

**FEUILLET DE RENSEIGNEMENTS DESTINÉS AUX PATIENTES  
QUI EMPLOIENT DES CONTRACEPTIFS ORAUX  
(PILULES ANTICONCEPTIONNELLES) ET CELLES QUI  
ENVISAGENT D'Y AVOIR RECOURS**

BREVICON est une pilule anticonceptionnelle (contraceptif oral) contenant 2 hormones sexuelles féminines. (BREVICON 0,5/35 renferme 35 µg d'éthinylestradiol et 0,5 mg de noréthindrone. BREVICON 1/35 renferme 35 µg d'éthinylestradiol et 1 mg de noréthindrone). BREVICON s'est révélé très efficace pour prévenir la grossesse lorsqu'il a été pris conformément aux directives du médecin. La grossesse comporte toujours plus de risques que la prise de contraceptifs oraux, sauf chez les fumeuses âgées de plus de 35 ans.

La pilule anticonceptionnelle ne convient pas à toutes les femmes. On peut observer des effets indésirables graves chez un petit nombre d'entre elles. Votre médecin pourra vous dire si vous présentez certains facteurs susceptibles de vous exposer à un risque. L'utilisation d'un contraceptif oral doit toujours être supervisée par un médecin.

## **INTRODUCTION**

Le présent feuillet contient des renseignements qui vous permettront de prendre une décision éclairée quant à l'utilisation d'un contraceptif oral. Les contraceptifs oraux sont aussi appelés *pilules anticonceptionnelles*, *anovulants* ou, plus simplement, *la pilule*.

Vous devriez lire ce feuillet si vous envisagez d'utiliser une méthode de contraception. Si vous avez déjà opté pour les contraceptifs oraux, ce feuillet vous aidera à mieux comprendre les risques et les bienfaits de cette méthode. Il vous renseignera également sur la façon d'utiliser les contraceptifs oraux.

Utilisés selon le mode d'emploi, les contraceptifs oraux sont un moyen très efficace d'empêcher la grossesse. Seule la stérilisation est plus efficace. Les contraceptifs oraux sont pratique et

offrent de nombreux bienfaits outre la contraception. Chez la plupart des femmes, leur utilisation ne s'accompagne d'aucun effet indésirable grave.

Les contraceptifs oraux offrent des avantages importants par rapport aux autres méthodes de contraception. Ils comportent aussi des risques qui leur sont propres et dont certains peuvent persister après que vous ayez cessé de les prendre. Votre médecin est la personne la plus indiquée pour vous informer des risques possibles et de leurs conséquences. Toutefois, vous seule pouvez décider si les avantages des contraceptifs oraux l'emportent sur les risques.

Vous pouvez aider votre médecin à vous prescrire des contraceptifs oraux de la manière la plus sûre qui soit en lui donnant tous les renseignements nécessaires à votre sujet et en restant attentive à l'apparition de signes précurseurs de troubles éventuels.

Veillez lire attentivement le présent feuillet et discuter de son contenu avec votre médecin.
---

## **TYPES DE CONTRACEPTIFS ORAUX**

Il existe 2 types de contraceptifs oraux :

1. La « pilule combinée », qui est le type le plus courant, contient 2 hormones sexuelles féminines : un estrogène et un progestatif. La quantité et le type d'estrogène et de progestatif diffèrent d'une préparation à une autre. C'est la quantité d'estrogène qui est le facteur le plus important. En effet, l'efficacité des contraceptifs oraux et certains de ses risques sont liés principalement à leur teneur en estrogène.
2. La « minipilule », le second type de contraceptif oral, ne contient qu'une hormone sexuelle féminine : un progestatif.

## **MODE D'ACTION DES CONTRACEPTIFS ORAUX**

Les contraceptifs oraux agissent de 2 manières.

1. Ils inhibent la libération mensuelle d'un ovule par les ovaires.
2. Ils modifient le mucus produit par le col de l'utérus, ce qui a pour effet de ralentir la progression des spermatozoïdes qui doivent traverser ce mucus pour atteindre l'utérus.

## **EFFICACITÉ DES CONTRACEPTIFS ORAUX**

Les contraceptifs oraux combinés ont un taux d'efficacité contraceptive supérieur à 99 % lorsque :

- la pilule est prise DE LA MANIÈRE INDIQUÉE; et que
- la quantité d'estrogène est d'au moins 20 µg.

Un taux d'efficacité de 99 % signifie que sur 100 femmes prenant la pilule pendant 1 an, 1 deviendra enceinte.

