

QUE FAIRE EN CAS D'OUBLI DE LA PILULE CONTRACEPTIVE ?

Aux Pays-Bas, les recommandations concernant les mesures à prendre en cas d'oubli de la pilule contraceptive ont été récemment révisées; "pilule contraceptive" désigne ici les contraceptifs oraux à base d'un estrogène et d'un progestatif. Ces nouvelles recommandations se basent sur celles émises récemment par l'Organisation Mondiale de la Santé.

Elles sont résumées dans l'organigramme ci-dessous. Quelques remarques.

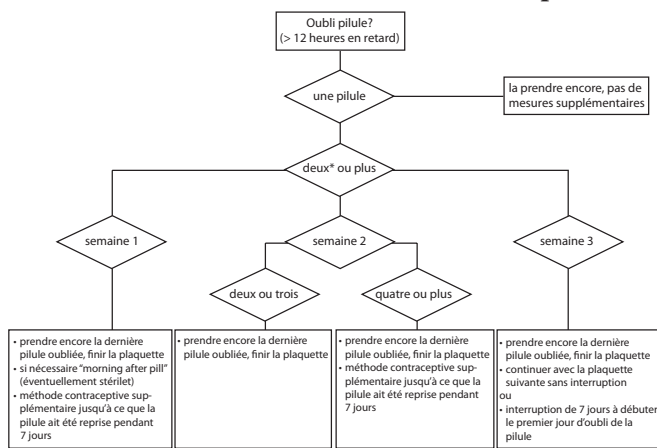
- Le principal changement concerne la recommandation en cas d'**oubli d'une seule pilule contraceptive**: la pilule doit encore être prise, mais des mesures supplémentaires ne sont pas nécessaires. Cette recommandation s'applique quelle que soit la semaine durant laquelle la pilule a été oubliée, et ce pour tous les estroprogestatifs utilisés comme contraceptifs (fortement ou faiblement dosés en estrogènes). Le risque de grossesse en cas d'oubli d'une seule pilule est tellement faible que diminuer davantage encore ce risque par l'utilisation d'une contraception d'urgence entraînerait des traitements inutiles.

- Le risque de grossesse augmente proportionnellement avec le **nombre de pilules contraceptives oubliées**. Une attitude vigilante est donc indiquée dans ce cas, certainement lorsque plusieurs pilules ont été oubliées pendant la première semaine.

- Comme contraception d'urgence ("morning after pill"), la méthode "lévonogestrel seul" est le plus souvent utilisée: dans les 72 heures suivant les rapports sexuels, prendre soit 1,5 mg de levonorgestrel en une prise, soit 0,75 mg de levonorgestrel deux fois à 12 heures d'intervalle (Norlevo®, Postinor®). La méthode « 2 x 2 » (méthode Yuzpe), qui consiste à prendre dans les 72 heures suivant les rapports sexuels, une association d'éthinylestradiol (0,1 mg) et de levonorgestrel (0,5 mg) deux fois à 12 heures d'intervalle, est une alternative, et peut se faire par la prise de deux fois 5 comprimés de Microgynon 20® ou Lowette®. L'emploi d'un stérilet en cuivre peut être une alternative efficace jusqu'à 5 jours après les rapports sexuels.

Note: Les références sont accessibles sur notre site Web.

Organigramme: recommandations en cas d'oubli de la pilule contraceptive



* Ceci n'est d'application que si le retard de prise de la seconde pilule est aussi de plus de 12 heures.

Traduit et repris avec autorisation de NHG-standaard Hormonale anticonceptie, addenda juillet 2007: "Het vergeten van de pil".