

# Contraceptif oral combiné

## Description

Le contraceptif oral combiné est une pilule qui contient deux hormones synthétiques semblables aux hormones naturelles de ton corps, soit l'œstrogène et la progestérone. Chaque boîte de pilules contraceptives contient des comprimés actifs (avec hormones) et des comprimés inactifs (sans hormone). La quantité de comprimés actifs et inactifs varient selon la marque de pilules contraceptives choisie.

## Quels sont ses modes d'action?

- Empêcher l'ovulation;
- Amincir la paroi interne de l'utérus, l'endomètre, pour ne pas qu'un ovule fécondé s'accroche et s'y développe;
- Épaissir les sécrétions du col de l'utérus pour empêcher les spermatozoïdes d'entrer dans l'utérus.

## Quelle est son efficacité?

Si le contraceptif oral combiné est bien utilisé, son efficacité est à plus de 99 % et immédiate dans le cas où la pilule est débutée dans les cinq premiers jours de tes menstruations. Si tu le commences à un autre moment, le contraceptif sera efficace après sept jours.

## Comment l'utiliser?

1. Commence le premier boîtier de pilules dans les cinq premiers jours de tes menstruations ou à un autre moment si recommandé par un professionnel de la santé.
2. Prends un comprimé par jour jusqu'à la fin du boîtier, continue avec un nouveau boîtier et ainsi de suite.
3. Prends ton comprimé à une heure fixe en l'associant à un geste du quotidien : brossage de tes dents, heure du repas, etc.

Tes menstruations devraient débiter au cours de la dernière semaine de chaque boîtier de pilules. Il se pourrait que les premiers mois soient différents, car ton corps s'adapte.

## Quels sont les effets secondaires possibles?

La période d'adaptation à la pilule est habituellement de trois mois. Il est possible que tu ressenties certains effets secondaires mineurs, tels que :

- des saignements imprévus;
- une absence de saignement (aménorrhée);
- des pertes vaginales;
- des nausées (maux de coeur);
- des maux de tête (céphalées);
- une sensibilité aux seins (mastalgie);
- des changements d'humeur.

Si certains effets secondaires t'inquiètent, tu devras revenir pour une visite de contrôle au moment prévu ou plus tôt avec ton professionnel de la santé.

**N'oublie pas que les effets secondaires sont temporaires et que tu dois continuer à prendre la pilule.**

Dans de très rares occasions, consulte immédiatement un médecin si tu éprouves l'un des signaux d'alarme suivants :

- Douleur abdominale importante;
- Douleur thoracique importante;
- Douleur dans un membre inférieur (mollet ou cuisse);
- Mal de tête important (pouvant être accompagné d'étourdissements, de faiblesse ou d'engourdissements);
- Mal de tête ou migraine avec symptômes neurologiques ou ophtalmiques;
- Perte de la fonction motrice ou sensitive;
- Perte soudaine de vision ou troubles de la vue;
- Troubles du langage.

## Quoi faire lors de situations particulières?

Situation particulière	Ce que tu dois faire
En cas de nausées	Prends le comprimé en mangeant.
En cas de vomissements dans l'heure suivant la prise du comprimé	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prends un autre comprimé situé à la même place provenant d'un boîtier supplémentaire (pour te dépanner) et vérifie la date d'expiration. Contacte ton pharmacien si nécessaire.</li> <li>• Continue avec le premier boîtier par la suite.</li> </ul>
En cas de diarrhée de plus de 24 heures	Utilise une méthode contraceptive supplémentaire (ex. : le condom) au cours de cette période et durant les sept jours suivants, car l'efficacité de la pilule est diminuée.

**Si tu prends des médicaments ou des produits naturels, tu dois en aviser ton pharmacien afin de savoir s'ils diminuent l'effet de ta pilule.**

Tu dois toujours te protéger contre les infections transmises sexuellement et par le sang (ITSS) avec un condom.

## Quoi faire en cas d'oubli du contraceptif oral

Voici ce que tu dois faire selon le moment et le nombre de jours où tu as oublié de prendre la pilule :

Quand	Durée de l'oubli	Ce que tu dois faire
Peu importe la semaine	Moins de 24 heures	Prends un comprimé actif dès que tu y penses et continue à prendre un comprimé par jour jusqu'à la fin du boîtier.
Première semaine	24 heures et plus (un ou plusieurs comprimés)	Prends un comprimé actif dès que tu y penses. Jette le ou les comprimés oubliés et continue ensuite à prendre un comprimé par jour jusqu'à la fin du boîtier. + Utilise aussi un condom pendant sept jours si tu as des relations sexuelles. + Prends la contraception orale d'urgence (COU), communément appelée la pilule du lendemain, si tu as eu des relations sexuelles sans condom dans les cinq derniers jours.
Deuxième ou troisième semaine	Un ou deux comprimés	Prends un comprimé actif dès que tu y penses et jette le ou les comprimés oubliés. + Continue à prendre un comprimé par jour jusqu'à la fin des comprimés actifs. + Jette les comprimés inactifs et recommence un nouveau boîtier. Tu n'auras pas de menstruation ce mois-là.
	Trois comprimés et plus	Prends un comprimé actif dès que tu y penses et jette le ou les comprimés oubliés. + Continue à prendre un comprimé par jour jusqu'à la fin des comprimés actifs. + Jette les comprimés inactifs et recommence un nouveau boîtier. Tu n'auras pas de menstruation ce mois-là. + Utilise aussi un condom pendant sept jours si tu as des relations sexuelles. + Prends la contraception orale d'urgence (COU), communément appelé la pilule du lendemain, si tu as eu des relations sexuelles sans condom dans les cinq derniers jours.

Pour tout problème de santé sexuelle ou toutes inquiétudes, consulte la clinique jeunesse de **ton école** ou celle du **centre local de services communautaires (CLSC)** le plus près de chez toi.

En cas de problème de santé non urgent, **Info-Santé** peut aussi répondre à tes questions à tout moment en composant le **811**.



[santemonteregie.qc.ca/est/clinique-jeunesse](http://santemonteregie.qc.ca/est/clinique-jeunesse)



[facebook.com/cisssme](https://facebook.com/cisssme)

Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de la Montérégie-Est

Québec