La minipilule (progestatif seulement) est légèrement moins efficace que les contraceptifs oraux combinés.

## AUTRES MOYENS DE PRÉVENIR LA GROSSESSE

Il existe d'autres méthodes de contraception. Elles sont généralement moins efficaces que les contraceptifs oraux, mais, lorsqu'elles sont utilisées correctement, leur efficacité peut être suffisante pour nombre de femmes.

Le tableau ci-dessous donne le taux de grossesse observé avec différentes méthodes de contraception, y compris l'absence de contraception. Les taux indiqués représentent le nombre de femmes sur 100 qui deviennent enceintes en 1 an.

**Nombre de grossesses signalées par an chez 100 femmes**

Pilule combinée	moins de 1 à 2
Dispositif intra-utérin (DIU)	moins de 1 à 6
Condom avec spermicide (mousse ou gelée)	1 à 6
Minipilule	3 à 6
Condom	2 à 12
Diaphragme avec spermicide (mousse ou gelée)	3 à 18
Spermicide	3 à 21
Éponge avec spermicide	3 à 28
Capot cervical avec spermicide	5 à 18
Abstinence périodique ou toute autre méthode rythmique	2 à 20
Aucune contraception	60 à 85

Les taux de grossesse varient largement parce que toutes les femmes n'utilisent pas la même méthode avec la même attention et la même régularité. (Cette observation ne s'applique pas au DIU, lequel est implanté dans l'utérus.) Le taux de grossesse se situera vers le bas de l'intervalle pour les femmes qui utilisent la méthode régulièrement et vers le milieu de l'intervalle pour les autres.

L'utilisation efficace des méthodes de contraception autres que les contraceptifs oraux ou le DIU nécessite plus d'effort que le simple fait de prendre un comprimé chaque jour, mais de nombreux couples l'accomplissent avec succès.

## **QUI DOIT ÉVITER DE PRENDRE DES CONTRACEPTIFS ORAUX?**

Ne prenez pas de contraceptifs oraux si vous avez actuellement ou avez déjà eu l'un des troubles suivants :

- saignements vaginaux anormaux, dont la cause est encore inconnue;
- caillots de sang dans les jambes, les poumons, les yeux ou ailleurs;
- accident vasculaire cérébral, crise cardiaque ou douleurs thoraciques (angine de poitrine);
- cancer connu ou présumé du sein ou des organes génitaux;
- tumeur hépatique associée à l'utilisation de contraceptifs oraux ou à d'autres produits contenant un estrogène; ou
- jaunisse ou maladie du foie toujours présente.

Ne prenez pas de contraceptifs oraux si vous êtes enceinte ou pensez l'être.

Il y a d'autres facteurs que votre médecin voudra surveiller de près ou qui pourraient l'amener à vous recommander une autre méthode de contraception que les contraceptifs oraux :

- affections mammaires;
  - > antécédents familiaux de cancer du sein;
  - > troubles touchant les seins, tels douleur, écoulement mamelonnaire, épaissements ou masses - dans certaines circonstances, les contraceptifs oraux peuvent présenter des avantages mais, dans d'autres, ils peuvent avoir des effets indésirables;
- diabète;

- hypertension (haute pression);
- taux anormal de lipides dans le sang (taux de cholestérol ou de triglycérides élevé);
- tabagisme;
- migraines;
- maladie cardiaque ou rénale;
- épilepsie;
- dépression;
- fibromes utérins;
- maladie de la vésicule biliaire ou du pancréas;
- intervention chirurgicale prévue; ou
- antécédents de jaunisse ou autre atteinte du foie.

Vous devriez également informer votre médecin s'il y a dans votre famille des antécédents de caillots de sang, de crises cardiaques ou d'accidents vasculaires cérébraux.

## **RISQUES ASSOCIÉS AUX CONTRACEPTIFS ORAUX**

### **1. Troubles circulatoires (y compris les caillots de sang dans les jambes, les poumons, le cœur, les yeux ou le cerveau)**

Les caillots de sang sont l'effet indésirable grave le plus fréquent des contraceptifs oraux. Ils peuvent se produire en plusieurs endroits du corps.

- Dans le cerveau, un caillot peut causer un accident vasculaire cérébral.
- Dans un vaisseau sanguin du cœur, un caillot peut entraîner une crise cardiaque.
- Dans les jambes et le bassin, un caillot peut se détacher et aller se loger dans un poumon, provoquant une embolie pulmonaire.
- Dans un vaisseau sanguin alimentant un bras ou une jambe, il peut causer des lésions dans le membre ou entraîner la perte du membre.

