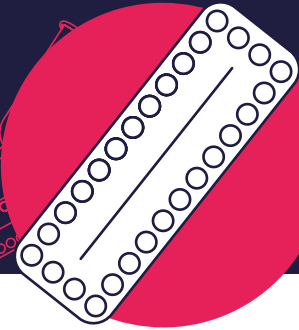


# Contraceptif oral à progestatif seul



## Description

Le contraceptif à progestatif seul est une pilule contraceptive qui contient seulement de la progestérone. Les autres contraceptifs oraux contiennent de l'œstrogène et de la progestérone.

## Quels sont les indications?

La pilule à progestatif seul est un choix de contraceptif intéressant si tu allaites, tu fumes ou tu ne peux pas prendre des contraceptifs oraux contenant de l'œstrogène.

## Quels sont ses modes d'action?

- Amincir la paroi interne de l'utérus, l'endomètre, pour ne pas qu'un ovule fécondé s'accroche et s'y développe;
- Épaissir les sécrétions du col de l'utérus pour empêcher les spermatozoïdes d'entrer dans l'utérus;
- Empêcher l'ovulation chez certaines femmes.

## Quelle est son efficacité?

Si le contraceptif oral à progestatif seul est pris régulièrement et à la même heure, son efficacité est à plus de 99,7 %. Cette méthode demeure très efficace notamment pour les femmes fumeuses de plus de 35 ans ou celles qui allaitent.

Par contre, son efficacité diminue et entraîne un risque de grossesse si le contraceptif n'est pas pris à l'heure exacte. Dès qu'il y a une variation de plus de trois heures, la contraception orale d'urgence (COU), communément appelée la pilule du lendemain, sera nécessaire si tu as eu des relations sexuelles sans condom dans les cinq derniers jours.

## Comment l'utiliser?

1. Commence le premier boîtier de pilules dans les cinq premiers jours de tes menstruations.
2. Utilise une méthode complémentaire (ex. : le condom) pendant la première semaine si tu as débuté à un autre moment durant ton cycle.
3. Prends les comprimés tous les jours du mois, sans période d'arrêt, idéalement à la même heure.

## Quels sont les effets secondaires?

Les principaux effets secondaires associés à l'utilisation de la pilule à progestatif seul sont les saignements irréguliers. Voici quelques statistiques en lien avec l'utilisation de ce contraceptif :

- 40 % des utilisatrices auront des cycles menstruels irréguliers;
- Près de 20 % d'entre elles présenteront des tachetures (petits saignements);
- 10 % des utilisatrices auront une absence de menstruation (aménorrhée) et les saignements seront moindres chez les femmes qui allaitent.

**N'oublie pas que les effets secondaires sont temporaires et que tu dois continuer à prendre la pilule.**

Si certains effets secondaires t'inquiètent, tu devras revenir pour une visite de contrôle au moment prévu ou plus tôt avec ton professionnel de la santé.

## Quoi faire lors de situations particulières?

Situation particulière	Ce que tu dois faire
En cas de nausées	Prends le comprimé en mangeant.
En cas de vomissements dans l'heure suivant la prise du comprimé	Reprends un autre comprimé. + Utilise une méthode complémentaire (ex. : le condom) pendant au moins 48 heures.
En cas de diarrhée de plus de 24 heures	Utilise une méthode contraceptive supplémentaire (ex. : le condom) au cours de cette période et durant les sept jours suivants, car l'efficacité de la pilule est diminuée.

**Si tu prends des médicaments ou des produits naturels, tu dois en aviser ton pharmacien afin de savoir s'ils diminuent l'effet de ta pilule.**

**Tu dois toujours te protéger contre les infections transmises sexuellement et par le sang (ITSS) avec un condom.**

## Quoi faire en cas d'oubli du contraceptif oral?

Voici ce que tu dois faire selon le moment et le nombre de jours où tu as oublié de prendre la pilule :

Durée de l'oubli	Ce que tu dois faire
Plus de trois heures	Prends un comprimé oublié dès que possible. + Continue à prendre un comprimé chaque jour à la même heure. + Utilise une méthode complémentaire (ex. : le condom) pendant au moins 48 heures.
Deux comprimés et plus	Continue ton boîtier et utilise une méthode complémentaire (ex. : le condom) pendant deux jours. + Prends la contraception orale d'urgence (COU), communément appelée la pilule du lendemain, si tu as eu des relations sexuelles sans condom dans les cinq derniers jours. + Fais un test de grossesse si tu n'as pas eu de saignements dans les quatre à six semaines suivant l'oubli.

Sources :

- [Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Capitale-Nationale](#)
- [SOS Grossesse](#)

Pour tout problème de santé sexuelle ou toutes inquiétudes, consulte la clinique jeunesse de ton école ou celle du centre local de services communautaires (CLSC) le plus près de chez toi.

En cas de problème de santé non urgent, Info-Santé peut aussi répondre à tes questions à tout moment en composant le **811**.



[santemonteregie.qc.ca/est/clinique-jeunesse](http://santemonteregie.qc.ca/est/clinique-jeunesse)



[facebook.com/cisssme](https://facebook.com/cisssme)

Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de la Montréal-est

Québec

