

La pilule est un composé de deux hormones synthétisées : Oestrogène et Progestérone. Cette association bloque le fonctionnement ovarien : une situation d'absence d'ovulation s'installe. Près de 50 % des femmes dans le monde utilisent la pilule comme mode contraceptif. C'est aussi la méthode la plus efficace avec 99,5% d'efficacité. Précautions concernant son utilisation

Une consultation médicale est nécessaire avant toute prescription, afin de s'assurer que la femme ne présente aucune contre-indication à la prise d'un contraceptif oral et prescrire la pilule la mieux adaptée.

L'utilisation de la pilule dans ces situations est déconseillée : L'âge, le tabac, l'obésité, les antécédents familiaux vasculaires (accident vasculaire cérébral), les migraines, le diabète non insulino-dépendant, les kystes mammaires bénins et les interventions chirurgicales (l'arrêt de la pilule est alors recommandé).

L'association du tabac et de la pilule augmente énormément les risques d'accidents cardio-vasculaires. Les femmes ayant recours à la pilule doivent impérativement cesser de fumer.

Dans les situations suivantes, l'utilisation de la pilule dans ces situations est interdit car il peut être très dangereux pour la santé: Les accidents thromboemboliques (formation de caillots dans les veines qui peuvent se déplacer dans le flux sanguin et entraîne une embolie pulmonaire), les accidents vasculaires cérébraux et vasculaires oculaires, les cancers hormonodépendants, les cardiopathies arythmiques (les troubles du rythme cardiaque), les antécédents d'ictère (affection du foie), le diabète insulino-dépendant, l'adénome hypophysaire.

Mode d'emploi

Il faut prendre 1 comprimé par jour, toujours à la même heure et sans oublier. C'est impératif. La prise se fait pendant 21 jours consécutifs avec un arrêt de 7 jours. Chaque plaquette commencera toujours le même jour de la semaine. Exemple : si vous prenez le premier comprimé de la 1ère plaquette un jeudi, le premier comprimé de la 2ème plaquette se prendra un jeudi. Le comprimé doit être pris quotidiennement, régulièrement et à heure fixe.

L'efficacité peut être compromise si vous n'observez pas toutes ces précautions.

Les règles surviennent souvent trois jours après la prise du dernier comprimé. Quelles que soient la durée et la date des règles, commencez la nouvelle plaquette après l'arrêt de 7 jours (pour une plaquette de 21 comprimés).

Les effets de la pilule sont immédiats et car elle bloque le processus de l'ovulation et réversibles. Dès l'arrêt de la prise de pilule son action cesse, l'hypophyse redonne l'ordre aux ovaires de fonctionner. et un nouveau cycle spontané s'installe. L'arrêt permet donc un retour immédiat à l'état naturel. De plus, La pilule ne rend pas stérile.

Quand prendre la pilule ?

Si vous prenez la pilule pour la première fois, il faut prendre le 1er comprimé de la plaquette, le 1er jour des règles.

Si vous changez de marque de pilule, terminez la plaquette en cours, puis prenez le 1er comprimé de la nouvelle marque après un arrêt de 7 jours si la précédente plaquette contenait 21 comprimés, 6 jours si la précédente plaquette contenait 22 comprimés, sans arrêt si la précédente plaquette contenait 28 comprimés

Que faire en cas d'oubli ?

En cas d'oubli, prendre le comprimé dès que possible (et au plus tard dans les 12 heures qui suivent l'heure de prise habituelle).

Au delà de ce délai, la garantie contraceptive n'est plus assurée. Consultez votre médecin et envisagez d'autres moyens contraceptifs jusqu'à la fin du cycle.

Pour ce qui est de la pilule suivante, on ne change rien à ce qui devait en être de sa prise. Ne jouez pas trop avec ça, pas tant pour l'efficacité contraceptive, mais pour les désagréments que cela entraîne tels que les nausées ou les saignements.

Dosage appliqué

Actuellement on ne préconise plus les pilules contenant plus de 50 gammas d'oestrogène. La plupart des minipilules employées actuellement se contentent de 20 à 35 gammas. Le progestatif employé dans les minipilules a lui aussi changé ou dans son dosage ou dans sa composition.

Autres types de pilules

Les minipilules Les "nouvelles" pilules essaient toutes, en modifiant ces composants de répondre à la sécurité souhaitée et arriver à une meilleure tolérance (par exemple tenter d'éviter les petits saignements qui surviennent parfois au cours d'un " cycle " sous pilule)

Les micropilules Elle ne contiennent que des progestatifs à très faible dose et n'agissent pas sur l'ovulation mais sur la glaire qu'elles tendent à rendre imperméable. Ces pilules sont utilisées en cas d'allaitement ou de contre-indication à l'utilisation d'un autre moyen plus efficace.

Effets secondaires

Ils s'observent parfois au début de la prise de la pilule et sont peu nombreux. Cependant, si ces effets persistent, il est nécessaire de consultez un médecin. Les nausées et tensions mammaires, plus rares avec les dosages utilisés aujourd'hui, elles s'estompent souvent après quelques cycles de prises.

La prise de poids, qui peut être maîtrisée par des efforts d'équilibre alimentaires et d'activité sportive concédés dans les trois premiers mois de la prise.

Le spotting qui sont des faibles saignements, souvent brunâtres qui peuvent survenir lors des deux ou trois premiers mois d'utilisation. Il faut s'en accommoder et continuez à prendre régulièrement la pilule.

Si les règles ne surviennent pas dans la semaine d'arrêt de la pilule, il n'y a pas lieu de s'inquiéter car on constate de temps en temps une absence de règles sous pilule.

Le "masque de grossesse" qui s'est estompé après l'accouchement peut réapparaître à l'occasion de la prise de la pilule.

La pilule ne donne pas le cancer mais elle contre contre indiquée en cas de cancer du sein.

Des effets secondaires peuvent entraîner des ennuis plus importants et imposent l'arrêt de la

prise. Ces effets peuvent être les maux de tête, les migraines inhabituelles ou les troubles visuels accompagnés ou non d'élévation des chiffres de la tension artérielle.