'a aucune incidence sur la fonction érectile.»**

Georges, 50 ans, a franchi le pas il y a une dizaine d'années: «J'avais déjà trois enfants; je ne pensais pas en avoir plus. Je souhaitais aussi libérer mon ex-épouse de la charge de prendre une pilule qui perturbe l'organisme. On peut l'envisager comme une question de partage des responsabilités: elle avait géré cela pendant une vingtaine d'années; c'était à mon tour de faire quelque chose.» L'opération, il en avait déjà discuté avec des amis: «L'un d'eux ne voulait pas en entendre parler, persuadé

que c'était quelque chose de beaucoup trop radical. Un autre, qui était un peu plus âgé que moi, l'avait déjà fait.» L'opération a eu lieu dans un cabinet privé: «Le médecin insiste sur son caractère irréversible et demande à plusieurs reprises si on est vraiment sûr de notre choix. J'avais des inquiétudes sur la douleur éventuelle. Il y en a quelques-unes, en effet, mais rien de terrible en soi.» Quant aux coûts: «Ils sont faibles par rapport à une pilule qui coûte près de 30 francs par mois.»