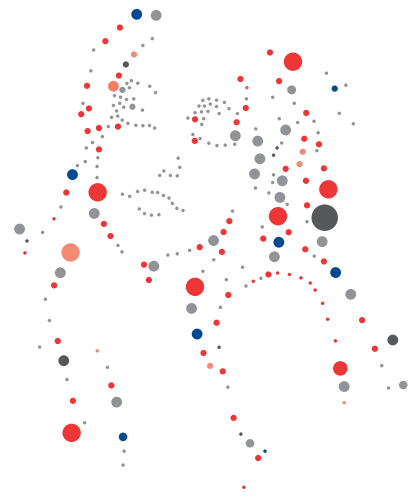


VOTRE CONTRACEPTION

ESTROPROGESTATIVE

Votre médecin vient de vous prescrire une contraception par pilule estroprogestative. La pilule est un médicament qui agit principalement en empêchant l'ovulation, par une combinaison d'hormones. Il s'agit, généralement d'un estrogène et d'un progestatif, d'où le nom de contraceptif oral estroprogestatif.



MÉTHODE CONTRACEPTIVE



LA PILULE ESTROPROGESTATIVE EMPÊCHE L'OVULATION ET PERMET DONC D'ÉVITER UNE GROSSESSE NON DÉSIRÉE.

CETTE MÉTHODE :

- PRÉSENTE UNE EFFICACITÉ > 99,7 % (EN PRATIQUE OPTIMALE)
- PEUT PERMETTRE DE RÉGULARISER LE CYCLE
- PEUT PERMETTRE D'AMÉLIORER DES RÈGLES ABONDANTES OU DOULOUREUSES.



POUR OBTENIR L'EFFICACITÉ OPTIMALE, VEILLEZ À PRENDRE VOTRE PILULE COMBINÉE SYSTÉMATIQUEMENT À LA MÊME HEURE.

■ EN CAS D'OUBLI DE MOINS DE 12 HEURES

Prenez immédiatement le comprimé oublié et poursuivez le traitement à l'heure habituelle même si 2 comprimés doivent être pris le même jour.

■ EN CAS D'OUBLI DE PLUS DE 12 HEURES

Prenez immédiatement le comprimé oublié et poursuivez le traitement à l'heure habituelle (même si 2 comprimés doivent être pris en même temps.) En cas de rapports sexuels dans les 7 jours suivants, utilisez simultanément une méthode contraceptive non hormonale (ex. préservatif). Si la période de sécurité de 7 jours avec préservatifs s'étend au-delà du dernier comprimé de la plaquette en cours, supprimer l'intervalle libre et démarrer la plaquette suivante le jour suivant la prise du dernier comprimé*

■ PAR PRÉCAUTION, SI UN RAPPORT SEXUEL A EU LIEU DANS LES 5 JOURS PRÉCÉDANT L'OUBLI DE PLUS DE 12 HEURES OU SI L'OUBLI CONCERNE AU MOINS 2 COMPRIMÉS,

Consultez immédiatement un professionnel de santé (pharmacien ou médecin) car une contraception d'urgence est nécessaire (par exemple "pilule du lendemain").

* en cas de doute sur la conduite à tenir, contactez ou consultez votre médecin

QU'EST-CE QU'UNE THROMBOSE



Comme tout médicament, la pilule peut entraîner des effets indésirables. Selon le type de pilule, elle augmente le risque de maladie thromboembolique.

C'EST LA FORMATION D'UN CAILLOT (THROMBUS) DANS UN VAISSEAU SANGUIN.

DANS UNE VEINE, il s'agit d'une thrombose veineuse appelée aussi phlébite ; ce caillot est susceptible de migrer vers le cœur et le poumon, entraînant une embolie pulmonaire

DANS UNE ARTÈRE, il s'agit d'une thrombose artérielle qui, selon la zone irriguée, provoque :

- Un accident vasculaire cérébral ou AVC (cerveau)
- Un infarctus du myocarde (cœur)

SIGNES	MALADIE	SUIVI
<ul style="list-style-type: none"> ■ Œdème (gonflement) unilatéral de la cuisse, de la jambe ou seulement du mollet ■ Douleur unilatérale avec ou sans œdème, notamment au niveau d'un des deux mollets 	Phlébite	Appel ou consultation immédiate du médecin ou du pharmacien Sinon, appel SAMU-Centre 15 ou présentation aux urgences (hôpital ou clinique)
<ul style="list-style-type: none"> ■ Essoufflement soudain ■ Douleur thoracique ■ Crachat sanglant ■ Accélération des battements du cœur inhabituelle, inexpliquée, persistante, surtout si elle est associée à l'un des signes précédents 	Embolie pulmonaire	Appel immédiat SAMU-Centre 15
<ul style="list-style-type: none"> ■ Déformation/engourdissement de la bouche ■ Faiblesse d'un côté du corps, bras ou jambe ■ Troubles de la parole ou de la vision 	Accident vasculaire cérébral	Appel immédiat SAMU-Centre 15
<ul style="list-style-type: none"> ■ Douleur inhabituelle ou brutale dans la poitrine pesante ou serrante, au niveau du sternum. Cette douleur peut irradier dans le bras gauche, ou dans la mâchoire 	Infarctus du myocarde	Appel immédiat SAMU-Centre 15

QUELQUES CONSEILS

ET PRÉCAUTIONS À SUIVRE



SI VOUS FUMEZ, voyez avec votre médecin comment diminuer et arrêter de fumer, car le risque de thrombose artérielle augmente de façon importante lors de l'association pilule + tabac ou pilule + cannabis.



SI VOUS PRÉVOYEZ UN LONG VOYAGE, en avion (supérieur à 4 heures) :

- Préférez une place côté couloir de façon à pouvoir vous déplacer plus facilement
- Levez-vous toutes les 3 heures environ
- Et faites des flexions/extensions avec les pieds pour faire circuler le sang au niveau des mollets
- Buvez régulièrement de l'eau et évitez les boissons alcoolisées
- Vous pouvez également porter des bas ou des collants de contention sur avis médical.



SI VOTRE SITUATION ÉVOLUE, pensez à en informer votre médecin

- Apparition d'une nouvelle maladie chez vous ou quelqu'un de votre famille
- Tout nouveau traitement (certains médicaments sont susceptibles d'interférer avec votre contraception estroprogestative.)
- Programmation d'une intervention chirurgicale, traumatisme ou fracture provoquant une immobilisation.



EN CAS D'APPARITION OU AGGRAVATION DE MAUX DE TÊTE,

- Signalez le impérativement à votre médecin traitant dans les meilleurs délais.

EN CAS D'EFFET INDÉSIRABLE, apparaissant lors de la prise de pilule, tels que par exemple une prise de poids significative, des saignements abondants et persistants (l'apparition de quelques saignements en début de traitement est un phénomène normal et transitoire), des nausées, des douleurs aux seins importantes, n'hésitez pas à le signaler et à en discuter avec votre médecin.

Pour en savoir plus, reportez-vous à la notice d'information de l'utilisateur qui figure dans l'emballage du contraceptif qui vous a été prescrit. Vous y trouverez notamment une description détaillée des manifestations associées à la thrombose, auxquelles vous devez être attentive.