

La pilule, mode d'emploi



La pilule empêche l'ovulation quand elle est bien prise chaque jour à la même heure sans oubli. Si vous constatez que vous oubliez souvent votre pilule, il existe d'autres méthodes de contraception peut-être plus adaptées à votre cas. L'oubli d'un seul comprimé actif

peut entraîner une grossesse.

J'ai oublié ma pilule, que faire?

Oubli de moins de 12 heures

Prendre immédiatement le comprimé oublié, les comprimés suivants à l'heure habituelle et n'ayez aucune inquiétude.



Ma pilule a 21 comprimés actifs: comment la prendre?

Je prends un comprimé Au 8^e jour, je **commence** La 1^{re} fois, j'attends le 1^{er} jour des chaque jour à heure fixe Je prends le dernier J'arrête la prise pendant la plaquette suivante même si rèales pour prendre le 1er comprimé. pendant 21 jours. comprimé de la plaquette. 7 jours et mes règles arrivent. mes règles ne sont pas finies. 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 1 2 et ainsi de suite... (1er jour des règles)

Ma pilule a 28 comprimés de 2 couleurs différentes: comment la prendre?

> 24 comprimés actifs + 4 placebo



▶ 21 comprimés actifs + 7 placebo



Oubli de plus de 12 heures

- Prendre immédiatement le dernier comprimé oublié.
- Continuer les comprimés suivants à l'heure habituelle (2 comprimés peuvent être pris le même jour).
- Prendre en plus la contraception d'urgence (gratuite en pharmacie pour les mineures) en cas de rapport sexuel au cours des 5 jours précédant l'oubli.
- Pendant les 7 jours suivant l'oubli, protéger les rapports (préservatif).
- Si l'oubli a lieu au cours des 7 derniers comprimés actifs, finir les comprimés actifs et enchaîner la prise de la nouvelle plaquette.
- Si plaquette de 21 comprimés : ne pas faire les 7 jours d'arrêt.
- Si plaquette de 28 comprimés : supprimer les comprimés placebo.

En cas de doute, je fais un test de grossesse 21 jours après l'oubli.

En cas de soucis ou de questions. contactez:

- un Centre de Planification de l'Eure (voir liste au dos)
- Fil Santé Jeunes anonyme et gratuit 7j/7, de 8h à 24h au 0800 235 236
- **Association Française** pour la Contraception www.contraceptions.org

▼Vomissement ou diarrhée = oubli de pilule

7

Centres de Planification de l'Eure

Centre hospitalier intercommunal 2 rue Saint Jean

27400 LOUVIERS

tél. 02 32 25 75 66

- ouvert les 1^{ers} et 3^{es} mercredis après-midi et les mardis matin
- consultations les 1^{ers} et les 3^{es} mercredis après-midi sur rendez-vous

Maison du Département 28 route des falaises 27100 VAL-DE-REUIL tél. 02 32 61 11 15

- ouvert les mercredis matin, les 2^{es} et les 4^{es} mercredis après-midi
- consultations les 2^{es}
 et 4^{es} mercredis matins

Centre hospitalier Maternité 5 rue du Dr Burnet 27200 VERNON

tél. 02 32 71 66 48

- ouvert tous les jours sans rendez-vous
- consultations tous les jours sur rendez-vous

Centre hospitalier Centre de prévention Route de Rouen 27140 GISORS

tél. 02 32 27 76 24

- consultations les mercredis de 14h à 17h sans rendez-vous
- ouvert les autres jours sur rendez-vous

Centre hospitalier de la Risle 64 route de Lisieux

27500 PONT-AUDEMER · · tél. 02 32 42 88 90

- ouvert tous les mercredis
- consultation médicale
 le mercredi matin

Centre hospitalier - Maternité 5 rue Anne de Ticheville

27300 BERNAY tél. 02 32 45 63 11

- consultations le mercredi de 14h à 17h sans rendez-vous
- ouvert le lundi matin, mardi et jeudi matin sur rendez-vous

Maison du Département - PMI 19 rue Saint Louis

27000 ÉVREUX

- tél. 02 32 39 15 00
- ouvert du lundi au vendredi sur rendez-vous
- consultations le mercredi après-midi sur rendez-vous

Centre hospitalier - Centre de prévention 81 rue Moulin des Murailles

27130 VERNEUL-SUR-AVRE

tél. 02 32 23 60 32

- consultations sur demande
- consultation le mercredi après-midi une fois par mois

Délégation Sociale





Direction Enfance-famille

Hôtel du Département Boulevard Georges-Chauvin 27021 Evreux Cedex tél. 02 32 31 50 50 • fax 02 32 33 68 00 internet www.eureenligne.fr