



PILULE À BASE DE PROGESTINE

Qu'est-ce que la pilule à base de progestine ?

La pilule à base de progestine, aussi connue sous le nom de Micronor®, est une pilule prise par la bouche tous les jours à la même heure pour prévenir la grossesse. La pilule à base de progestine contient seulement une hormone, la progestérone. Son taux d'efficacité est de 92 à 99.7% si elle est prise tous les jours à la même heure.

Comment fonctionne la pilule à base de progestine ?

La pilule à base de progestine modifie la muqueuse cervicale afin qu'il soit plus difficile pour les spermatozoïdes de pénétrer dans l'utérus. Chez certaines personnes, la pilule à base de progestine empêche les ovaires de libérer un ovule chaque mois (ovulation) et modifie la muqueuse de l'utérus afin de rendre l'implantation de l'œuf plus difficile.

Qui peut utiliser la pilule à base de progestine ?

Tous les gens à la recherche d'une méthode contraceptive fiable et réversible. La pilule à base de progestine peut être une bonne option pour les personnes incapables de prendre de l'œstrogène ou qui allaitent. La pilule à base de progestine peut également convenir aux individus de plus de 35 ans qui fument et qui souffrent de migraines.

Quel est le mode d'emploi ?

Commencez à prendre la pilule à base de progestine le premier jour de vos menstruations. Vous devez prendre votre pilule à la même heure chaque jour pour éviter une grossesse non planifiée. Essayez de prendre votre pilule avec une activité routinière, comme la douche ou le petit-déjeuner. La pilule à base de progestine existe seulement en boîte de 28 jours. Prenez une pilule chaque jour pendant 28 jours. Il n'y a pas de période de pilules sans hormone donc commencez une nouvelle boîte de pilules dès que vous avez terminé le paquet précédent.

Besoin d'une méthode contraceptive supplémentaire ?

Pendant les premiers sept jours, votre corps s'adapte à la prise d'hormones et vous êtes à risque de grossesse. Utilisez une méthode contraceptive supplémentaire comme le condom pendant la première semaine.

Si vous oubliez une pilule, suivez ces directives :

Si vous oubliez une pilule avec un retard de plus de trois heures : prenez-la dès que vous y pensez. La prochaine pilule devrait être prise à l'heure habituelle. Cela peut vouloir dire que vous prendrez deux pilules le même jour. Utilisez une méthode contraceptive supplémentaire si vous avez des relations sexuelles dans les 48 heures qui suivent.

Si vous oubliez 2 pilules de suite ou plus : prenez deux pilules par jour pendant deux jours. Utilisez une méthode contraceptive supplémentaire si vous avez des relations sexuelles dans les 48 heures qui suivent.

En cas de relation sexuelle non protégée après une pilule oubliée ou prise en retard, utilisez une contraception d'urgence.

Quels sont les avantages, les effets secondaires ou les complications possibles de la pilule à base de progestine ?

Avantages

- Diminution des menstruations
- Arrêt des menstruations (jusqu'à 10% des individus)
- Diminution des crampes menstruelles et des symptômes prémenstruels

Effets secondaires possibles

Les symptômes vont probablement se résorber au cours des trois premiers mois :

- Saignements irréguliers
- Maux de tête
- Ballonnement
- Acné
- Sensibilité des seins

N'oubliez pas:

La pilule à base de progestine ne vous protège pas contre les infections transmises sexuellement et par le sang (ITSS) incluant le VIH ; utilisez un condom et / ou une digue buccale pour réduire votre risque.

Si vous prenez des antibiotiques ou des drogues non-prescrit, consultez un professionnel de la santé avant de commencer la pilule contraceptive.

Si vous avez des vomissements ou de la diarrhée, continuez à prendre votre pilule, mais utilisez une méthode contraceptive supplémentaire (condoms) jusqu'à la fin du cycle.

Appelez la **Ligne d'info de santé sexuelle de l'Ontario** au 1-800-668-2437 si vous avez des questions ou avez besoin d'aide.

Pour plus d'information, consulter le site web : www.sexeetmoi.ca

Sexual Health Centre

179 Clarence St, Ottawa. ON K1N5P7

613-234-4641 | TTY: 613-580-9656

SantePubliqueOttawa.ca