Ces manifestations peuvent toutes entraîner la mort ou une invalidité. Des caillots peuvent également se former, bien que rarement, dans les vaisseaux sanguins de l'œil, ce qui peut causer la cécité ou une altération de la vue.

La fréquence de caillots de sang est plus élevée chez les femmes qui prennent des contraceptifs oraux. Bien que le risque de formation de caillots augmente avec l'âge chez toutes les femmes, utilisatrices ou non-utilisatrices de contraceptifs oraux, le risque semble plus élevé chez les utilisatrices, quel que soit leur âge. Le risque de formation de caillots semble augmenter avec la dose d'estrogène contenue dans la préparation. **Il est donc important d'utiliser une dose d'estrogène aussi faible que possible.**

La cigarette augmente le risque d'effets indésirables graves touchant le cœur et les vaisseaux sanguins. Le risque augmente avec l'âge et devient important chez les utilisatrices de contraceptifs oraux âgées de plus de 35 ans. Les femmes ne devraient pas fumer.

## 2. **Cancer du sein**

Les principaux facteurs de risque du cancer du sein sont l'âge croissant et des antécédents de cancer du sein dans la famille (mère ou sœur). Parmi les autres facteurs de risque établis figurent l'obésité, le fait de ne jamais avoir eu d'enfant et le fait d'avoir mené à terme une première grossesse à un âge avancé.

Certaines utilisatrices de contraceptifs oraux peuvent être exposées à un risque accru de cancer du sein avant la ménopause, laquelle survient vers 50 ans. Il peut s'agir d'utilisatrices de longue date (plus de 8 ans) ou de celles qui ont commencé à les utiliser à un âge précoce. Chez un petit nombre de femmes, les contraceptifs oraux peuvent accélérer la croissance d'un cancer du sein existant, mais non diagnostiqué. Un diagnostic précoce peut toutefois réduire l'effet du cancer du sein sur l'espérance de vie de la femme. Les risques liés aux contraceptifs oraux semblent toutefois faibles.

Les femmes qui présentent les affections suivantes doivent être examinées chaque année par leur médecin, et ce, quelle que soit la méthode de contraception qu'elles utilisent :

- des antécédents de cancer du sein dans la famille;
- des nodules ou épaissements dans les seins; ou
- un écoulement mamelonnaire.

### 3. **Dangers pour le fœtus si des contraceptifs oraux sont utilisés par la mère durant la grossesse**

La femme enceinte ne doit pas prendre de contraceptifs oraux, parce que ceux-ci pourraient nuire au développement du fœtus. Un risque accru de diverses anomalies touchant notamment le cœur et les membres a été associé à la prise d'hormones sexuelles, en particulier de contraceptifs oraux, pendant la grossesse. En outre, les fœtus de sexe féminin dont la mère a reçu du DES (diéthylstilbestrol, un estrogène) durant la grossesse risquent par la suite de souffrir d'un cancer du vagin ou du col de l'utérus pendant l'adolescence ou au début de l'âge adulte. On a signalé aussi des anomalies urinaires et génitales chez les fœtus de sexe masculin ainsi exposés. Il est possible, bien que cela n'ait pas été démontré, que d'autres estrogènes, tels ceux qui sont utilisés dans les contraceptifs oraux, pris pendant la grossesse aient les mêmes effets sur l'enfant par la suite.

Il n'existe pas non plus de preuve concluante que les contraceptifs oraux pris immédiatement avant la grossesse nuisent par la suite au développement du fœtus. Quand la femme cesse de prendre des contraceptifs oraux pour concevoir, son médecin peut lui recommander d'adopter provisoirement une autre méthode de contraception, jusqu'aux premières règles naturelles. On peut ainsi dater la grossesse avec plus de précision.

### 4. **Maladies de la vésicule biliaire et tumeurs du foie**

Les utilisatrices de contraceptifs oraux courent un risque accru de maladie de la vésicule biliaire nécessitant une intervention chirurgicale au cours de la première année d'utilisation. Le risque peut doubler après 4 ou 5 ans d'utilisation.

L'utilisation de contraceptifs oraux à court et à long terme a également été associée à la croissance de tumeurs du foie bénignes ou malignes. Ces tumeurs sont extrêmement rares. Les tumeurs bénignes ne se propagent pas, mais elles peuvent se rompre, entraînant une hémorragie interne parfois mortelle.

