

La contraception d'urgence

(appelée aussi: pilule du lendemain, contraception post-coïtale)

Qu'est-ce que c'est ?

La contraception d'urgence permet d'éviter une grossesse dans la plupart des cas. Plus elle est prise tôt, plus elle est efficace.

Ce n'est pas un moyen de contraception à utiliser régulièrement, mais un moyen d'urgence à prendre en cas de:

- ♦ rupture ou glissement de préservatif,
- ♦ rapport sexuel sans protection ou insuffisamment protégé,
- ♦ oubli trop important de pilule (voire fiche «La pilule oestroprogestative»),
- ... lorsqu'une grossesse ne serait pas acceptée.

Il s'agit de **comprimé(s)** contenant une hormone, le lévonorgestrel, à prendre en une fois.

A quel moment prendre la contraception d'urgence ?

Le plus tôt possible, au plus tard 72h après le rapport sexuel.

Où la trouver?

- ♦ dans les centres de planning familial
- ♦ à la pharmacie, en vente sans ordonnance
- ♦ dans les services d'urgences des hôpitaux
- ♦ chez le gynécologue et autres médecins.

Ensuite ?

- ♦ Utilisez un préservatif ou abstenez-vous de relations sexuelles jusqu'aux règles suivantes.
- ♦ La contraception d'urgence provoque parfois des nausées, rarement des vomissements. En cas de vomissements, téléphonez à la personne qui vous a remis la contraception d'urgence.

Comment savoir si la contraception d'urgence a été efficace?

- ♦ En surveillant l'apparition des règles qui peuvent arriver quelques jours plus tôt ou plus tard que d'habitude.
- ♦ En cas de retard de règles de **plus de 5 jours**, ou si vos règles ne sont pas comme d'habitude, consultez rapidement un médecin ou un centre de planning familial.
- ♦ si vous ne pouvez prévoir la date de vos règles car vos cycles sont irréguliers, faites un test de grossesse si les règles ne sont pas arrivées 3 semaines après la prise de la contraception d'urgence.

La contraception d'urgence ne protège ni du VIH/sida ni des autres infections sexuellement transmissibles.

En cas de doute: n'hésitez pas à téléphoner à un centre de planning familial ou à votre médecin!

Coordonnées des centres de planning familial sur le site www.isis-info.ch