

QUELS SONT LES EFFETS INDÉSIRABLES ?

Maux de tête ou de ventre, nausées, petits saignements..., sont des effets rares et disparaissent en général rapidement. En cas de doute, parlez-en à votre pharmacien ou à votre médecin.



La pilule du lendemain n'est pas un moyen de contraception mais une solution de **ratrapage**.

Prendre une contraception d'urgence réduit fortement le risque de grossesse, mais ne le réduit pas complètement.

En cas de doute, consultez une sage-femme ou un médecin. Faites un test de grossesse 3 semaines après la date du dernier rapport non protégé.



Y A T-IL UN RISQUE ?

Prendre la contraception d'urgence n'empêche pas d'avoir des enfants lorsque vous l'aurez décidé.



CONTACTS UTILES

CEGIDD (Centre gratuit d'information, de dépistage et de diagnostic VIH et IST)
à Jacaranda 1^{er} étage,
7h - 14h du lundi au vendredi
0269 61 84 73
Service Action Santé 7h - 17h
0269 81 80 00
www.choisirsacontraception.fr
www.monurgencepilule.fr



Pour vous orienter
et répondre à toutes vos questions,
n'hésitez pas à nous contacter



Tél : 0269 62 28 15

Impasse Saïd Hassani M'Nagnochi,
quartier Boboka, 97600 Mamoudzou.
www.reseaux-sante-mayotte.fr



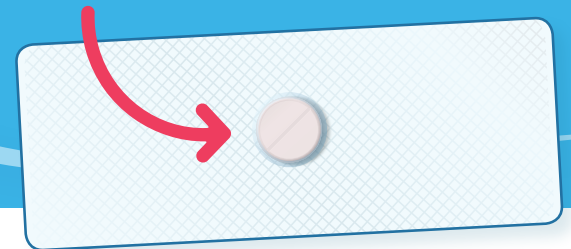
CONTRACEPTION D'URGENCE

MBIA YA SUKU YA VHILI

J'ai eu
un rapport
sexuel
non
ou mal
protégé ?*




Je prends la pilule
du lendemain le plus
rapidement possible !



* Un préservatif qui craque, une pilule oubliée
ou pas de contraception = risque de grossesse.



DANS QUELLE SITUATION DOIS-JE PRENDRE LA PILULE DU LENDEMAIN ?

- ✓ Vous avez eu un rapport sans préservatif ? 
- ✓ Le préservatif s'est déchiré ou enlevé lors du rapport ?
- ✓ Vous avez oublié votre pilule (+12h) ET eu un rapport non protégé (dans les 5 jours précédents ou les 7 jours suivant l'oubli) ?

COMMENT PRENDRE CE COMPRIMÉ ?



La pilule d'urgence est à **prendre le plus tôt possible, de préférence dans les 12h** pour plus

d'efficacité, après le rapport sexuel non ou mal protégé.

À prendre **au plus tard dans les 3 ou 5 jours après le rapport** (en fonction du type de pilule d'urgence).

Si dans les 3 heures suivant la prise du comprimé, des vomissements et diarrhées surviennent, il est nécessaire de reprendre un comprimé (contraceptif d'urgence).

QUE FAIRE APRÈS LA PRISE DU CONTRACEPTIF D'URGENCE ?

- ✓ **Si vous avez pris la contraception d'urgence suite à un rapport non ou mal protégé (pas de préservatif ou incident)**
Utilisez à chaque rapport une contraception locale, jusqu'au retour de vos règles (préservatif féminin ou masculin).
- ✓ **Si vous avez pris la contraception d'urgence suite à un oubli de pilule**
Prenez le dernier comprimé oublié dès la constatation et continuez la prise régulière de votre pilule à l'heure habituelle. Celle-ci ne redeviendra efficace qu'au bout de 7 jours de prise de comprimés actifs. Pendant ces 7 jours, protégez-vous avec un préservatif, à chaque rapport.



Prenez rendez-vous auprès d'une sage-femme, d'un médecin ou au CeGIDD* pour vérifier que vous n'avez pas été contaminé par une IST (VIH, hépatite B, chlamydia, herpès génital...).







Faites un test de grossesse 3 semaines après la date du dernier rapport non protégé.

Vous pourrez discuter sur le choix d'une contraception régulière plus efficace (DIU, pilule, implant...) avec un professionnel de santé.

* CeGIDD : Centre gratuit d'information, de dépistage et de diagnostic VIH et IST.



OÙ TROUVER LA PILULE DU LENDEMAIN ?

- + **En pharmacie** (sans ordonnance, gratuite et anonyme pour les -18 ans)
De façon anonyme et gratuite :
-  Après de **l'infirmière scolaire** du collège ou du lycée
-  Dans les **PMI**
-  Dans les **maternités** périphériques 24h/24h (Dzoumogné, Petite Terre, Kahani, Mramadoudou)
-  **CeGIDD* Jacaranda** 1^{er} étage

