

## Et après

Il est possible d'avoir quelques effets secondaires de type douleurs abdominales ou nausées.

Des saignements de courte durée peuvent survenir 1 ou 2 jours après. Ils sont sans gravité mais ce ne sont pas vos règles et ne garantissent pas l'absence de grossesse.



Faites un test de grossesse  
2 à 3 semaines après par  
précaution

Si vous utilisez une contraception d'urgence suite à un oubli de pilule vous devez continuer normalement votre plaquette et utiliser un préservatif pendant au moins 7 jours après la prise de Norvelo® et jusqu'à la fin de la plaquette en cas de prise d'EllaOne®.

## A savoir

On peut utiliser le stérilet comme contraception d'urgence. Il faut le mettre en place dans les 5 jours qui suivent le rapport à risque. L'avantage est de débiter par la même occasion, une méthode contraceptive sur le long terme.

**Seul le préservatif vous protège  
contre les Infections Sexuellement  
Transmissibles.**

## Centre de Planification et d'Education Familiale

### 🏠 Site de Bayonne :

13, avenue de l'interne Jacques Loeb

☎ 05 59 44 40 94

### 🏠 Site de Saint-Jean-de-Luz :

19, avenue André Ithurrealde

☎ 05 59 51 46 64

### 🏠 Site de Saint-Jean-Pied-de-Port :

Maison de la Solidarité

Départementale - Maison Esponda

☎ 05 59 37 90 10

# INFORMATION CONTRACEPTION



La contraception d'urgence réduit le  
risque de grossesse après un rapport  
sexuel non ou mal protégé

## Quand l'utiliser ?

La contraception d'urgence retarde ou empêche l'ovulation.

Elle doit être prise **le plus rapidement possible** après un rapport sexuel sans préservatif (ou après un accident de préservatif) dans les situations qui vous exposent à une grossesse :

- Absence de contraception habituelle.
- Contraception habituelle mal utilisée :
  - Pilule oubliée depuis plus de 12h.
  - Vomissement ou diarrhée dans les 4 heures suivant la prise de la pilule et non reprise d'un comprimé.
  - Anneau expulsé depuis plus de 3h, ou gardé pendant plus de 4 semaines.
  - Patch décollé depuis plus de 24h, ou gardé pendant plus d'une semaine.
- DIU expulsé.

### ATTENTION !

L'utilisation doit rester exceptionnelle.

L'utilisation répétitive de cette méthode comme seul moyen de contraception est nettement moins efficace qu'une méthode continue.

Consultez un médecin, une sage-femme ou un centre de planification pour choisir une contraception adaptée.

## Efficacité

La contraception d'urgence n'est pas efficace à 100%. Cependant, plus on la prend tôt après le rapport à risque, plus elle est efficace.

Lorsqu'elle est prise dans les 24h qui suivent le rapport à risque, elle permet d'éviter une grossesse dans 95% des cas (échec pour 5 grossesses sur 100)

### Norvelo®

Prenez le comprimé au plus tard dans les 3 jours (72h) qui suivent le rapport à risque.

### EllaOne®

Prenez le comprimé au plus tard dans les 5 jours (120h) qui suivent le rapport à risque.

## Comment se la procurer ?

### À l'avance :

Il est utile d'avoir une boîte de pilule du lendemain d'avance.

Vous pouvez demander à votre médecin ou sage-femme de vous la prescrire en même temps que la contraception habituelle.

### En situation d'urgence :

- **En pharmacie :**

**Pour les mineures :** La délivrance de Norvelo® ou EllaOne® est gratuite et anonyme (sans présenter sa carte vitale ni une pièce d'identité).

**Pour les majeures :** Norvelo® ou EllaOne® sont remboursées sur ordonnance.  
*Sans ordonnance Norvelo® coûte environ 6 à 8€ et EllaOne® environ 20€.*

- **Aux urgences gynécologiques de l'hôpital**
- **Infirmierie scolaire**