

Rappelez-vous, la contraception d'urgence **ne vous protège pas des infections sexuellement transmissibles ou du VIH**. Utilisez toujours des préservatifs pour vous protéger !



COMMENT LA PILULE DE CU FONCTIONNE-T-ELLE ?

- Les pilules contraceptives progestatives d'urgence (Plan B One-Step®, Next Choice® et autres) contiennent une hormone semblable à celles que votre corps fabrique. L'ulipristal (ella®) imite et bloque une hormone. Les pilules de CU empêchent vos ovaires de libérer des ovules. Sans ovule, impossible de tomber enceinte.
- Aucune méthode de contraception n'est efficace à 100 %. Les pilules de CU réduisent le risque de grossesse de 58 à 94 %.
- Si vous prenez la pilule ella® dans les 5 jours suivant un rapport sexuel, elle est efficace à 94 %. Les autres pilules de CU sont moins efficaces. Vous pouvez prendre une pilule de CU jusqu'à 5 jours après un rapport sexuel non protégé. Plus vous prenez les pilules de CU progestatives tôt, mieux elles fonctionnent, mais la pilule de CU ella® fonctionne tout aussi bien 4 à 5 jours après un rapport sexuel que juste après.
- Les entreprises pharmaceutiques ne cherchent pas toujours à s'assurer que leurs médicaments fonctionnent pour les personnes de toutes tailles. Les personnes ayant un IMC plus élevé ne sont souvent pas incluses dans ces études. Ainsi, les pilules de CU progestatives ne fonctionnent pas aussi bien si votre indice de masse corporelle est supérieur à 26. Les pilules de CU à ulipristal ne fonctionnent pas aussi bien si votre indice de masse corporelle est supérieur à 35.
- Vous ne pouvez pas utiliser les pilules de CU pour mettre fin à une grossesse. Elles ne fonctionnent pas si vous êtes enceinte.

COMMENT UTILISER LES PILULES DE CU ?

- Prenez la pilule de CU dès que vous le pouvez après un rapport sexuel non protégé. Si votre paquet contient 2 pilules, prenez les deux pilules en même temps.

COMMENT LES PILULES DE CU M'AIDENT-ELLES ?

- La pilule de CU réduit vos chances de tomber enceinte après un rapport sexuel non protégé.

COMMENT VAIS-JE ME SENTIR APRÈS AVOIR PRIS DES PILULES DE CU ?

- Vous vous sentirez très probablement bien. La pilule de CU n'a pas d'effets secondaires à long terme ou graves.
- Vous pouvez avoir des nausées, des vomissements, des maux de tête, des étourdissements, des douleurs mammaires ou abdominales pendant 1 à 2 jours après la prise des pilules. Pour prévenir les nausées, vous pouvez prendre des médicaments contre les nausées (comme la méclizine) une heure avant de prendre la CU.
- Vos prochaines règles peuvent survenir quelques jours plus tôt ou plus tard. Vous pouvez avoir de légers saignements.

LES PILULES DE CU COMPORTENT-ELLES DES RISQUES ?

- Les pilules de CU sont très sûres. Il n'y a pas de risques connus.

OÙ PUIS-JE OBTENIR DES PILULES DE CU ?

- Les pilules de CU sont disponibles dans les pharmacies, les centres de santé ou auprès de votre médecin. Appelez à l'avance pour voir s'ils en ont.
- Vous pouvez obtenir une pilule de CU progestative sans ordonnance, quel que soit votre âge.
- La pilule ella® est disponible uniquement sur ordonnance.
- Vous devriez toujours avoir une pilule de CU à portée de main au cas où vous en auriez besoin. Demandez des renouvellements sur votre ordonnance.
- Pour obtenir une pilule de CU, demandez à votre médecin ou visitez <https://www.bedsider.org/clinics/ec>.