

**Vous pouvez vous procurer la pilule contraceptive d'urgence sans ordonnance médicale en vous adressant directement à une pharmacienne ou à un pharmacien**

La consultation à la pharmacie est gratuite.

Vous devez présenter votre carte d'assurance-maladie à la pharmacienne ou au pharmacien.

La pilule contraceptive d'urgence est admissible aux régimes d'assurance-médicament public et privés.

Les jeunes filles de moins de 14 ans ont besoin du consentement d'un parent ou tuteur pour obtenir la pilule contraceptive d'urgence.

Pour obtenir la pilule contraceptive d'urgence, vous pouvez aussi consulter un professionnel de la santé :

- d'une clinique médicale;
- d'une clinique jeunesse;
- d'un CLSC;
- de l'école;
- d'une clinique de planification des naissances.

## POUR EN SAVOIR PLUS

### INFO-SANTÉ D'UN CLSC

[www.msss.gouv.qc.ca/infosanteclsc](http://www.msss.gouv.qc.ca/infosanteclsc)

### TEL-JEUNES

(514) 288-2266 (région de Montréal)

1 800 263-2266 (numéro sans frais)

[www.teljeunes.com](http://www.teljeunes.com)

### SOS GROSSESSE

Québec, Est du Québec

(418) 682-6222 (région de Québec)

1 877 662-9666 (numéro sans frais)

<http://pages.globetrotter.net/sosgrossesse>

### SOS GROSSESSE

Estrie

(819) 822-1181 (région de Sherbrooke)

1 877 822-1181 (numéro sans frais pour l'Estrie)

[www.sosgrossesseestrie.qc.ca](http://www.sosgrossesseestrie.qc.ca)

[sosgrossesseestrie@abacom.com](mailto:sosgrossesseestrie@abacom.com)

### GROSSESSE SECOURS

Montréal

(514) 271-0554 (région de Montréal)

### SITES INTERNET

[www.planningchrr.com](http://www.planningchrr.com)

[www.masexualite.ca](http://www.masexualite.ca)

[www.jcapote.com](http://www.jcapote.com)

[www.not-2-late.com](http://www.not-2-late.com)

**Santé  
et Services sociaux**

**Québec**

[www.msss.gouv.qc.ca](http://www.msss.gouv.qc.ca)

**Votre moyen contraceptif a-t-il été efficace ?  
Avez-vous eu une relation sexuelle non protégée ?  
Craignez-vous une grossesse non planifiée ?**

# LA PILULE CONTRACEPTIVE D'URGENCE

**Québec**

# La pilule contraceptive d'urgence

C'est une méthode contraceptive d'urgence qui sert à prévenir la grossesse.

On l'appelle aussi la contraception orale d'urgence (COU) ou la pilule du lendemain.

Vous devez la prendre le plus rapidement possible après la relation sexuelle non protégée. Par exemple :

- **le condom a déchiré ;**
- **vous avez oublié plus d'un comprimé de votre contraceptif habituel ;**
- **vous êtes en retard pour votre injection contraceptive ou pour votre timbre contraceptif ;**
- **aucun moyen de contraception n'a été utilisé.**

# Plus elle est prise tôt, plus elle est efficace

Vous pouvez utiliser la pilule contraceptive d'urgence jusqu'à 5 jours après la relation sexuelle non protégée.

Elle est efficace à 95% si elle est prise dans les 24 premières heures suivant la relation sexuelle non protégée. Cette efficacité diminue progressivement dans les jours qui suivent.

Elle agit principalement en bloquant ou en retardant l'ovulation.

Elle n'est pas efficace si vous êtes déjà enceinte.

***Si la relation sexuelle non protégée remonte à plus de 5 jours, d'autres solutions s'offrent à vous; consultez un médecin.***

# Mode d'emploi de la pilule contraceptive d'urgence

2 doses en une seule prise le plus tôt possible

**ou**

1 dose le plus tôt possible et 1 autre dose 12 heures plus tard.

Il y a peu d'effets secondaires. Les plus fréquents sont les nausées et les vomissements.

Si vous vomissez dans l'heure qui suit la prise des comprimés, vous devez prendre une nouvelle dose.

***Si vous n'avez pas vos menstruations dans les trois semaines qui suivent la prise de la pilule contraceptive d'urgence, passez un test de grossesse.***

# Pour avoir l'esprit en paix... une double protection

La double protection consiste à se prémunir contre les MTS et à prévenir les grossesses non-planifiées.

Si vous avez des relations sexuelles non protégées après avoir pris la pilule contraceptive d'urgence, vous courez encore le risque d'une grossesse non planifiée.

La pilule contraceptive d'urgence n'offre aucune protection contre les MTS, le VIH et les hépatites. Si vous avez eu des relations sexuelles non protégées par un condom avec un nouveau partenaire ou avec un partenaire à risque, il est important de passer un test de dépistage.

***Consultez un professionnel de la santé qui pourra vous conseiller sur les moyens à prendre pour utiliser une méthode régulière de contraception et pour vous protéger des MTS, du VIH et des hépatites.***