

Nous vous rappelons que Depo ne vous protège pas des infections sexuellement transmissibles ou du VIH. **Utilisez toujours des préservatifs pour vous protéger !**



### COMMENT DEPO FONCTIONNE-T-IL ?

- Depo contient une hormone similaire à celles produites par votre corps. Cette hormone empêche vos ovaires de libérer des ovules. Sans ovule, il est impossible de tomber enceinte.
- Aucune méthode de contraception ne fonctionne à 100 %. Depo l'est à 94 %.

### COMMENT UTILISER DEPO ?

- Injectez-vous une dose de Depo dans votre ventre ou votre cuisse.
- **Utilisez des préservatifs comme méthode de précaution les 7 premiers jours** après votre première injection de Depo.
- Renouvelez votre injection tous les 3 mois (toutes les 13 semaines).
- Vous pouvez conserver Depo à température ambiante.

### QUE FAIRE SI JE NE PRENDS PAS MA PROCHAINE INJECTION DANS LES TEMPS ?

- Depo fonctionne mieux si vous recevez une nouvelle injection toutes les 13 semaines.
- Si votre injection a plus de 2 semaines de retard, faites un test de grossesse. Si le test est négatif, faites l'injection suivante. Utilisez des préservatifs pendant les 7 jours qui suivent. Refaites un test de grossesse 2 semaines après l'injection.

### QUE FAIRE SI JE SUIS EN RETARD POUR MA PROCHAINE INJECTION ET QUE J'AI EU UN RAPPORT SEXUEL NON PROTÉGÉ ?

- Si votre dernière injection remonte à plus de 15 semaines, prenez une contraception d'urgence (CU) juste après le rapport sexuel non protégé pour éviter toute grossesse. La CU peut empêcher une grossesse jusqu'à 5 jours après un rapport sexuel. Plus tôt vous la prenez, mieux elle fonctionne.
- Veuillez contacter votre clinicien-ne si vous avez des questions.

### COMMENT DEPO M'AIDE-T-IL ?

- Depo est sûr et efficace. Il assure une contraception constante pendant 3 mois.
- L'injection réduit le risque de cancer de l'utérus.
- Vous pouvez allaiter pendant votre prise de Depo.

### COMMENT VAIS-JE ME SENTIR EN UTILISANT DEPO ?

- Vous pouvez avoir de légers saignements entre vos règles. Vous pouvez connaître une prise de poids, des ballonnements, des maux de tête et/ou des changements d'humeur. Discutez avec votre médecin pour plus d'informations sur les effets secondaires du traitement.
- Après les 2 ou 3 premières injections, il est possible que vous n'ayez plus de règles du tout. C'est normal.
- Vos os peuvent devenir légèrement plus faibles pendant que vous prenez Depo. Cela ne présente aucun risque. La solidité osseuse revient à la normale après que vous arrêtez de recevoir l'injection.
- Après avoir arrêté Depo, il faut quelques mois pour que votre fertilité revienne à la normale. Il vous faudra donc peut-être un certain temps pour tomber enceinte (même si vous essayez).
- Si vous ne souhaitez pas tomber enceinte, utilisez un nouveau moyen de contraception après avoir arrêté Depo.

### DEPO COMPORTE-T-IL DES RISQUES ?

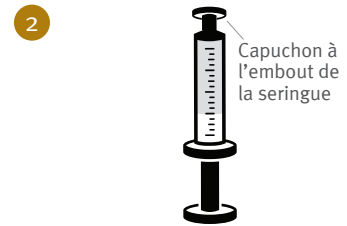
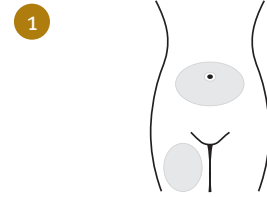
- L'injection est très sûre. Les problèmes graves sont rares. Si vous présentez l'un des symptômes ci-dessous, appelez votre clinicien-ne :
  - Maux de tête sévères
  - Saignements très abondants
- Votre clinicien-ne peut vous aider à déterminer si ces symptômes sont les signes d'un problème grave.

suite au verso →

## COMMENT FAIRE UNE INJECTION DE DEPO ?

## Schéma 1

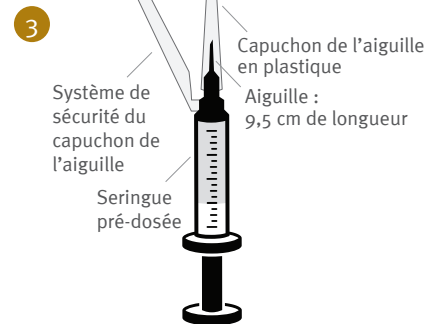
- Rassemblez votre matériel : compresse imbibée d'alcool, Depo et conteneur à aiguilles ou récipient vide en plastique pour lessive.
- Lavez-vous les mains.
- Choisissez la zone d'injection : soit le haut de la cuisse, soit le ventre. Évitez le nombril et les zones osseuses.
- Ouvrez l'emballage et placez l'aiguille sur la seringue tout en gardant le capuchon à l'embout de la seringue.
- Nettoyez votre peau avec une compresse imbibée d'alcool et attendez que la zone sèche.



Seringue pré-dosée

## Schéma 2

- Sortez la seringue de l'emballage et secouez-la pendant environ une minute pour mélanger le contenu.
- Retirez le capuchon à l'embout de la seringue.

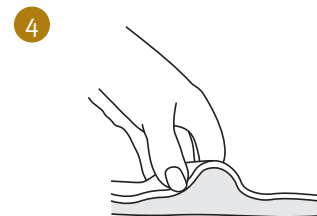


## Schéma 3

- Fixez l'aiguille sur la seringue.
- Retirez le système de sécurité du capuchon de l'aiguille.
- Retirez le capuchon de l'aiguille, en tirant dessus d'un geste (et non pas en le tournant).
- Maintenez l'aiguille pointée vers le haut. Poussez délicatement le piston jusqu'à ce que la solution atteigne le haut de la seringue.

## Schéma 4

- Saisissez la peau autour de la zone d'injection avec votre autre main.



## Schéma 5

- Piquez toute la longueur de la petite aiguille dans la peau à un angle d'environ 45 degrés. Cela peut faire un peu mal.
- Injectez lentement le Depo, sur un temps de 5 à 7 secondes. Enfoncez la tête du piston jusqu'à la collerette de la seringue.
- Retirez la seringue. Remplacez le capuchon de sécurité en appuyant dessus jusqu'à ce que vous entendiez un clic. Jetez la seringue dans le conteneur à aiguilles.
- Appliquez une pression sur la zone d'injection.

