



# Comment gérer l'oubli de doses de contraceptif

L'oubli d'une ou plusieurs doses de contraceptif peut être stressant et constitue l'une des principales causes de grossesse non désirée. La méthode de contraception la plus efficace est celle que la personne peut se rappeler d'utiliser régulièrement et correctement. Voici quelques directives à suivre pour conseiller les personnes qui n'ont pas respecté les recommandations en matière de contraception.

	Option	Quoi faire
1	<b>Anneau vaginal</b>	<p><i>Moins de 3 heures</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Il est recommandé de laisser l'anneau en place pendant 3 semaines sans interruption. Si l'anneau est sorti du vagin pendant moins de 3 heures, son efficacité n'est pas diminuée. Rincer l'anneau à l'eau fraîche ou tiède (pas chaude) et le réintroduire dans les 3 heures.</li> <li>En cas de perte de l'anneau, un nouvel anneau vaginal doit être inséré et le régime doit être poursuivi sans modification.</li> </ul> <p><i>Plus de 3 heures continues</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Semaines 1 et 2</b> : L'anneau doit être replacé dès que possible. Utiliser une méthode complémentaire non hormonale jusqu'à ce que l'anneau soit resté dans le vagin pendant 7 jours sans interruption.</li> <li><b>Semaine 3</b> : L'anneau doit être jeté et l'une des deux options suivantes doit être utilisée :             <ol style="list-style-type: none"> <li>Insérer immédiatement un nouvel anneau</li> </ol>             OU             <ol style="list-style-type: none"> <li>Attendre que le saignement causé par le retrait s'estompe, puis insérer un nouvel anneau au plus tard 7 jours après le retrait ou l'expulsion de l'anneau précédent. Une méthode complémentaire non hormonale est nécessaire jusqu'à ce que le nouvel anneau ait été utilisé de façon continue pendant 7 jours.</li> </ol> </li> </ul>
2	<b>Timbre</b>	<p><i>Détachement partiel ou complet</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Jusqu'à 24 heures</b> : Réappliquer au même endroit ou remplacer immédiatement par un nouveau timbre. Aucune contraception complémentaire n'est nécessaire et le timbre suivant doit être appliqué le jour habituel de changement du timbre.</li> <li><b>Plus de 24 heures OU incertitude quant au moment où le timbre s'est décollé ou détaché</b> : Arrêter le cycle en cours et commencer immédiatement un nouveau cycle en mettant un nouveau timbre. Il y a maintenant un nouveau jour de changement du timbre. Une méthode de contraception complémentaire n'est nécessaire que pendant les 7 premiers jours du nouveau cycle.</li> </ul> <p><i>Le timbre n'a pas été changé</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Semaine 1 ou jour 1</b> : Appliquer le premier timbre du cycle dès que possible. Il y a maintenant un nouveau jour de changement du timbre. Une méthode de contraception complémentaire est nécessaire pendant les 7 premiers jours du nouveau cycle.</li> <li><b>Semaine 2 (jour 8) ou semaine 3 (jour 15)</b> : Si l'oubli est de moins de 48 heures, appliquer immédiatement un nouveau timbre. Le timbre suivant doit être appliqué le jour habituel de changement du timbre. Aucune méthode de contraception complémentaire n'est nécessaire.</li> <li><b>Semaine 2 (jour 8) ou semaine 3 (jour 15)</b> : Si l'oubli est de plus de 48 heures, arrêter le cycle en cours. Commencer immédiatement un nouveau cycle de 4 semaines en posant un nouveau timbre. Il y a maintenant un nouveau jour de changement du timbre. Une méthode de contraception complémentaire est nécessaire pendant les 7 premiers jours du nouveau cycle.</li> <li><b>Semaine 4 (jour 22)</b> : Si le timbre n'a pas été retiré au jour 22, le retirer immédiatement. Commencer le nouveau cycle le jour habituel de changement du timbre, c'est-à-dire le jour après le jour 28. Aucune méthode de contraception complémentaire n'est nécessaire.</li> </ul>

Contribution financière :



# Comment gérer l'oubli de doses de contraceptif

	Option	Quoi faire
3	<b>Pilule progestative</b>	<p><b>Noréthindrone</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Moins de 3 heures de retard à prendre la pilule : Prendre la pilule dès que possible, puis continuer à prendre les pilules à l'heure habituelle. Aucune méthode complémentaire n'est nécessaire, car l'efficacité n'est pas diminuée.</li> <li>Plus de 3 heures de retard à prendre la pilule : Prendre la pilule dès que possible, puis continuer à prendre les pilules à l'heure habituelle. Cela peut signifier prendre 2 pilules le même jour. Une méthode complémentaire est nécessaire pendant les 48 heures suivantes.</li> </ul> <p><b>Drospirénone</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Moins de 24 heures de retard à prendre la pilule : Prendre la pilule dès que possible, puis continuer à prendre les pilules à l'heure habituelle. Aucune méthode complémentaire n'est nécessaire, car l'efficacité n'est pas diminuée.</li> <li>Plus de 24 heures de retard à prendre la pilule : Prendre la pilule dès que possible, puis continuer à prendre les pilules à l'heure habituelle. Cela peut signifier prendre 2 pilules le même jour. Une méthode complémentaire est nécessaire pendant les 48 heures suivantes.</li> </ul>
4	<b>Contraceptif hormonal combiné</b>	<p><i>Oubli d'une pilule</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Prendre la pilule dès que possible, puis prendre la pilule suivante à l'heure habituelle. Cela signifie que 2 pilules peuvent être prises le même jour.</li> </ul> <p><i>Oubli de 2 pilules d'affilée (les 2 premières semaines)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Prendre 2 pilules dès que possible, puis 2 pilules le jour suivant.</li> <li>Ensuite, prendre 1 pilule chaque jour jusqu'à ce que la plaquette soit terminée.</li> <li>Une méthode complémentaire non hormonale est nécessaire pendant les 7 jours qui suivent les doses manquées.</li> </ul> <p><i>Oubli de 2 pilules d'affilée (3<sup>e</sup> semaine) OU oubli de ≥3 pilules d'affilée (n'importe quand dans le cycle)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Début le dimanche : Continuer à prendre 1 pilule par jour jusqu'au dimanche. Le dimanche, jeter en toute sécurité le reste de la plaquette et commencer une nouvelle plaquette. Une méthode complémentaire non hormonale est nécessaire pendant les 7 jours qui suivent les doses manquées. Il est possible que vous n'ayez pas de règles ce mois-ci.</li> <li>Début un autre jour que le dimanche : Jeter en toute sécurité le reste de la plaquette et commencer une nouvelle plaquette le jour même. Une méthode complémentaire non hormonale est nécessaire pendant les 7 jours qui suivent les doses manquées. Il est possible que vous n'ayez pas de règles ce mois-ci.</li> </ul>
5	<b>Injection</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Si aucune injection n'a été faite dans les 13 semaines suivant la dernière dose, il faut faire un test de grossesse avant de poursuivre le traitement par l'acétate de médroxyprogestérone injectable.</li> </ul>

Contribution financière :