



La planification familiale

est pour **VOUS**

Votre moment. Votre choix.

La contraception d'urgence pour prévenir la grossesse

Ce qu'il faut savoir

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

La contraception d'urgence (emergency contraception, EC) est une forme de contraception, c'est-à-dire un moyen de prévenir la grossesse. La contraception d'urgence est recommandée lorsqu'aucun moyen de contraception, par exemple un condom, n'a été utilisé ou lorsqu'il n'a pas réussi à vous protéger.

Elle peut être utilisée après un rapport sexuel dans lequel les deux partenaires étaient consentants (relation consensuelle) ou un rapport dans lequel les deux partenaires n'étaient pas consentants (relation non consensuelle).

La contraception d'urgence peut être utilisée dans les cinq jours qui suivent une relation sexuelle. Elle est inefficace si la grossesse est déjà survenue. La contraception d'urgence ne met pas fin à une grossesse.

- Il existe deux types de contraception d'urgence : les dispositifs intra-utérins (intrauterine devices, IUD) et les contraceptifs oraux d'urgence.
- Il existe trois types de contraceptifs oraux d'urgence : l'ulipristal, les contraceptifs oraux progestatifs et les contraceptifs oraux d'urgence combinés.
- Un dispositif intra-utérin inséré jusqu'à cinq jours après un rapport sexuel non protégé peut fournir une contraception très efficace pendant des années supplémentaires. Il existe deux types d'IUD : l'IUD au lévonorgestrel de 52 mg offre jusqu'à sept années de contraception supplémentaires. L'IUD au cuivre offre jusqu'à douze années de plus.
- Plus les contraceptifs oraux d'urgence sont pris rapidement, plus leurs probabilités d'efficacité sont élevées. Les contraceptifs oraux d'urgence en vente libre doivent être pris dans les trois jours suivant un rapport sexuel non protégé. Les contraceptifs oraux sous ordonnance doivent être pris dans les cinq jours suivant un rapport sexuel non protégé.



Quels sont les effets secondaires?

Les effets secondaires des contraceptifs oraux d'urgence peuvent inclure :

- Nausée et vomissements
- Seins sensibles
- Maux de tête
- Étourdissements
- Fatigue
- Douleurs / crampes abdominales

Les effets secondaires des dispositifs intra-utérins peuvent inclure :

- Nausée et vomissements
- Maux de tête
- Étourdissements
- Fatigue
- Kystes ovariens
- Inflammation pelvienne
- Seins sensibles
- Besoin fréquent d'uriner
- Douleurs / crampes abdominales (peuvent être plus intenses avec un dispositif intra-utérin au cuivre)

Vous souhaitez peut-être prendre un médicament contre la nausée en vente libre une heure avant de prendre le

contraceptif oral d'urgence pour réduire la nausée. La méclizine, vendue sous le nom de Dramamine II ou Bonine, est un exemple de ce type de médicament. Vous pouvez prendre des comprimés de Tylenol (acétaminophène), d'Aspirin ou d'Advil (ibuprofène) avant l'insertion de votre dispositif intra-utérin afin de réduire les crampes et la douleur. Les effets secondaires disparaissent généralement après quelques jours. La contraception d'urgence peut affecter votre cycle menstruel (vos règles). Vos règles pourraient survenir plus tard ou plus tôt, être plus légères ou plus abondantes que la normale.

Que dois-je faire après avoir utilisé la contraception d'urgence?

Vos probabilités de grossesse peuvent être considérablement réduites si vous utilisez la contraception d'urgence. Toutefois, vous souhaitez peut-être faire un test de grossesse à la maison environ deux semaines plus tard. Si vous n'avez pas vos règles le mois suivant, vous devriez consulter votre médecin.

Foire aux questions

La contraception d'urgence compromettra-t-elle mes chances d'être enceinte à l'avenir?

Non, la contraception d'urgence ne compromet pas la fertilité future ou les chances d'être enceinte à l'avenir.

Dois-je quand même utiliser un moyen de contraception quelconque même si je peux utiliser la contraception d'urgence?

Le meilleur moyen de prévenir une grossesse non désirée est d'utiliser un moyen de contraception régulier. La contraception d'urgence n'est prévue que pour les situations d'urgence.

Où puis-je aller pour parler à quelqu'un ou obtenir plus d'information?

Communiquez avec votre prestataire de soins de santé pour discuter de vos options en matière de contraception. Si vous n'avez pas de prestataire de soins de santé, il existe au moins une clinique du Programme de planification familiale (Family Planning Program) dans presque tous les comtés. Des professionnels médicaux spécialement formés dans ce domaine sont à votre disposition pour vous aider. Pour trouver un prestataire de soins de santé dans votre région, consultez le site :

<https://www.health.ny.gov/familyplanning>

Le Programme de planification familiale de l'État de New York est soutenu par le Programme fédéral Titre X (Federal Title X Program). Le contenu ne représente pas nécessairement le point de vue officiel du gouvernement des États-Unis.

Pour plus d'information, consultez le site opa.hhs.gov



Devrais-je prendre un contraceptif d'urgence après une agression sexuelle?

Il est important d'obtenir des soins de santé après avoir subi une agression sexuelle. Si vous êtes dans un hôpital, on vous parlera de vos options et on vous fournira un contraceptif d'urgence gratuitement. Vous pouvez également choisir d'obtenir des soins auprès de votre médecin de premier recours ou d'une clinique de planification familiale. Des ressources sont à votre disposition pour vous aider, notamment le Centre national de ressources sur la violence sexuelle (National Sexual Violence Resource Center). Pour plus d'information, contactez la ligne d'assistance aux victimes de violence sexuelle et familiale de l'État de New York (NYS Sexual & Domestic Violence Hotline).

Appelez le : 1 800 942-6906 Textez le : 1 844 997-2121
Appelez ou textez n'importe quand, 24 h sur 24 et 7 jours sur 7. Votre appel est gratuit et confidentiel.

