

La pilule oestro-progestative





La **pilule oestro-progestative** est un moyen de contraception à base d'hormones (oestrogènes et progestérone) qui se présente sous forme de comprimés à avaler tous les jours à heure fixe. Plaquette de 21, 24 ou 28 comprimés selon le type de pilule.

Pilule oestro-progestative



Avantages :

- Régulation des règles ;
- Diminution de l'abondance des saignements ;
- Excellent traitement contre les règles douloureuses ;
- Diminution de l'acné ;
- L'examen gynécologique n'est pas obligatoire lorsque l'on demande la pilule.

Inconvénients :

- Ne protège plus en cas d'oubli supérieur à 12 heures ;
- Ne protège plus en cas de vomissements dans les 4h qui suivent la prise de pilule ou de diarrhées persistantes.

Son prix :

Attention, toutes les pilules ne sont pas remboursées. Cela peut varier de 2 à 15 € par mois. Les pilules remboursées par la sécurité sociale sont gratuites pour les moins de 26 ans.

Différentes plaquettes

Plaquette de 21 comprimés :

- 1 pilule par jour pendant 21 jours à heure régulière (21 comprimés actifs) ;
- Arrêt de 7 jours entre chaque plaquette entraînant l'arrivée des règles (je suis protégée sauf s'il y a eu des oublis de pilule) ;
- Que les règles soient finies ou non, une nouvelle plaquette est débutée le même jour que celui de la 1^{re} plaquette.

Exemple : j'ai commencé la pilule le lundi matin à 9h. Après 3 semaines, je l'arrête pendant 1 semaine et je commence une nouvelle plaquette le lundi suivant à 9h, même si j'ai encore mes règles.

Plaquette de 28 comprimés :

Depuis quelques années, les patientes peuvent avoir des pilules en continu de 28 comprimés. En général, les 7 derniers comprimés sont inactifs, mais permettent une prise sans interruption.

- 1 pilule par jour pendant 28 jours à heure régulière ;
- Sans arrêt entre les plaquettes, que les règles soient finies ou pas.

Je prends la pilule pour la 1^{re} fois ou je reprends la pilule après une interruption de plusieurs mois :

- Je choisis l'heure la plus favorable pour ne pas l'oublier (pense-bête, portable, avec la brosse à dent etc.) ;
- Je repère le jour de la semaine auquel je débute ma plaquette car toutes les plaquettes suivantes débiteront le même jour de la semaine ;
- J'utilise une contraception complémentaire type préservatifs les 7 premiers jours car elle est efficace au bout d'1 semaine si je commence en dehors des règles.

Si les oublis sont fréquents, ce moyen de contraception n'est peut-être pas ou plus adapté. Pensez à réévaluer vos besoins avec un professionnel.

Conduite à tenir en cas d'oubli de pilule

Oubli ≤ 12h	Oubli > 12h
• Pas d'inquiétude, prendre immédiatement le comprimé oublié puis les suivants à l'heure habituelle.	• Prendre immédiatement le comprimé oublié puis les suivants à l'heure habituelle (2 comprimés peuvent être pris le même jour) ; • Associer une contraception locale (type préservatif) pendant 7 jours ; • Si oubli d'un des 7 derniers comprimés actifs, supprimer l'intervalle sans hormone en jetant les comprimés inactifs si nécessaire et enchaîner sans interruption une nouvelle plaquette. • En cas de rapport sexuel dans les 5 jours précédant l'oubli, prendre une contraception d'urgence*.
Faire un test de grossesse 21 jours après l'oubli en cas de doute	

* Contraception d'urgence : 2 méthodes sont possibles. La 1^{re} est la « pilule du lendemain » et la 2nd le dispositif intra-utérin au cuivre (stérilet).



Centre de Santé Sexuelle et d'IVG
Flora Tristan
service de Gynécologie obstétrique
pôle Femme - Mère - Enfant

Quartier Rose, Bât. F4 - Flora Tristan,
4 rue Larrey - 49933 Angers Cedex 9

Secrétariat du centre
Tél : 02.41.35.38.43

Dr E. LAVIGNE - Praticien hospitalier,
médecin responsable de l'unité

Pour plus d'information sur le Centre de Santé Sexuelle et
d'IVG Flora Tristan :

www.chu-angers.fr/centrefloratristan