

Je voudrais avoir recours à la pilule de rattrapage ou du lendemain.

Le site du Docteur Guy LE GOAS

Adresse du site : www.docvadis.fr/guy-legoas



Validé par
le Comité Scientifique Gynécologie

Oublis de pilule, problèmes de préservatif, ou rapport non protégé en général, posent la question d'une contraception d'urgence ou pilule du lendemain plutôt que le recours à une interruption volontaire de grossesse. Cette méthode est efficace mais attention : elle n'est pas sûre à 100 %.

A quel moment y a-t-il un risque pour moi ?

La contraception de rattrapage, d'urgence ou pilule du lendemain est une méthode de « rattrapage » après un rapport sexuel avec rupture du préservatif ou en l'absence de contraception.

Ces dernières années, les méthodes contraceptives se sont beaucoup diversifiées : implant, préservatif féminin, patch ou anneau contraceptif, etc. Aujourd'hui, chaque femme a le choix de la contraception qui lui convient le mieux.

Plusieurs millions de femmes utilisent une contraception orale mais les arrêts, les oublis de pilule ne sont pas rares...

De la même façon, il peut y avoir des problèmes lors de l'utilisation d'un préservatif : déchirure ou encore mauvaise mise en place.

Chaque rapport sexuel, quelque soit sa date dans le cycle, dans ces situations, expose au risque d'être enceinte. La contraception d'urgence ou pilule du lendemain peut être une solution adaptée face à ce risque.

Comment puis-je prendre cette pilule ?

Il s'agit d'une contraception hormonale qui se présente sous la forme d'un comprimé que vous devrez

prendre le plus tôt possible après le rapport sexuel, idéalement dans les 24 heures qui suivent ce rapport. Plus cette contraception est prise rapidement, plus elle est efficace.

Au cours de ces dernières années, est apparue une autre pilule qui peut être prise jusqu'à 5 jours après le rapport sexuel à risques, sachant qu'il convient là aussi de la prendre le plus rapidement possible.

Cependant, cette contraception ne couvre que la période qui précède ce rapport sexuel. Elle ne protège donc plus la phase suivante. Il est donc nécessaire d'utiliser un préservatif jusqu'aux prochaines règles.

Que se passe-t-il après la prise du comprimé ?

Après la prise de cette pilule le plus souvent bien supportée, il peut, mais rarement, y avoir des nausées voire des vomissements et les règles peuvent survenir avec un peu de retard (moins de 4 jours).

Si un retard de règles dure 4 jours ou plus, ou au moindre doute, il est conseillé de faire un test de grossesse car la pilule du lendemain n'est pas efficace à 100 %.

Où puis-je trouver cette pilule ?

Il vous est possible d'obtenir cette pilule de rattrapage, avec ou sans ordonnance, en pharmacie, dans les Centres de Planification et d'Education Familiale (CPEF) ainsi qu'auprès des infirmières scolaires.

La nouvelle pilule d'urgence, elle, nécessite une ordonnance.

Combien vais-je payer ?

Son prix est accessible. Elle est remboursée par la Sécurité Sociale à 65 % en cas de prescription médicale, mais gratuite pour les adolescentes mineures et ne nécessite pas d'autorisation parentale.

Puis-je y avoir recours plusieurs fois ?

Cette pilule du lendemain peut être utilisée plusieurs fois sans risque. Il est cependant préférable d'opter pour une contraception régulière et adaptée parmi les différentes possibilités actuellement disponibles. Pensez également à vous faire suivre régulièrement sur le plan médical.

2 sites sont à votre disposition :

www.choisirscontraception.fr : le site de l'Institut National de Prévention et d'Education pour la Santé (INPES) et du Ministère de la Santé, de la Jeunesse et des Sports.

www.planning-familial.org : le site du Mouvement Français pour le Planning Familial (MFPF).

1 numéro de téléphone disponible 7 jours sur 7 de 8 h à minuit : Fil Santé Jeunes : 0800 235 236. Pour toute question et information sur la contraception et la sexualité. Appels anonymes et gratuits.

Ce que vous devez retenir :

- **Où aller : chez votre médecin, dans une pharmacie, dans les CPEF (Centres de Planification et d'Éducation Familiale) ou auprès des infirmières scolaires.**
- **Quand prendre la pilule du lendemain : idéalement dans les 24 heures après le rapport non désiré ou mal protégé.**
- **Son prix : gratuit pour les mineures et accessible pour les femmes majeures.**
- **Que faire ensuite : consulter votre médecin pour discuter avec lui de la contraception qui vous convient le mieux. La mise en place d'une contraception régulière et adaptée est indispensable. Les préservatifs de qualité préviennent en grande partie les infections sexuellement transmissibles : la norme CE est indiquée sur l'emballage.**