

QUE FAIRE EN CAS D'OUBLI DE PILULE ?



Hé hé
Comme ça
je suis sûre de
ne pas l'oublier !

Anne RICHELET interne en 5^{ème} semestre
Congrès SASPAS 31/03/2016

PILULE OESTRO PROGESTATIVE

OUBLI > 12H

1ère semaine de
plaquette

2ème semaine
de plaquette

3ème semaine
de plaquette

Prendre dès que possible le comprimé oublié

Utiliser des préservatifs pendant 7 jours ou abstinence

Rapport sexuel non protégé dans les 5 jours ?

oui

non

Prendre une
contraception
d'urgence

Pas de
contraception
d'urgence

Poursuivre la plaquette
jusqu'à la fin des cp
actifs **puis enchaîner
avec la plaquette
suivante** (sans jour
d'interruption ou sans
prendre les cp inactifs)

PILULE MICRO PROGESTATIVE

LEVONORGESTREL
(microval®)

DESOGESTREL
(cérazette®/génériques)

Oubli < 3h

Oubli > 3h

Oubli > 12h

Oubli < 12h

Prendre dès que possible le comprimé oublié

pas de risque

Utiliser des préservatifs pendant 7 jours ou abstinence

pas de risque

Rapport sexuel non protégé dans les 5 jours ?

oui

non

Prendre une contraception d'urgence

Pas de contraception d'urgence

3 CONTRACEPTIONS D'URGENCE

Levonorgestrel 1.5mg
(NORLEVO®)

- Dans les 3 jours suivant le RS
- L'efficacité varie :
 - 95 % lorsque la prise est réalisée avant 24h
 - 85 % de 24 à 48h
 - 58 % entre 48 et 72h après le rapport à risque
- Délivrance sans ordonnance, de manière anonyme et gratuite pour les mineures, en CPEF/pharmacie/infirmierie
- Sur ordonnance : entre 5 et 7€ (RS 65%)

Ulipristal acétate (ELLA ONE®)

- Dans les 5 jours suivant le RS à risque
- Efficacité de 78.6%
- RS protégés jusqu'au retour des règles (liaison aux rc de la progestérone)
- CI : asthme sévère
- Délivrance sans ordonnance, de manière anonyme et gratuite pour les mineures
- Prix 18.88€ (RS 65%)

DIU au cuivre

- Dans les 5 jours suivant le RS à risque
- Taux d'échec de 0.1 à 0.2%
- Uniquement sur ordonnance
- Prix 30€50 (RS 65%)

TROUBLES DIGESTIFS

- ⦿ Si diarrhée ou vomissements intenses dans les 3-4h suivant la prise d'un comprimé (ou la contraception d'urgence !) : reprendre un comprimé +++

CARTE INPES

Que faire en cas d'oubli de pilule* ?
Il faut réagir vite.



Nom de votre pilule :

Votre plaquette contient des comprimés inactifs oui nombre
(derniers comprimés de la plaquette) : non

Délai au-delà duquel il existe un risque de grossesse : 3 h 12 h

Si le décalage est inférieur au délai ci-dessus, prenez immédiatement le comprimé oublié (2 comprimés peuvent être pris le même jour), puis les comprimés suivants à l'heure habituelle. Il n'y aura pas de risque de grossesse.

* Recommandations de la HAS. La notice de votre pilule peut donner des indications différentes. En cas de doute ou d'incertitude, demandez conseil à un professionnel de santé.

413 899 11C

Si vous avez dépassé le délai indiqué sur la carte

Pour retrouver une contraception efficace,

il faut au moins 7 jours de comprimés actifs en continu après l'oubli.

