

# Fiche conseils

---

## Comment prendre la pilule au désogestrel ?

- Prenez un comprimé chaque jour à la même heure.
- Commencez la 1<sup>re</sup> plaquette le 1<sup>er</sup> jour de vos règles pour une efficacité immédiate. Vous pouvez également commencer à un autre moment du cycle, mais dans ce cas, utilisez une contraception mécanique (préservatif par exemple) durant les sept premiers jours.
- Une fois la plaquette terminée, commencez la suivante immédiatement, sans interruption.

## En cas d'oubli

### 1. Si l'oubli date de **moins de 12 heures** :

- vous restez protégée,
- prenez immédiatement le comprimé oublié,
- poursuivez la prise des comprimés suivants à l'heure habituelle.

### 2. Si l'oubli date de **plus de 12 heures, il existe un risque de grossesse**. Pour le réduire :

#### • étape 1 :

- prenez immédiatement le dernier comprimé oublié (même si cela implique d'en prendre deux le même jour),
- poursuivez la prise des comprimés suivants à l'heure habituelle,
- utilisez un préservatif en complément de la pilule pendant les 7 jours suivant l'oubli,

#### • étape 2, en cas de rapport sexuel dans les 5 jours précédant l'oubli :

- prenez immédiatement une contraception d'urgence (NORLEVO<sup>®</sup>),
- en cas de doute, réalisez un test de grossesse 3 semaines après l'oubli.

## En cas de vomissements ou de diarrhées

- Si ces symptômes surviennent **moins de 4 heures** après la prise du comprimé :
  - prenez immédiatement un nouveau comprimé (d'une autre plaquette pour ne pas perturber le cycle),
  - poursuivez la prise des comprimés suivants à l'heure habituelle,
  - si vous ne pouvez pas prendre un comprimé de remplacement dans les 12 heures suivant l'heure habituelle, **appliquez les conseils en cas d'oubli de plus de 12 heures**.
- Si ces symptômes surviennent **plus de 4 heures** après la prise du comprimé :
  - aucune action particulière n'est nécessaire,

- poursuivez la prise des comprimés suivants à l'heure habituelle.

Certains médicaments peuvent réduire l'efficacité de la contraception. Informez systématiquement votre médecin ou pharmacien de votre contraception avant de commencer un nouveau traitement, y compris des médicaments en vente libre ou des compléments alimentaires.

Pour en savoir plus sur la contraception, **scannez le QR code**.



Choisir sa  
contraception

---