# *LA CONTRACEPTION D'URGENCE*

## A savoir

La contraception d'urgence permet d'éviter la survenue d'une grossesse non désirée après un rapport sexuel peu ou mal protégé (oubli de pilule, accident de préservatif…). Elle ne peut pas interrompre des grossesses déjà en cours. Elle doit rester exceptionnelle car elle n'est pas du tout aussi efficace qu'une pilule classique.

► La « pilule du lendemain » : prise au plus tard 72 heures après le rapport, elle est efficace en moyenne dans 85 % des cas ; elle ne nécessite pas d'ordonnance médicale.

## Nos conseils

**En pratique**

► Prenez si possible votre « pilule du lendemain » dans les 12 heures suivant le rapport peu ou mal protégé (1 comprimé en une prise avec un grand verre d'eau). Plus elle est prise tôt, plus elle est efficace.
► En cas de vomissements survenant dans les 3 heures suivant la prise du comprimé, un autre comprimé doit être pris immédiatement.
► Si vous prenez la pilule habituellement : après la prise du contraceptif d'urgence, reprenez votre pilule normalement en utilisant en plus un contraceptif local (spermicide, préservatifs…) les 7 jours suivants, en cas de nouveau rapport.
► Si vous ne prenez pas la pilule : utilisez des préservatifs jusqu'à la fin du cycle.
► Ne vous alarmez pas : les effets indésirables comme des saignements avant les règles, des tensions dans les seins, des nausées ou des maux de tête ne sont pas rares. Ils peuvent durer quelques jours ou même jusqu'à l'apparition des prochaines règles.
► Les règles surviennent en général à la date prévue : si vous avez plus de 5 jours de retard, faites un test de grossesse.

*PHARMACIE DU GRAND JARDIN*
30, place du Grand Jardin, 06140 VENCE
Tel : 04 93 58 00 39 - Fax : 04 93 24 04 07

**Adoptez les bons réflexes :**

► **Quand vous oubliez votre pilule :**
Rendez-vous à la pharmacie. En fonction du type de pilule, de la date du dernier rapport et du moment du cycle, nous vous dirons comment réagir. En attendant, protégez-vous avec un contraceptif local (préservatif, spermicide…).
**Attention !** Si vous reprenez votre pilule avec un jour de retard (après les 7 jours d'arrêt), il y a un risque de grossesse pendant tout le début du cycle.
► **Le contraceptif d'urgence n'est pas une méthode de contraception :**
Il ne protège pas pour les rapports suivants et son utilisation répétée peut déstabiliser fortement le cycle hormonal.
► Contre les maladies sexuellement transmissibles comme le SIDA, la contraception d'urgence n'a aucune efficacité, utilisez un préservatif.

**Pour en savoir plus :**

► L'Association Française pour la Contraception propose un guide d'information sur toutes les méthodes de contraception.
Site : http://www.contraceptions.org ou http://www.choisirsacontraception.fr
► L'Association Fil Santé Jeunes répond gratuitement à vos questions au :
0 800 235 236 ; Site : www.filsantejeunes.com (Numéro d'information gratuit)
► Info contraception : 0 825 08 90 90 (Numéro indigo (0,15 € /mn))
► Coordonnées du Centre de Plannification et d'Education Famiale le plus proche :
Centre Le Marengo 13 allée des Bugadières 06800 Cagnes-sur-Mer - 04 92 02 33 80

## Quand consulter le médecin ?

► Si le rapport non protégé date de plus de 72 heures.
► En cas d'antécédents de grossesse extra-utérine.
► Si les règles ont plus de 5 jours de retard (que le test de grossesse soit positif ou non) ou si elles sont anormales (moins abondantes par exemple).
► Si les effets indésirables persistent au-delà de l'arrivée des règles.
► Si vous avez utilisé plusieurs fois une contraception d'urgence, afin de vous aider à trouver une contraception habituelle qui vous convient.

***Si vous avez un doute ou d'autres questions,***
***n'hésitez pas à demander conseil à votre médecin ou votre pharmacien***

***PHARMACIE DU GRAND JARDIN***
30, place du Grand Jardin, 06140 VENCE
Tel : 04 93 58 00 39 - Fax : 04 93 24 04 07
Retrouvez cette Fiche Info Santé sur notre site internet :
**www.pharmaciedugrandjardin.com**