

# La contraception hormonale

## Que contient-t-elle ?

La plupart des pilules associent deux types d'hormones, identiques ou proches de celles produites par la femme : l'œstrogène et la progestérone, hormones participant au cycle de la femme.

Les différentes marques de pilules contiennent des quantités différentes d'œstrogènes et de progestatif.

Les pilules oestroprogestatives contiennent de faibles doses d'œstrogène et de progestatif et les pilules progestatives uniquement des progestatifs.

## Modes d'action

- blocage de l'ovulation,
- blocage de l'endomètre donc de la nidation,
- coagulation de la glaire cervicale donc elle empêche les spermatozoïdes de franchir le col de l'utérus.

## Différents types de contraceptions hormonales

Il existe des pilules oestroprogestatives : Le dosage œstrogène/progestérone varie selon la pilule prescrite.

Elle est prescrite le plus souvent sous forme de comprimés, maintenant elle existe sous formes de patch ou d'anneau vaginal pour éviter les oublis.

Il existe une contraception par progestatif seul : le dosage et le type de prise est également variable.

On la trouve sous forme de comprimés et aussi sous forme d'un implant sous-cutané. Il existe une forme injectable de longue durée peu utilisée.

Concernant l'implant, il s'agit de la contraception la plus fiable. Indice de Pearl de 0.1. Les femmes sont parfois gênées par des saignements trop fréquents. La durée de vie est de 3 ans maximum avec un risque de grossesse au-delà.

## Efficacité

Elle est très fiable proche de 99% soit un indice de Pearl de 0.3.

Le rythme de prise est très différent d'une pilule à l'autre mais d'une façon générale une contraception hormonale doit être débuté le premier jour des règles pour être efficace immédiatement, en cas de doute il est préférable d'utiliser un autre moyen de contraception en plus.

## Inconvénients

Elle ne protège pas contre les IST, infections sexuellement transmissibles.

- Doit être prescrite par un médecin, nécessitant ainsi une ordonnance, sauf dans une situation d'urgence comme lors d'une contraception d'urgence
- Doit être prise très régulièrement, chaque jour à la même heure.
- Présente de nombreuses contre indications.
- Peut provoquer des effets secondaires : Nausées, Maux de tête, Tensions mammaires, - Saignements entre les règles, Baisse de la libido, liste non exhaustive !

Le principal risque de la pilule oestroprogestative est le risque thrombo-embolique. Il s'agit principalement de la formation d'un caillot de sang dans une veine dans un membre c'est une phlébite ou plus grave dans les poumons, il s'agit d'une embolie pulmonaire. Il existe également des caillots dans les artères pouvant entraîner infarctus ou AVC.

Ces accidents sont rares mais il existe des facteurs qui augmentent le risque : tabac, une intervention chirurgicale, une grossesse, un accouchement, une immobilisation prolongée, prédispositions familiales à ce type d'accident, surcharge pondérale importante et obésité, âge supérieur à 40 ans.

### **En cas d'oubli de pilule**

L'oubli est inférieur à 12 heures : il faut prendre immédiatement la pilule oubliée et prendre la suivante à l'heure habituelle. Il n'y a pas de risque de grossesse si le retard reste inférieur à 12 heures.

Pour les pilules progestatives le délai est de 3 heures.

L'oubli est supérieur à 12 heures : comme précédemment, il faut prendre immédiatement la pilule oubliée et prendre la suivante à l'heure habituelle, puis continuer la plaquette.

Il est par ailleurs indispensable d'utiliser en plus une contraception locale (préservatif) pendant les sept jours suivants.

En cas de rapports non protégés dans les 72 heures précédant l'oubli, il est recommandé, en outre, de prendre une contraception d'urgence (pilule du lendemain). La pilule sera reprise le lendemain seulement du traitement par Norlevo®.

Ne pas hésiter à faire un test de grossesse 3 semaines plus tard même en cas de règles d'aspect normales.

Il ne faut pas laisser passer plus de sept jours entre deux plaquettes de 21 comprimés. En cas d'oubli lors de la prise d'une nouvelle plaquette (délai supérieur à 7 jours), il convient d'utiliser, en plus de la contraception orale, une contraception locale pendant 7 jours.

En cas de vomissements dans les 2 heures qui suivent la prise, il faut prendre la pilule suivante.