

Vous êtes sous contraception orale

Qu'est-ce que la pilule ?

- Schématiquement, la plupart des pilules contraceptives sont constituées de l'association de deux hormones féminines, un œstrogène et un progestatif. Ces hormones vont empêcher l'ovulation et donc permettre d'éviter une grossesse.
- Les différentes pilules disponibles en France, se distinguent par la quantité d'œstrogènes contenue dans chaque comprimé, par le type de progestatif utilisé et par le nombre de comprimés à prendre au cours d'un cycle. La plupart des pilules doivent être prises à partir du premier jour des règles et durant 21 jours avec une semaine d'arrêt avant de débiter la nouvelle plaquette.
- Certaines pilules ne contiennent que des progestatifs mais sont un peu moins efficaces et imposent de respecter strictement la même heure pour leur prise.
- Le médecin généraliste ou le gynécologue sont seuls habilités à choisir parmi les nombreux produits disponibles celui qui est le plus adapté à votre âge et à votre état de santé.

Quelles sont les précautions à prendre ?

- Une consultation médicale est évidemment indispensable avant de prendre la pilule. Au cours de cette consultation, le médecin recherchera par son interrogatoire des contre-indications éventuelles et choisira avec vous la pilule la plus adaptée. Il vous proposera de vous examiner et de faire des examens (dosage du cholestérol, des triglycérides et du sucre sanguin, frottis vaginal). En aucun cas, une contraception orale ne doit être prise sans avis médical.
- Un certain nombre d'autres médicaments peuvent interférer avec la pilule, le plus souvent en diminuant ses effets contraceptifs. Il est donc important de prévenir les médecins consultés que vous êtes sous pilule afin qu'ils évitent, si possible, de vous prescrire ces médicaments. Il s'agit essentiellement de médicaments anti-épileptiques, de certains antibiotiques et de certains antiviraux.

Que faire en cas d'oubli ?

- Lorsque l'oubli est constaté dans les 12 heures qui suivent l'heure habituelle de la prise, il suffit de prendre immédiatement le comprimé oublié et de poursuivre normalement le traitement en prenant la pilule suivante à son heure habituelle.
- Lorsque l'oubli est constaté plus de 12 heures après l'heure habituelle, il faut prendre immédiatement le comprimé oublié et poursuivre normalement la contraception orale. Cependant, dans ce cas, l'effet contraceptif est incertain et il est conseillé d'utiliser une autre méthode de contraception (par exemple préservatif) jusqu'à la fin de la plaquette. Si les oublis ont lieu lors d'une période à risque de grossesse, une « pilule du lendemain » peut être indiquée.

La « pilule » est le premier moyen de contraception en France. A condition de respecter les contre-indications et des précautions d'emploi simples, c'est une méthode contraceptive très efficace et le plus souvent bien tolérée.

- Pour minimiser le risque d'un oubli, il est conseillé de prendre la pilule tous les jours à heure fixe, le soir au coucher, ce qui permet de rattraper un éventuel oubli le lendemain matin.
- En cas de vomissements importants après la prise de la pilule pour quelque cause que ce soit, il convient de pratiquer de la même façon que pour un oubli.

Quels sont les effets secondaires de la pilule ?

Les plus fréquents sont le plus souvent sans gravité mais peuvent faire envisager le changement de type de pilule :

- tension dans les seins, minimes saignement entre les règles, parfois arrêt des règles ;
- nausées, maux de tête, irritabilité, jambes lourdes, prise de poids ;
- plus rarement, exacerbation d'une acné.

D'autres incidents ou accidents sont beaucoup plus rares mais peuvent être préoccupants. Ils surviennent le plus souvent chez des femmes prédisposées chez qui la pilule est en fait contre-indiquée :

- accidents vasculaires cérébraux ou infarctus du myocarde ;
- phlébites ou embolies pulmonaires ;
- exacerbation de migraine ou de crises d'épilepsie ;
- hypertension artérielle ;
- augmentation du cholestérol, des triglycérides ou du sucre sanguin.

Globalement, la pilule contraceptive est un médicament bien toléré.

Quels sont les principales contre-indications ?

Les contre-indications à la prise de pilule sont bien connues des médecins et ils les recherchent systématiquement avant sa prescription.

Certaines contre-indications sont impératives :

- antécédents d'accident thrombo-embolique ;
- maladies cardiaques graves ;
- maladies graves du foie ;
- cancer de l'utérus ou du sein ;
- diabète déséquilibré.

D'autres contre-indications sont relatives, c'est-à-dire que le médecin doit apprécier au cas par cas la possibilité de prescrire la pilule :

- tabagisme et tabac ne font pas bon ménage surtout au-delà de 35 ans, puisque le tabac majore les risques d'accidents vasculaires ;
- diabète non compliqué, excès de cholestérol ;
- tumeur bénigne du sein ou fibrome ;
- obésité importante...

Cachet du médecin