

Centre de Planification
ou
d'Éducation familiale
du Pas-de-Calais

03.21.21.62.33



La pilule progestative

Cette pilule ne contient qu'une seule hormone (progestérone).
Elle est très efficace si prise correctement.

Elle se présente sous forme de plaquette de 28 comprimés
(1 comprimé à prendre tous les jours).

Il n'y a pas d'interruption entre deux plaquettes, même si la femme
a ses règles.

La prescription de cette pilule est faite par une sage-femme,
un(e) médecin généraliste ou un(e) gynécologue.

**L'examen gynécologique n'est pas obligatoire
lorsque l'on demande une pilule.**

Centre de Planification ou d'Éducation
familiale du Pas-de-Calais

03.21.21.62.33



Quelle différence avec les pilules œstroprogestatives ?

Les pilules œstroprogestatives contiennent deux hormones.

Toutes les pilules contraceptives sont intéressantes et efficaces si prises régulièrement.

C'est au cours d'une consultation médicale que le prescripteur proposera une contraception adaptée à chaque femme en fonction de ses antécédents médicaux, ses allergies, sa tolérance, ses souhaits...

Comment bien prendre ma pilule ?

Il est très important de prendre sa pilule à la même heure chaque jour.

Je dois choisir l'heure la plus favorable pour ne pas l'oublier (En prenant mon petit-déjeuner, en me lavant les dents, en me couchant...).

Le portable peut aider à ne pas oublier ma pilule en le faisant sonner tous les jours à la même heure.

Que faire lorsque ma plaquette de 28 comprimés est terminée ?

Je ne fais pas d'interruption entre deux plaquettes.

Le lendemain du dernier comprimé, je commence une nouvelle plaquette sans tenir compte de mes règles.

Le 1^{er} jour de la plaquette doit être toujours le même.

Puis-je m'autoriser un décalage horaire dans la prise de la pilule ?

Le mieux est de prendre sa pilule tous les jours à la même heure.

Cependant vous pouvez vous autoriser un décalage de maximum 12 heures (sauf si vous utilisez une pilule nommée Microval® ou le décalage autorisé est de maximum 3 heures).

Que faire en cas d'oubli de moins de 12 heures (ou moins de 3 heures avec Microval®) ?

Vous prenez votre comprimé oublié.

Les autres comprimés seront pris les jours suivants à l'heure habituelle.

Que faire en cas d'oubli de plus de 12 heures (ou plus de 3 heures avec Microval®) ?

- Je prends le comprimé oublié dès que possible.
- Je continue le reste de ma plaquette normalement.
- Je prends la pilule d'urgence en plus s'il y a eu des rapports sexuels non ou mal protégés dans les 5 jours précédents l'oubli. Je réalise dans ce cas un test de grossesse 15 jours plus tard.
- J'utilise une contraception supplémentaire (préservatifs) pendant les 7 jours suivants l'oubli.
- J'enchaîne mes plaquettes comme d'habitude.

Que faire en cas de vomissements ?

S'il se produit des vomissements dans les 4 heures qui suivent la prise de la pilule, dès que je vais mieux :

- Je prends le comprimé prévu pour le lendemain.
- Je continue le reste de ma plaquette normalement.
- J'enchaîne mes plaquettes sans faire d'interruption.
- Le 1^{er} comprimé des plaquettes suivantes sera donc décalé d'un jour.

Que faire en cas de fortes diarrhées ?

Utilisez des préservatifs pendant toute la durée de l'épisode de troubles digestifs ainsi que pendant les 7 jours suivants.

Les règles avec les pilules progestatives

Les femmes qui utilisent la pilule progestative peuvent avoir des règles tous les mois mais aussi tous les 2 mois, tous les 3 mois...

Il est possible que les femmes n'aient plus de règles (aménorrhée).

Cela n'est pas grave du tout et n'a aucune incidence sur la fertilité ultérieure.

Pour une minorité de femmes, les saignements sont fréquents (une semaine tous les 15 jours, tous les jours...). Cela peut arriver chez une femme sur 5 lors des 2 à 3 premières plaquettes. Si cela persiste, il faut consulter votre prescripteur pour refaire le point.

Idées fausses sur la pilule

« Ça fait grossir »

Attention, il est plus facile « d'accuser » la pilule plutôt qu'une alimentation déséquilibrée trop riche. Si vous mangez équilibré et pratiquez une activité sportive, pas de soucis.

Rarement, une prise de poids est possible liée à la pilule. Dans ce cas, il faut consulter votre prescripteur.

« Ça donne le cancer »

Non, il n'y a rien qui le prouve alors que des millions de femmes prennent la pilule.

Pilule et tabac

Lorsque l'on fume, aucune pilule n'est bonne.

Le prix

La pilule progestative est remboursée.

Il existe quelques pilules progestatives non remboursées. Ces pilules sont identiques aux pilules remboursées. Demandez bien à votre prescripteur une pilule remboursée.