



PHARMACIE
PIERRE-MARC GERVAIS

3421, avenue du Parc, Montréal QC H2X 2H6
Tél. : 514 788-3656 • Fax : 514 788-3657

À propos de la contraception orale d'urgence (COU)

La contraception orale d'urgence, aussi connue sous le nom de « pilule du lendemain » est, comme son nom l'indique, une méthode de contraception aidant à prévenir une grossesse qui ne serait pas souhaitée. Cette méthode contraceptive existe puisqu'il arrive que la méthode de contraception employée se soit avérée inefficace (exemple bris ou perte du condom, oubli de contraceptifs oraux, erreur de calcul du cycle menstruel) ou qu'aucune méthode contraceptive n'ait été utilisée volontairement, par oubli ou suite à un viol.

Il est important de parler ici d'un premier mythe : il s'agit d'une méthode contraceptive et non d'un avortement. S'il y a déjà une grossesse, celle-ci ne sera pas affectée par la COU.

En quoi consiste la COU?

Deux méthodes sont présentement disponibles au Québec.

La première méthode se nomme la méthode Yuzpe. C'est une méthode employée depuis plus de 25 ans déjà. Elle consiste en des doses élevées d'oestrogènes (100 microgrammes d'éthinylœstradiol) et de progestérone (500 microgrammes de lévonorgestrel). Deux doses doivent être prises à 12 heures d'intervalle. Les doses sont obtenues en prenant simultanément plusieurs comprimés de contraceptifs oraux. Les contraceptifs Ovral^{MD}, Alesse^{MD}, Aviane^{MD}, Triquilar^{MD}, Minovral^{MD} et Portia^{MD} peuvent être utilisés pour la méthode Yuzpe. Cette méthode doit être employée dans les 120 heures suivant la relation sexuelle.

La seconde méthode consiste en une dose élevée de lévonorgestrel seulement. C'est le médicament Plan B^{MD} dont chaque comprimé contient 750 microgrammes de lévonorgestrel. Le traitement consiste en deux comprimés de Plan B^{MD} pris simultanément (une dose unique) ou séparément de 12 heures. Cette méthode doit être employée dans les 120 heures suivant la relation sexuelle.

Quelle méthode choisir?

Traditionnellement, la méthode Yuzpe était la plus utilisée. Toutefois, depuis l'arrivée du Plan B sur le marché, cette méthode s'impose. Elle est plus simple (prise des 2 comprimés en une dose unique plutôt que la prise de plusieurs comprimés à 12 heures d'intervalle), elle cause moins d'effets indésirables (environ moitié moins) et elle présente une efficacité accrue. Le Plan B^{MD} est donc la méthode utilisée de préférence.

Comment fonctionne la contraception orale d'urgence?

La COU fonctionne de plusieurs façons. Comme vous pourrez le constater, le but est d'empêcher une grossesse et non de causer un avortement.

La COU peut :



PHARMACIE PIERRE-MARC GERVAIS

3421, avenue du Parc, Montréal QC H2X 2H6
Tél. : 514 788-3656 • Fax : 514 788-3657

- Empêcher l'ovulation
- Empêcher le transport de l'oeuf ou du sperme dans la trompe de Fallope
- Empêcher la fertilisation
- Modifier l'endomètre pour empêcher l'implantation d'un ovule fécondé
- Perturber le mouvement du sperme

D'autres mécanismes d'action sont aussi possibles. La COU ne dérange pas une grossesse déjà en cours. Si pour des croyances personnelles ou religieuses l'avortement vous était interdit, sachez que **la contraception orale d'urgence n'est pas un avortement.**

Quand utiliser la contraception orale d'urgence?

Il est prudent de consulter pour obtenir la COU le plus rapidement possible après avoir eu une relation sexuelle sans avoir utilisé un moyen de contraception ou après un échec de la méthode contraceptive. Bien que la COU puisse être employée jusqu'à 120 heures après un échec de la méthode contraceptive, celle-ci est plus efficace si elle est utilisée rapidement.

Il est donc important d'utiliser la contraception orale d'urgence dans les plus brefs délais pour que celle-ci soit la plus efficace possible. Un délai de moins de 24 heures est donc souhaitable. Toutefois, la COU est toujours pertinente jusqu'à 120 heures après la relation sexuelle.

