

La pilule microprogestative

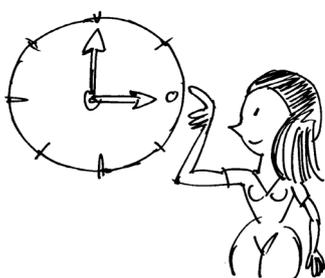


Les points clés

Sa composition en progestérone pure et à faible dose, empêche la survenue d'une grossesse par :

- la modification de la glaire du col de l'utérus, ce qui empêche les spermatozoïdes de circuler ;
- la modification de la paroi de l'utérus, ce qui empêche la fixation d'un éventuel œuf fécondé.

Cette méthode contraceptive est exigeante. Elle nécessite d'être prise à heure fixe.



> LES EFFETS INDÉSIRABLES

Elle peut entraîner :

- des saignements irréguliers (spotting) ;
- des règles abondantes, plus longues ;
- au contraire, une aménorrhée (les règles disparaissent).



Mode d'emploi

La 1^{ère} plaquette doit être commencée le 1^{er} jour des règles; pour assurer une contraception dès ce moment, il faut utiliser en plus un préservatif pendant 7 jours. Vous prendrez toujours le 1^{er} comprimé de chaque plaquette le même jour.

POUR VOUS C'EST LE

- Prenez un comprimé tous les jours à heure fixe, sans oubli (tous les comprimés sont actifs).
- Enchaînez les plaquettes les unes après les autres sans arrêt.



Les précautions

- Pensez à dire que vous prenez la pilule aux médecins que vous consultez. Certains médicaments diminuent l'efficacité de la pilule microprogestative.
- Il est préférable d'arrêter la pilule un mois avant une intervention chirurgicale ou en cas d'immobilisation forcée.



En cas d'oubli...

> QUE FAIRE ?

Il faut dans tous les cas, prendre la pilule oubliée dès que possible. Prenez aussi la pilule suivante à l'heure habituelle.

- **Oubli de moins de 3 heures** : vous ne risquez rien.
- **Oubli de plus de 3 heures** : le risque d'ovulation et de grossesse, en cas de rapport sexuel, est réel. Il est recommandé de s'abstenir de rapport sexuel ou d'utiliser un préservatif les 2-3 jours qui suivent.

En cas de rapport sexuel dans les 5 jours avant l'oubli, prenez une contraception d'urgence (pilule du lendemain) si vous souhaitez éviter une grossesse.

> LA PILULE DU LENDEMAIN

Levonorgestrel : disponible sans ordonnance (pharmacie, planning familial). La prendre au plus tard 72h après le rapport non protégé. Elle est gratuite pour les mineures.

Ellaone® : disponible sans ordonnance. La prendre au plus tard 5 jours après le rapport non protégé.

La pose d'un stérilet dans les 5 jours après un rapport non protégé est une méthode alternative de contraception d'urgence.

Rédigé par : Dr M.Sustersic, Juillet 2010. **Mise à jour, validation, adaptation en juin 2016** : comité de lecture de la SSMG, Dr M.Sustersic. **Relecteurs** : Dr SBoulet, JGest. **Sources** : ANAES 2004 ; SOGC 2004 ; www.ebm-practice.net consulté en juin 2016. **Contact** : melaniesustersic@yahoo.fr. **Illustration**: O.Roux.