

## La contraception d'urgence

### → Où se la procurer ?

Dans les pharmacies, les centres de planification, à l'infirmierie scolaire.

### → Comment la prendre ?

Le plus tôt possible, dans les 3 jours après le rapport.

### **Bien lire la notice d'emploi.**

Pour les mineures, elle est gratuite et délivrée anonymement, sans ordonnance, dans les pharmacies.

Appelée aussi :  
« **pilule du lendemain** »

### → Quand faut-il la prendre ?

Si l'oubli de la pilule est supérieure à 12 h et que vous avez eu des rapports sexuels non protégés dans les 5 jours précédant l'oubli.



Centre de planification : \_\_\_\_\_

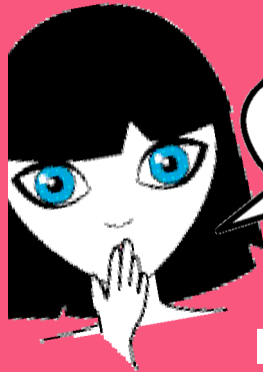


Pharmacien : \_\_\_\_\_

Mon mémo perso

Contraception, IVG, IST... les centres de planification sont à votre disposition pour vous informer ou consulter un médecin. Pour connaître l'adresse du centre de planification le plus proche : **www.gironde.fr**

Ils sont ouverts à tous sans autorisation parentale pour les mineurs.



J'ai oublié ma pilule !

## En cas d'oubli de pilule :

### Le saviez-vous ?

Un oubli de pilule peut suffire à déclencher une ovulation et donc une grossesse si vous avez des rapports sexuels sans précautions.

### ••• Oubli inférieur à 12 heures :

**Prendre immédiatement la pilule oubliée** (même si 2 comprimés seront pris le même jour). Continuer la plaquette normalement.

### ••• Oubli supérieur à 12 heures :

- 1 Prendre immédiatement la pilule oubliée.
- 2 Continuer la plaquette jusqu'à la fin
  - Pour les plaquettes de **21 comprimés** :  
S'il reste moins de 7 comprimés au moment de l'oubli, enchaîner ensuite une nouvelle plaquette sans faire l'arrêt de 7 jours.
  - Pour les plaquettes de **28 comprimés** :  
S'il reste moins de 7 comprimés actifs au moment de l'oubli, jeter les comprimés inactifs restant et commencer immédiatement une nouvelle plaquette.
- 3 Utiliser des préservatifs pendant les 7 jours suivants.  
**Vous avez eu des rapports sexuels non protégés dans les 5 jours précédant l'oubli, utilisez la contraception d'urgence.**

Pour en savoir plus,  
N° Azur  
« Contraception IVG Gironde »  
**0 810 025 025**  
(prix d'appel local)

Recommandations de l'ANAES, Stratégies de choix des méthodes contraceptives chez la femme, décembre 2004.