Où se procurer la contraception orale d'urgence?

Dans le but de se procurer facilement la COU, celle-ci est accessible dans les pharmacies du Québec. À la Pharmacie Pierre-Marc Gervais, la COU est accessible tous les jours lors de nos heures d'ouverture. La COU peut aussi être obtenue dans les CLSC. Vous pouvez obtenir une prescription de votre médecin pour l'obtenir. Toutefois, la prescription du médecin n'est pas nécessaire pour obtenir la COU. **Le pharmacien peut prescrire la COU.**

Comment obtenir la COU?

Au Québec, pour obtenir la COU, il faut une ordonnance. Cette ordonnance peut être émise par un prescripteur autorisé. Un médecin ou un pharmacien peut émettre cette ordonnance. Pour obtenir la COU en pharmacie, le pharmacien doit rencontrer la patiente. Le pharmacien posera quelques questions pour savoir si la COU est justifiée et s'il n'y a pas de contre-indications. Le pharmacien vous expliquera comment utiliser la COU, les effets indésirables à surveiller et quoi faire.

Quels sont les effets indésirables?

Environ 1 femme sur 4 aura des effets secondaires avec le Plan B^{MD} alors que 1 femme sur 2 en aura avec la méthode Yuzpe.

Ces effets secondaires peuvent être :

- Nausées et vomissements
- Saignements utérins
- Maux de ventre
- Maux de tête
- Sensation de douleur ou d'engorgement des seins

Ces effets secondaires sont généralement tolérables. Ils peuvent être diminués et contrôlés. Parlez-en à votre pharmacien.



**PHARMACIE
PIERRE-MARC GERVAIS**

3421, avenue du Parc, Montréal QC H2X 2H6
Tél. : 514 788-3656 • Fax : 514 788-3657

Quoi faire si j'ai des vomissements?

Si vous vomissez les comprimés que vous avez pris moins d'une heure après les avoir pris, l'efficacité sera compromise. Il est donc important de prendre une nouvelle dose. Votre pharmacien pourra vous suggérer un antiémétique pour prévenir à nouveau des vomissements.

Combien coûte la contraception orale d'urgence?

Le coût varie d'une pharmacie à l'autre. Celui peut être de 30 \$ à une pharmacie comme de 50 \$ à une autre pharmacie. C'est le coût de la consultation avec le pharmacien qui varie ainsi que le coût du médicament employé. La consultation est payée par le gouvernement du Québec si vous avez la carte d'assurance-maladie (carte-soleil). Les assurances privées et publiques couvrent le médicament.

Mythes de la contraception orale d'urgence

Voici quelques mythes et les réponses :

- **Mythe : La contraception orale d'urgence peut rendre infertile.**

Réalité : La contraception orale d'urgence ne diminue pas la fertilité.

- **Mythe : La contraception orale d'urgence ne peut pas être utilisée plus que 2 fois dans sa vie.**

Réalité : La contraception orale d'urgence peut être utilisée plusieurs fois. Aucune limite de sécurité n'a été établie.

- **Mythe : La contraception orale d'urgence protège des maladies.**

Réalité : La contraception orale d'urgence ne protège pas des ITS (MTS) comme le VIH, l'herpès, la syphilis, la chlamydia, les condylomes.

- **Mythe : La contraception orale d'urgence est un avortement.**

Réalité : Comme il a été démontré par le mécanisme d'action, la contraception orale d'urgence n'interrompt pas une grossesse qui est déjà en cours. La COU sert à prévenir une grossesse. L'utilisation de la COU diminue donc les risques de devoir recourir à une interruption volontaire de grossesse (un avortement).

Document rédigé par Pierre-Marc Gervais, pharmacien

Dernière mise à jour le 20 mars 2009

Ce document vous est offert par

Pharmacie Pierre-Marc Gervais
3421 avenue du Parc
Montréal (Québec) H2X 2H6
T.514.788.3656 F.514.788.3657

Ouverte du lundi au vendredi de 9 h à 21 h et du samedi au dimanche de 9 h à 17 h

Pharmacie Pierre-Marc Gervais – votre ordonnance santé!

<http://pharmaciegervais.ca>