

La contraception d'urgence, ou postcoïtale



Après un rapport sexuel non protégé, la contraception d'urgence diminue fortement le risque de grossesse.

Comprimé ou dispositif intra-utérin

● Une grossesse peut survenir même après un seul rapport sexuel non protégé (en cas d'absence de contraception, d'oubli de pilule, de rupture de préservatif, etc.). Si rien n'est fait, une grossesse survient chez une femme sur 15 environ.

● Dans ces situations, deux méthodes de contraception d'urgence réduisent fortement le risque de grossesse : la prise de certaines pilules, ou la pose d'un dispositif intra-utérin (stérilet).

Les pilules "du lendemain"

● La pilule dite "du lendemain" la mieux évaluée est un comprimé unique qui contient une hormone féminine : le *lévonorgestrel*. Après la prise de cette pilule, une grossesse survient chez seulement une femme sur 60 environ. Son efficacité est maximale quand on la prend quelques heures seulement après le rapport sexuel. Mais elle conserve une certaine efficacité contraceptive jusqu'à 5 jours après le rapport sexuel : on devrait plutôt l'appeler pilule "des jours suivants".

● En France, cette pilule est disponible sans ordonnance dans les pharmacies, les centres de planification familiale et auprès des infirmières scolaires et universitaires. Une ordonnance permet le remboursement par l'assurance maladie. Les mineures peuvent obtenir cette contraception de manière anonyme et gratuite.

● Une autre pilule "du lendemain" contient de l'*ulipristal*. Elle ne peut être obtenue que sur ordonnance. Elle ne semble pas plus efficace que celle qui contient du *lévonorgestrel*, ni efficace plus longtemps. Mais ses effets indésirables sont moins bien connus.

● Certains traitements (médicaments ou plantes) peuvent diminuer l'efficacité des pilules "du lendemain". Dans le doute, mieux vaut poser la question à un professionnel de santé.

Des inconvénients

● La pilule "du lendemain" provoque parfois des nausées ou des vomissements. Si des vomissements surviennent dans les 3 heures qui suivent la prise du comprimé, il est préférable d'en prendre un autre. Cette pilule provoque aussi parfois des douleurs modérées au bas-ventre, quelques jours de saignement (comme des règles) ou de retard de règles (parfois plus d'une semaine).

Le dispositif intra-utérin "en urgence"

● Le dispositif intra-utérin assure une contraception d'urgence très efficace : s'il est mis en place chez environ 1 000 femmes dans les 5 jours suivant un rapport sexuel non protégé, une seule grossesse survient. Le dispositif intra-utérin est mis en place par un médecin au cours d'une consultation. Il peut être inséré chez une femme n'ayant pas eu d'enfant. Il permet une contraception immédiatement efficace et durable par la suite.

S'interroger

● La pilule du lendemain ne remplace pas une contraception régulière efficace.

● Le recours à une contraception d'urgence peut être l'occasion de choisir ou d'adapter sa contraception, et aussi de s'interroger sur les risques d'infections sexuellement transmissibles.

©Prescrire - novembre 2012

Sources :

- "Contraception postcoïtale" Idées-Forces Prescrire mises à jour octobre 2012 : 5 pages.
- "lévonorgestrel-Norlevo". Pour la contraception d'urgence" *Rev Prescrire* 1999 ; **19** (199) : 643-646.
- "ulipristal-Ellaone". Contraception postcoïtale : pas mieux que le lévonorgestrel" *Rev Prescrire* 2009 ; **29** (314) : 886-889.