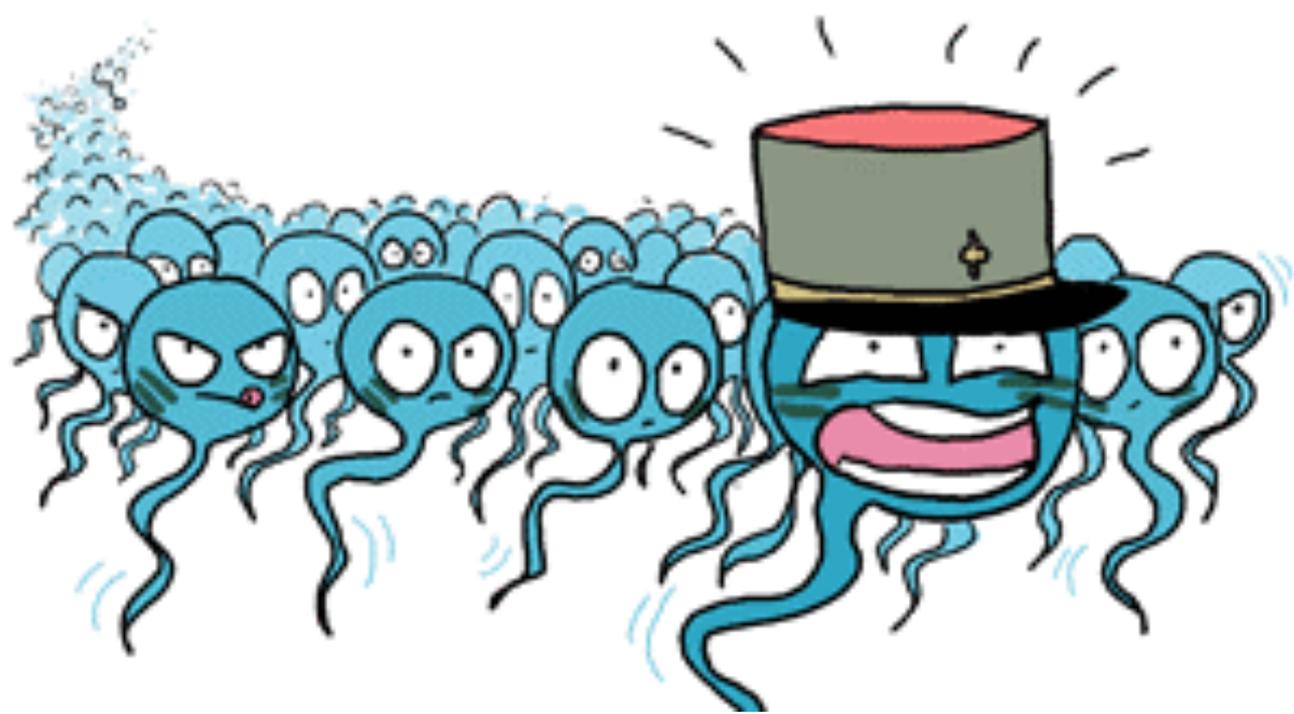
- 1 Prenez immédiatement le dernier des comprimés oubliés et poursuivez la plaquette à l'heure habituelle.
- 2 Utilisez des préservatifs pendant 7 jours.
- 3 Si l'oubli concerne 1 des 7 derniers comprimés actifs, poursuivez la plaquette jusqu'à la fin des comprimés actifs, puis enchaînez avec la plaquette suivante (sans jour d'interruption ou sans prise de comprimé inactif).

En cas de rapport sexuel dans les 5 jours précédant l'oubli, prenez la contraception d'urgence.



Pour plus d'information ou pour être aidée, rendez-vous chez votre pharmacien, dans un centre de planification ou sur www.choisirsacontraception.fr

Soyez prêts, les gars,
il y a une brèche,
le sujet a oublié sa pilule,
je répète, le sujet
A OUBLIÉ SA PILULE !!



BIBLIOGRAPHIE

- ◉ Contraception chez l'homme et la femme
HAS avril 2013
- ◉ www.monurgencepilule.fr
- ◉ www.choisirsacontraception.fr
- ◉ <http://martinwinckler.com/spip.php?article565>
- ◉ Carte oubli de pilule INPES