

## VOUS POUVEZ AVOIR : (EFFETS SECONDAIRES POSSIBLES)

Des maux de tête, des vomissements, une prise de poids, de petits saignements.  
**Ce n'est pas grave.** Tout deviendra normal au bout de quelque temps.



## RECOURIR À UN CENTRE DE SANTÉ

**Attention !** Si vous avez des douleurs à la poitrine, des douleurs dans les jambes, des troubles de vision, des maux de tête pénibles et fréquents, **allez rapidement au centre de santé.**

## RENDEZ-VOUS

Notez le jour que vous avez reçu votre méthode et le jour de votre prochain rendez-vous. Nous voulons que vous ayez confiance totale en votre méthode.

### Reçu le

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Jour	Mois	Année

### Prochain rendez-vous le

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Jour	Mois	Année

Voici une méthode de planification familiale

# LA PILULE

Pour l'harmonie et la stabilité de votre famille



## CONFIANCE TOTALE

Planning Familiale: Qualité, Confidentialité, Assurance



## 1 QU'EST-CE QUE C'EST ?

C'est un petit comprimé qui contient des hormones et qui empêche la grossesse.

## 2 COMMENT L'UTILISER ?



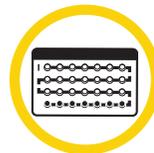
Vous devez prendre votre pilule tous les jours en suivant l'ordre indiqué sur la plaquette et même si vous n'avez pas de rapports sexuels.

**Prenez la pilule chaque jour à la même heure.**

**Attention : La pilule ne vous protège pas contre les IST et le VIH/sida !**

© 2020 Johns Hopkins University. Tous droits réservés.  
Les informations sont adaptées du document  
Planification familiale : un manuel à l'intention des  
prestataires de services du monde entier accessible sur  
[www.fphandbook.org](http://www.fphandbook.org)

## 3 ET SI J'OUBLIE UNE PILULE COMBINÉE (COC) ?



### Si j'oublie de prendre 1 pilule

Dès que je me rappelle, je dois prendre la pilule oubliée et reprendre ma pilule à l'heure habituelle. En cas de vomissements dans les 02 heures qui suivent la prise, reprendre une autre pilule.

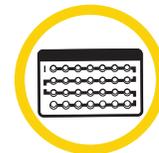
### Si j'oublie de prendre 2 pilules

Dès que je me rappelle, je prends une pilule le matin et une pilule le soir ou espacer les 2 prises de 4 heures de temps au moins; le jour suivant, prendre 2 comprimés de la même façon (matin/soir ou espacer de 4h). Ensuite continuer normalement avec le reste de la plaquette les autres jours.

### Si j'oublie plus de 2 pilules

Dès que je me rappelle, je dois continuer à prendre normalement le reste de ma plaquette; mais je dois l'associer pendant 7 jours à une autre méthode contraceptive d'appoint (spermicide ou préservatif) ou alors m'abstenir pendant 7 jours.

## 4 ET SI J'OUBLIE UN COMPRIMÉ DE PILULE PROGESTATIVE (PP) ?



### Si retard de prise de moins de 3 heures

Dès que je me rappelle, je dois prendre la pilule oubliée et reprendre ma pilule à l'heure habituelle.

### Si retard de prise de plus de 3 heures

Dès que je me rappelle, je dois continuer à prendre normalement le reste de ma plaquette; mais je dois l'associer pendant 7 jours à une autre méthode contraceptive d'appoint (spermicide ou préservatif) ou alors m'abstenir pendant 7 jours.

**Pour plus d'informations,  
allez au centre de santé**