

## DESCRIPTION

Il existe 2 médicaments utilisés pour la contraception d'urgence, soit le PLAN B et ELLA. Ils ne contiennent que de la progestérone.

## EFFICACITÉ

La pilule contraceptive d'urgence peut être prise jusqu'à **120 heures** après une relation sexuelle non protégée. Toutefois, plus elle est utilisée tôt après la relation, plus elle est efficace.

**ELLA** est **plus** efficace que la PLAN B surtout entre 72 à 120 h après la relation non protégée et pour les femmes ayant un IMC >25 ( n'est pas encore remboursé par la RAMQ).

Lorsque le PLAN B est pris dans les 12 heures suivant une relation sexuelle non protégée, il permet de diminuer de plus de 95 % le risque de grossesse. Son efficacité diminue avec le temps et se situe à environ 60 % après 5 jours.

## MODE D'ACTION

La pilule contraceptive d'urgence agit principalement en retardant l'ovulation.

## UTILISATION

Plan B: 2 co en une seule dose  
ELLA : 1 comprimé

## CONTRE-INDICATION

Il n'y a aucune contre-indication. Toutes les femmes peuvent prendre la pilule contraceptive d'urgence.

## NAUSÉES

Certaines femmes peuvent avoir des nausées avec les contraceptifs d'urgences.

Si un ou des comprimés sont vomis dans les 2 heures suivant la prise, il faut en reprendre d'autres.

## CYCLE MENSTRUEL

**Attention** : La pilule contraceptive d'urgence ne déclenche pas les menstruations. Habituellement le cycle menstruel n'est pas modifié.

**LA PILULE CONTRACEPTIVE D'URGENCE N'EST PAS EFFICACE POUR LES RELATIONS SEXUELLES QUI SUIVENT SON UTILISATION. Il faut donc utiliser une autre méthode contraceptive lors des relations sexuelles jusqu'à la prochaine menstruation.**

Le PLAN B : Une méthode contraceptive peut être commencée le lendemain de la prise du Plan B. Une protection pour les 7 premiers jours avec condom est nécessaire.

ELLA : Attendre 5 jours avant de débiter une méthode contraceptive hormonale car elle peut diminuer l'efficacité d'ELLA.

Le condom devra être utilisé pendant ces 5 jours et durant les 7 premiers jours d'utilisation de la méthode hormonale car ELLA peut diminuer l'efficacité de cette méthode.

Si la menstruation n'est pas survenue une semaine après la date prévue, il faut alors passer un test de grossesse. En cas de grossesse, il n'y a pas d'effet nocif pour le fœtus.

## ALLAITEMENT MATERNEL

La pilule contraceptive d'urgence peut être prise par la femme qui allaite. Cette médication est sans danger pour le bébé.

## OÙ SE LES PROCURER?

### Plan B

#### À Rimouski :

#### **La Clinique de planning des naissances**

Du lundi au vendredi  
De 8 h 30 à 16 h 30  
Sans rendez-vous  
De 13 h 30 à 16 h 15

#### **Le CLSC Rimouski-Neigette**

Du lundi au vendredi  
De 8 h 15 à 16 h 30

#### **La Polyvalente Paul-Hubert**

Pour les étudiantes de l'école  
au Service de santé

#### **L'Urgence de l'hôpital**

Les soirs et les fins de semaine

#### **Votre médecin**

#### **Une clinique sans rendez-vous**

#### **Votre pharmacien**

Il peut vous l'offrir sans prescription  
médicale

## ELLA

La Clinique de planning des naissances

Votre pharmacien

#### À l'extérieur de Rimouski :

Consultez votre CLSC, l'urgence de votre centre hospitalier, votre médecin ou votre pharmacien.

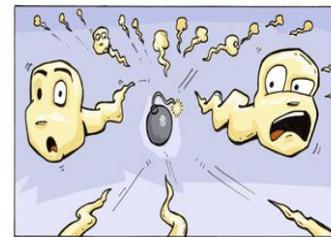
Cette méthode contraceptive demeure cependant une mesure d'urgence. La prise de la pilule contraceptive d'urgence doit nous inciter à évaluer notre contraception régulière.

#### **S'IL EST TROP TARD POUR LA PILULE CONTRACEPTIVE D'URGENCE**

Il est possible de se faire installer un stérilet du lendemain jusqu'à 7 jours après une relation sexuelle non protégée. Cette méthode présente un taux d'efficacité de presque 100%, mais comporte certains risques qui vous seront expliqués par votre médecin.

Révisé Juin 2016

## LA PILULE CONTRACEPTIVE D'URGENCE



*Clinique de planning*

CSSSR-N, 150 avenue Rouleau  
Rimouski (Québec) G5L 5T1  
Tél. : (418) 724-8578  
[www.planningchrr.com](http://www.planningchrr.com)