

Si vomissement ou diarrhée sévère:

▪ Plus de 4h après la prise de la pilule:

On considère que la pilule a été absorbée et qu'elle est efficace.

▪ Moins de 4h après la prise de la pilule:

La pilule peut avoir été éliminée.

Il faut prendre tout de suite un autre comprimé, soit sur une plaquette de dépannage, soit sur la plaquette en cours (qui sera alors raccourcie d'un jour).

Si un nouveau comprimé ne peut être pris et que l'on dépasse le délai de 12 h (par rapport à l'heure habituelle de prise de la pilule), la conduite à tenir est la même qu'en cas d'oubli.

Si les troubles digestifs persistent plusieurs jours, utilisez des préservatifs jusqu'à la fin de la plaquette.

Quelques conseils

▪ Utilisez tous les moyens pour penser à prendre votre pilule régulièrement à la même heure (choix d'un horaire où vous êtes plus disponible, l'associer à un geste du quotidien, alarme sur le portable, ...)

▪ Pensez à toujours apporter avec vous votre pilule, des préservatifs et une contraception d'urgence, même lorsque vous partez en vacances.

▪ Le préservatif est le seul moyen de vous protéger contre les Infections Sexuellement Transmissibles.

Centre de Planification et d'Education Familiale

Lieu d'accueil, d'écoute et d'information sur la vie affective et sexuelle, le couple et la parentalité.

Consultations médicales gratuites dans le cadre du suivi gynécologique de prévention, test de grossesse, prescription de contraception.

Consultations d'IVG.

Mineures sans accord parental et majeures en situation de précarité : délivrance gratuite de la contraception.

▪ BAYONNE:

Hôpital de Bayonne
13 Av de l'Interne Jacques Loëb
05 59 44 40 94

▪ ST JEAN DE LUZ:

Hôpital de St Jean de Luz
19 Av. André Ithurralde
05 59 51 46 64

▪ ST JEAN PIED DE PORT:

Maison Départementale de la Solidarité
9 Place du Trinquet
05 59 37 90 10

INFORMATION CONTRACEPTION

J'ai oublié ma pilule!!!!



J'ai oublié ma pilule !!!

Je prends immédiatement le dernier des comprimés oubliés et je prends le comprimé suivant à l'heure habituelle (même si ça fait 2 comprimés le même jour)

Y'a-t-il un risque de grossesse ????

Oubli < 12 h
= pas de risque de grossesse a priori

Je n'ai pas de précaution particulière à prendre

NON

Il n'y a pas d'intérêt à prendre une contraception d'urgence

Oubli ≥ 12h

Y'a t'il eu des rapports sans préservatif (ou un accident de préservatif) dans les 5 jours précédent l'oubli ?

OUI
= Il y a un risque de grossesse

Je prends dès que possible une CONTRACEPTION D'URGENCE : (plus je la prend tôt, plus elle est efficace, mais pas à 100%)
- soit Norlevo : si un rapport sexuel a eu lieu dans les 3 jours précédents
- soit EllaOne : si un rapport sexuel a eu lieu dans les 5 jours précédents

Je fais un test de grossesse 15 jours plus tard par précaution

La contraception ne redevient efficace qu'après 7 jours de prise régulière de la pilule:

- Si l'oubli concerne un des 7 derniers comprimés actifs, j'enchaîne avec la plaquette suivante (sans faire une semaine d'arrêt ou sans prendre les comprimés placebo)
- J'utilise des PRESERVATIFS (même si j'ai mes règles) pendant au moins 7 jours.
Si j'ai des rapports non protégés pendant ces 7 jours, je prends une contraception d'urgence.
- En cas de prise d'EllaOne, il est conseillé de se protéger jusqu'à la fin de la plaquette de pilule actuelle.

Où trouver la contraception d'urgence ?

→ Pharmacie (habituelle ou celle de garde)

* avec ordonnance :

EllaOne ou Norlevo sont remboursées

* sans ordonnance :

- délivrance gratuite et anonyme pour les mineures d'EllaOne ou Norlevo
- payantes pour les majeures

*Norlevo 6 à 8€

*EllaOne 22€

→ Infirmier scolaire

→ Centre de Planification

→ Urgences gynécologiques de l'hôpital