



LA MICRO-PILULE (MICROVAL, CERAZETTE)

Information générale :

- Nécessite la prise quotidienne d'une pilule à **heure fixe**
- Délivrée en pharmacie sous prescription médicale
- **Ne protège pas des infections sexuellement transmissibles (IST), notamment le VIH/SIDA**
- Microval remboursée par la sécurité sociale à 65%, prix **pour 3 mois de contraception : 3.83 euros**

Efficacité contraceptive : Taux de grossesse

Utilisation optimale (sans oubli), **0,5 % => 5 grossesses pour 1000 utilisatrices par an**

Comment fonctionne la pilule ?

- Vous devez prendre une pilule chaque jour à **un même moment de la journée** avec une **marge de 3 heures (= +/- 3 h)**
- La pilule contient une hormone dérivée de la progestérone
- Cette hormone épaissit les sécrétions du col de l'utérus et bloque le passage des spermatozoïdes

Important à savoir :

- Vous contrôlez la méthode
- Vous pouvez décider seule de l'arrêter à n'importe quel moment
- Peut entraîner des règles irrégulières
- Peut entraîner une absence de règles
- Vous devez vous rappeler tous les jours de prendre une pilule
- **Ne protège pas des infections sexuellement transmissibles (IST) notamment le VIH/SIDA**
- Utiliser des préservatifs (masculin ou féminin) si vous craignez un risque d'IST

Méthode déconseillée :

- En cas de maladies cardiaques, vasculaires ou hépatiques. Parlez-en avec votre médecin.

Effets secondaires :

- Peut entraîner une irrégularité dans la survenue des règles et parfois même les arrêter
- Peut entraîner exceptionnellement des maux de tête, des tensions douloureuses des seins, une irritabilité, une prise de poids
- Ces effets ne sont pas les signes de maladie grave et diminuent généralement avec le temps

Comment l'utiliser ?

- **1^{ère} fois** : prendre la pilule le premier jour des règles
- **PRENDRE UNE PILULE TOUS LES JOURS** jusqu'à la fin de la plaquette, puis recommencer une nouvelle plaquette **sans intervalle, sans pause**
- Prendre la pilule tous les jours **environ à la même heure (+/- 3 heures)**
- Toujours avoir une plaquette d'avance
- En cas de vomissements dans les 2 heures qui suivent la prise de la pilule, reprendre immédiatement un comprimé
- Si les vomissements ou la diarrhée persistent pendant plus de 2 jours, suivre les consignes du tableau au verso
- En cas d'oubli de pilule se référer au tableau au verso

Que faire en cas d'oubli ?

Si	Conduite à tenir
Oubli de moins de 3 heures	<ul style="list-style-type: none">• Prendre immédiatement la pilule oubliée et poursuivre normalement les jours suivants
Oubli de plus de 3 heures	<ul style="list-style-type: none">• Prendre immédiatement la pilule oubliée (même si 2 pilules sont prises en même temps, le même jour) et continuer les jours suivants à prendre la pilule à la même heure• En cas de rapports sexuels non protégés dans les 5 jours qui précèdent, prendre la pilule du lendemain• Utiliser des préservatifs en cas de rapports pendant les 7 jours qui suivent

Quand reconsulter son médecin ?

- Si vous avez des questions ou des problèmes
- Si pensez que vous êtes enceinte

Pour plus d'informations : SIDA Info Service  Appel anonyme, confidentiel et gratuit, 24h sur 24 www.sida-infoservice.org Mouvement français pour le planning familial www.planning-familial.org Site INPES www.choisirscontraception.fr	Ecoute Sexualité Contraception Avortement  (Nord de la France) appel gratuit.  (Sud de la France) appel gratuit. Ministère de la santé www.santé.gouv.fr Information contraception www.afc.org
---	--