



Testostérone & Contraception



La prise de testostérone ne contre-indique aucune option contraceptive.

Il est généralement su que les contraceptions progestatives sont compatibles avec la prise de testostérone. Mais la question se pose encore régulièrement concernant les contraceptions contenant des oestrogènes.

Les doutes principaux concernent généralement une supposée baisse de leur efficacité à cause de la testostérone, ou un éventuel effet féminisant de celles-ci.

Bonne nouvelle :
Aucune de ces craintes ne s'avère vraie !

Plusieurs études se sont penchées sur cette question

Elles concluent que :

- Les craintes de féminisation **ne sont pas fondées** car la quantité d'oestrogènes contenue dans les contraceptions oestroprogestatives n'est vraisemblablement pas suffisante pour avoir un impact significatif.
- **Aucune recherche ne montre des effets** (positifs ou négatifs) des faibles doses d'hormones contenues par les contraceptions lors de la prise de testostérone.
- La testostérone **n'est pas une contre-indication** aux contraceptions hormonales, et donc que toutes les méthodes contraceptives peuvent être utilisées par les personnes sous testostérone, selon les mêmes règles que les femmes cisgenres.

Il est important de rappeler que la testostérone n'est pas un contraceptif :

Il est possible de tomber enceint.e en étant sous testostérone, même lorsqu'on n'a plus de règles.

Les contraceptions d'urgence sont compatibles avec la prise de testostérone.

De même, la PrEP* est compatible avec la prise de testostérone, et avec tous les contraceptifs.

Rappel : contre les IST, seuls les préservatifs, (internes ou externes) sont efficaces !

**PrEP : Prophylaxie pré-Exposition, traitement préventif empêchant l'infection par le VIH*

En bref

La contraception reste importante pour les personnes sous testostérone.

Pour cela, toutes les méthodes de contraception sont compatibles avec la prise de testostérone, y compris les contraceptions contenant des oestrogènes.

Pour les personnes souhaitant stopper leurs cycles menstruels sans prendre de testostérone ou si la testostérone ne suffit pas à les stopper, il est possible d'avoir recours à des progestatifs (pilule, DIU hormonal ou implant), mais aussi aux pilules oestroprogestatives en prise continue.

Sources

- Family planning and contraception use in transgender men (2018), Light et al.
- Contraception across the transmasculine spectrum (2019), Krempasky et al.
- Contraceptive Counseling for the AFAB Transgender Patient (2022), Okano et al.
- Contraception for transgender men : A case report and review (2022), Faucher et Linet.

Pour aller plus loin :

<https://fransgenre.fr/articles/contraception-testosterone>