

# CONTRACEPTION, IST...

## Pour en savoir plus

### CONDUITE A TENIR en cas d'oubli de pilule

Ne concerne pas « Estradiol valérate/dienogest » - Pour cette pilule en particulier, se référer à la notice.



**MOINS DE 12H**  
(moins de 3h pour désogestrel)



**PLUS DE 12H**  
(plus de 3h pour désogestrel)

**PAS D'INQUIETUDE**

Prendre **immédiatement le comprimé oublié** puis les suivants à l'heure habituelle.

(2 comprimés peuvent être pris le même jour)

**En cas de vomissement et/ou diarrhée dans les 4 heures** suivant la prise de la pilule, il faut adopter les mêmes précautions que pour un oubli.

**PERTE D'EFFICACITE POSSIBLE**

Prendre **immédiatement le comprimé oublié** \*\* puis les suivants à l'heure habituelle

\*\* Si l'oubli a lieu dans les **7 dernières pilules actives (14<sup>ème</sup> au 21<sup>ème</sup>)** de la plaquette: finir la plaquette actuelle et enchaîner la plaquette suivante sans faire l'arrêt de 7 jours, en jetant les placebos si nécessaire.

Si pas de rapport sexuel dans les **5 jours** précédents l'oubli: **protéger les rapports par un préservatif \*** pendant **7 jours**

OU

Si rapport sexuel dans les **5 jours** précédents l'oubli: **Contraception d'urgence + protéger les rapports par un préservatif \*** jusqu'à retour des règles (dans la limite de 14 jours)

\*Méthodes barrières: préservatif ou diaphragme

Pour retrouver **une contraception efficace**, il faut **au moins 7 jours** de comprimés actifs en continu après l'oubli

Que faire en cas d'oubli de pilule ?

Il faut réagir vite.

Nom de votre pilule: \_\_\_\_\_

Votre plaquette contient des comprimés inactifs: oui  non  nombre \_\_\_\_\_  
(derniers comprimés de la plaquette): non  oui

Délai au-delà duquel il existe un risque de grossesse:  3 h  12 h

Si le décalage est inférieur au délai ci-dessus, prenez immédiatement le comprimé oublié (2 comprimés peuvent être pris le même jour), puis les comprimés suivants à l'heure habituelle. Il n'y aura pas de risque de grossesse.

\*Méthodes barrières: préservatif ou diaphragme. \*\*Si l'oubli a lieu dans les 7 dernières pilules actives (14<sup>ème</sup> au 21<sup>ème</sup>) de la plaquette, finir la plaquette actuelle et enchaîner la plaquette suivante sans faire l'arrêt de 7 jours, en jetant les placebos si nécessaire.

© 2019 UFR



**Pensez aux applications smartphone (ou alarmes) pour éviter les oublis**