



CONTRACEPTION D'URGENCE

Qu'est-ce que la contraception d'urgence ?

La contraception d'urgence peut être utilisée après une relation sexuelle pour prévenir la grossesse. N'utilisez pas la contraception d'urgence comme méthode unique de contraception, elle doit être utilisée qu'en deuxième recours. Il en existe deux types :

- Médicaments administrés par voie orale ("la pilule du lendemain") pris dans les cinq jours suivant une relation sexuelle non protégée :
 - Plan B® (lévonorgestrel)
 - Ella® (acétate d'ulipristal)
- Dispositif intra-utérin de cuivre (stérilet) inséré au maximum sept jours après une relation non protégée.

Les pilules Plan B® (lévonorgestrel) et Ella® (acétate d'ulipristal) ne sont pas des pilules abortives ; elles n'auront donc aucun effet si vous êtes déjà enceinte.

Qui peut utiliser la contraception d'urgence ?

La contraception d'urgence convient à presque tout le monde. Même les gens qui ne peuvent pas prendre de contraceptifs oraux contenant des estrogènes peuvent utiliser Plan B® (lévonorgestrel) et Ella® (acétate d'ulipristal), car ces produits n'en contiennent pas. Si vous êtes enceinte ou que vous croyez l'être, n'utilisez pas de contraceptif d'urgence.

Qu'est-ce que le médicament Plan B® (lévonorgestrel) ?

La pilule Plan B® contient une hormone progestérone qui peut retarder l'ovulation.

Vous pouvez vous la procurer sans prescription dans la plupart des pharmacies ou à la clinique de santé-sexualité. Plan B® est plus efficace dans les trois jours (72 heures) suivant la relation sexuelle non protégée, mais peut être pris jusqu'à cinq jours (120 heures) après. Cependant, Plan B® peut être moins efficace chez les personnes ayant un IMC (indice de masse corporelle) de 25 ou plus.

Qu'est-ce que le médicament Ella® (acétate d'ulipristal) ?

Ella® est un modulateur sélectif des récepteurs de la progestérone. Ella® cause un retardement de l'ovulation.

Vous pouvez vous la procurer sur ordonnance seulement, dans la plupart des pharmacies ou à la clinique de santé-sexualité. Elle peut être prise comme contraceptif d'urgence jusqu'à cinq jours après une relation sexuelle non protégée. Cependant, elle peut être moins efficace chez les personnes ayant un IMC (indice de masse corporelle) de 35 ou plus.

Quels sont les avantages de la contraception orale d'urgence ?

- La contraception orale d'urgence est sécuritaire pour presque que tout le monde
- La contraception orale d'urgence est sans danger si vous êtes déjà enceinte

Qu'est-ce qu'un dispositif intra-utérin de cuivre (stérilet) ?

Un dispositif intra-utérin (stérilet) de cuivre peut être inséré dans les sept jours suivant un contact sexuel non protégé. Pour en savoir plus, consultez la fiche de renseignements sur le sujet ou parlez-en à votre fournisseur de soins de santé.

N'oubliez pas :

- Il faut aviser votre fournisseur de soins de santé ou faire un test de grossesse si vous n'avez pas vos règles dans les 21 jours suivant la prise d'un contraceptif oral d'urgence
- La contraception d'urgence ne protège pas contre les infections transmissibles sexuellement et par le sang (ITSS), incluant le VIH
- La contraception orale d'urgence ne doit être utilisée qu'en deuxième recours. Discutez de vos besoins de contraception futurs avec votre fournisseur de soins de santé

Pour en savoir plus sur la contraception orale d'urgence, consultez les ressources suivantes :

www.planb.ca

www.ellanow.com

www.lesexeetmoi.ca

Appelez la **Ligne d'info de santé sexuelle de l'Ontario** au 1-800-668-2437 si vous avez des questions ou avez besoin d'aide.

La Clinique de Santé-Sexualité

179, rue Clarence,

Ottawa K1N 5P7

613-234-4641 | ATS: 613-580-9656

SantePubliqueOttawa.ca