

La contraception masculine

La contraception masculine permet aux personnes avec un pénis de gérer leur fertilité et de partager la responsabilité contraceptive avec leur partenaire. Des conseils personnalisés et confidentiels vous seront donnés par un centre de santé sexuelle ou par votre médecin.

Les méthodes réversibles

disponibles en Suisse :

- **Le préservatif** est un étui mince et souple à dérouler sur le pénis en érection. Il empêche le sperme d'entrer dans le vagin et protège ainsi de la grossesse. Il protège également du VIH et d'autres infections sexuellement transmissibles (IST).

[Informations détaillées](#)

pas encore disponibles en Suisse :

- **La contraception masculine thermique** augmente la température des testicules et ainsi la production des spermatozoïdes diminue. Différents dispositifs existent :
 - des sous-vêtements spécifiques ou un anneau thermique permettent la remontée des testicules vers la racine du pénis
 - une compresse thermique, placée dans un slip prévu à cet effet, augmente la température des testicules.

Après quelques mois d'utilisation de la méthode thermique, le sperme ne contient plus suffisamment de spermatozoïdes pour permettre une fécondation. Une consultation médicale et un spermogramme attestant la présence de fertilité doivent être effectués au préalable. Des spermogrammes de contrôle sont ensuite réalisés régulièrement.

Il manque à ce jour des études scientifiques en nombre suffisant concernant l'efficacité et la sécurité de la méthode thermique. Les personnes l'utilisent sous leur propre responsabilité.

- **Des moyens hormonaux** sous forme d'injections ou de gels sont en phase de recherche et d'expérimentation
- **Des gels synthétiques** à injecter ou des valves à implanter dans les canaux déférents sont également à l'étude. L'objectif est d'empêcher le passage des spermatozoïdes, présents dans le sperme, pendant la durée de la contraception.

Renseignez-vous sur l'évolution de ces options auprès des centres de santé sexuelle ou des médecins.

Méthodes irréversibles

- **La stérilisation masculine (vasectomie)** est une intervention simple, réalisée en ambulatoire, sous anesthésie locale. Elle consiste à ligaturer les canaux déférents. Après un certain temps, l'éjaculat ne contiendra plus de spermatozoïdes. L'érection et la quantité du sperme éjaculé restent inchangés après la stérilisation (vasectomie). La vasectomie est une méthode de contraception permanente. Elle convient à des personnes qui ne veulent pas ou plus avoir d'enfants.

[Informations détaillées](#)

Bon à savoir

- La pratique du coït interrompu (« le retrait » ou « faire attention ») ne protège pas de la grossesse de manière efficace.
- Toute personne peut se rendre dans les centres de santé sexuelle pour d'autres questions : la sexualité, la contraception, les infections sexuellement transmissibles, une grossesse imprévue, voulue ou non voulue.
- La meilleure façon de se protéger d'une infection par le VIH ou d'une autre infection sexuellement transmissible est d'appliquer les règles du safer sex. Cela veut dire :
 1. Toujours utiliser des préservatifs (masculin ou féminin) pour des rapports avec pénétration vaginale ou anale.
 2. Pour obtenir des conseils adaptés à votre cas personnel, faites le safer sex check sur lovelife.ch.

2021, SANTÉ SEXUELLE SUISSE, Fondation suisse pour la santé sexuelle et reproductive; ALECSS Association suisse latine des spécialistes en santé sexuelle, Éducation – Formation – Conseil; faseg, Fachverband sexuelle Gesundheit in Beratung und Bildung

Français : <https://sexandfacts.ch/fr/la-contraception/la-contraception-masculine>