



Contraception  
d'urgence

# La pilule du lendemain



FEDERATION LAIQUE  
de centres  
DE PLANNING FAMILIAL

Comme son nom l'indique la pilule du lendemain est une **contraception d'urgence**. Elle se présente sous forme d'un comprimé contenant un produit apparenté à une hormone (le lévonorgestrel) et doit se prendre le plus rapidement possible après un rapport sexuel sans contraception ou suite à un échec de contraception (par ex.: rupture d'un préservatif ou oubli de pilule contraceptive).



## Est-il vrai que...

La pilule du lendemain est d'autant plus efficace qu'elle est prise rapidement après le rapport sexuel non protégé?

**Oui, mais attention elle n'est pas efficace à 100%.**

Pour une efficacité maximale, le comprimé doit être avalé le plus rapidement possible (dans les 24 premières heures après le rapport pour une efficacité de 95%).

Le comprimé peut encore être pris les 2 jours suivants mais l'efficacité diminue (jusqu'à 58%).

## La pilule du lendemain est une méthode de « rattrapage » ?

Oui, elle permet d'éviter une grossesse après un rapport sexuel sans contraception mais elle n'est plus efficace lors des rapports sexuels suivants.

Dès lors, n'oubliez pas de vous protéger !

## Certains médicaments, par exemple des antibiotiques et des anti-épileptiques, diminuent l'efficacité de la pilule du lendemain ?

C'est exact. En cas de doute, téléphonez à un centre de planning familial ou à un médecin.

## Savez-vous que...

**La pilule du lendemain permet d'éviter une grossesse mais seul le préservatif protège des infections sexuellement transmissibles ?**

Idéalement, le préservatif devrait toujours être utilisé en plus d'une méthode contraceptive efficace. On peut se procurer facilement des préservatifs en pharmacie, dans les grandes surfaces ou dans les centres de planning familial.

**Pour éviter une grossesse, il existe des méthodes de contraception efficaces ?**

La pilule contraceptive à prendre tous les jours est le moyen le plus utilisé.

Il s'agit d'un médicament contenant des hormones qui empêchent l'ovulation.

Vous pouvez l'obtenir en pharmacie sur prescription médicale. Un examen gynécologique n'est pas obligatoire pour une première contraception régulière. Adressez-vous à un centre de planning familial ou à un médecin.

### **La pilule du lendemain ne doit pas être confondue avec la pilule abortive ?**

La pilule abortive est une méthode médicamenteuse d'avortement. Elle n'est d'ailleurs disponible que dans le cadre d'une interruption de grossesse en centre de planning familial ou dans un hôpital.

## D'autres questions ?

Y a-t-il des effets secondaires ?  
Quand les règles vont-elles arriver ?  
Que faire si elles ne viennent pas ?  
Faut-il continuer à prendre sa pilule ?

N'hésitez pas à contacter  
un centre de planning  
familial ou un médecin.



## Renseignements pratiques

La pilule du lendemain est commercialisée en Belgique sous le nom de Norlevo® ou de Postinor®. Elle est disponible en pharmacie sans ordonnance pour plus ou moins 10€ la boîte d'un comprimé. Si vous avez moins de 21 ans et si vous êtes en ordre de mutuelle, elle vous sera remboursée intégralement sur prescription médicale.

**Vous pouvez également l'obtenir gratuitement en centre de planning familial.**



## **Adresses utiles :**

Pour obtenir l'adresse du centre de planning familial agréé le plus proche de chez vous, appelez le CEDIF (Centre de Documentation et d'Information de la Fédération Laïque de Centres de Planning Familial) au **02/502.68.00**

Fédération Laïque de Centres de Planning Familial (FLCPF)  
Rue de la Tulipe, 34 - 1050 Bruxelles **02/502.82.03**  
[www.planningfamilial.net](http://www.planningfamilial.net)

Fédération des Centres de Planning Familial des Femmes Prévoyantes Socialistes (FCPF-FPS) - Place Saint-Jean, 1 - 2  
1000 Bruxelles - **02/515.04.06**  
[www.femmesprevoyantes.be/FPS/centresdeplanningfamilial/accueil](http://www.femmesprevoyantes.be/FPS/centresdeplanningfamilial/accueil)

Fédération des Centres Pluralistes Familiaux (FCPF)  
Rue du Trône, 127 - 1050 Bruxelles - 02/514.61.03  
[www.sexeducamour.info](http://www.sexeducamour.info)

Fédération des Centres de Planning et de Consultations  
(FCPC) - Place Jules Mansart, 6 - 7100 La Louvière  
064/26.73.50 - [www.fcpc.be](http://www.fcpc.be)

Groupe d'Action des Centres Extrahospitaliers Pratiquant  
l'Avortement (GACEHPA) - Rue de la Tulipe, 34 - 1050  
Bruxelles - 02/502.72.07 - [www.gacehpa.be](http://www.gacehpa.be)

Site Internet commun aux 4 fédérations: [www.loveattitude.be](http://www.loveattitude.be)

Brochure éditée par le CEDIF, centre de documentation et d'information de la Fédération Laïque de Centres de Planning Familial (FLCPF), juin 2007.

**Réalisation:** Claudine CUEPPENS.

**Comité de lecture:** Dr Jean-Jacques AMY,  
la Coordination liégeoise de Centres de Planning familial,  
Alain CHERBONNIER (Question Santé),  
Pierre HONNAY (CEDIF).

**Graphisme et mise en page:**  
Studio Press Communication.



FEDERATION LAIQUE  
de centres  
DE PLANNING FAMILIAL

FLCPF - CEDIF

Rue de la Tulipe, 34

1050 Bruxelles

Tél. : 02/502 68 00

Fax. : 02/503 30 93

Courriel : [cedif@planningfamilial.net](mailto:cedif@planningfamilial.net)

Site Internet : [www.planningfamilial.net](http://www.planningfamilial.net)



Avec le soutien de la Communauté française, Direction générale de la Santé et  
Direction générale de la Culture - Service Education permanente.

Avec le soutien de la Ministre de la Santé, de l'Action sociale et  
de l'Égalité des Chances de la Région wallonne



Ed. resp. J.-J. AMY 34 rue de la Tulipe 1050 Bruxelles • 7478 [www.studiopress.be](http://www.studiopress.be) (07/2007)