## 5. **Autres effets indésirables des contraceptifs oraux**

Certaines utilisatrices de contraceptifs oraux peuvent ressentir des effets indésirables. Ces effets sont momentanés et ne présentent aucun danger pour la santé.

Il peut s'agir de sensibilité des seins, de nausées et de vomissements. Certaines utilisatrices perdent du poids, d'autres en prennent. Bon nombre de ces effets sont observés avec des contraceptifs oraux combinés à forte teneur en œstrogène. Ils sont moins fréquents avec les contraceptifs oraux à faible teneur en œstrogène prescrits aujourd'hui.

Il peut également se produire des saignements ou des pertes sanglantes inattendus et une modification du cycle menstruel, mais ces effets disparaissent habituellement après quelques cycles.

Ils **NE** constituent **PAS** une indication qu'il faut cesser de prendre des contraceptifs oraux. À moins de complications plus graves, la décision de cesser de prendre des contraceptifs oraux ou de changer de marque ne doit être prise qu'après 3 mois consécutifs d'utilisation.

Parfois, les utilisatrices font de l'hypertension, ce qui peut les obliger à cesser de prendre des contraceptifs oraux. L'hypertension peut persister après l'abandon de la pilule et peut évoluer en une maladie grave des reins et de l'appareil circulatoire.

Parmi les autres effets indésirables figurent :

- la croissance de tumeurs (fibromes) utérins préexistants;
- la dépression;
- une affection du foie accompagnée d'une jaunisse (jaunissement de la peau);
- l'augmentation ou la diminution de la croissance des poils, de la libido et de l'appétit;
- une pigmentation de la peau;
- des maux de tête;
- une éruption cutanée; et
- des infections vaginales.

Il arrive, mais rarement, qu'il faille changer d'ordonnance de lentilles cornéennes ou qu'il devienne impossible de porter des lentilles.

Les règles peuvent être retardées lorsque la femme cesse de prendre des contraceptifs oraux. Rien n'indique que l'utilisation de contraceptifs oraux réduit la fertilité. Comme on l'a indiqué précédemment, il serait plus prudent, après l'abandon de contraceptifs oraux, d'attendre l'arrivée des premières règles avant d'essayer de concevoir.

## **BIENFAITS DES CONTRACEPTIFS ORAUX OUTRE LA CONTRACEPTION**

On a signalé plusieurs bienfaits pour la santé liés à l'utilisation des contraceptifs oraux.

### **EFFETS SUR LES RÈGLES**

- Régularisation du cycle menstruel
- Diminution de la perte de sang durant les règles
- Diminution de la fréquence d'anémie ferriprive (carence en fer), liée à la diminution de la perte de sang durant les règles
- Diminution de la fréquence de dysménorrhée (règles douloureuses) et du syndrome prémenstruel

#### EFFETS LIÉS À L'INHIBITION DE L'OVULATION

- Diminution de la fréquence de kystes ovariens fonctionnels
- Diminution de la fréquence de grossesse extra-utérine

#### EFFETS SUR LES AUTRES ORGANES DU SYSTÈME DE REPRODUCTION

- Diminution de la fréquence de salpingite aiguë
- Diminution de l'incidence de cancer de l'endomètre (50 %)
- Diminution de l'incidence de cancer de l'ovaire (40 %)
- Effets bénéfiques possibles sur l'endométriose
- Atténuation de l'acné, de l'hirsutisme et autres troubles liés aux hormones androgènes

#### EFFETS SUR LES SEINS

- Diminution de l'incidence des affections bénignes (non cancéreuses) du sein
- Diminution de la fréquence de biopsies du sein

Outre leur efficacité dans la contraception, on doit également tenir compte des autres bienfaits qu'offrent les contraceptifs oraux lorsqu'on conseille des patientes sur le choix d'une méthode de contraception.

**La pilule NE PROTÈGE PAS** contre les maladies transmissibles sexuellement (MTS), y compris le VIH/sida. Pour vous protéger contre les MTS, utilisez un condom en latex **EN PLUS DE** la pilule.

### Examen périodique

Un bilan complet des antécédents médicaux et familiaux est nécessaire avant de prescrire des contraceptifs oraux. Un examen médical doit comprendre la prise de la tension artérielle et l'examen des seins, de l'abdomen, des organes génitaux et des membres.

Vous devriez retourner voir le médecin au plus tard dans les 3 mois suivant la prise de contraceptifs oraux. Au cours de cette visite, le médecin devrait évaluer les effets indésirables éventuels et vérifier votre tension artérielle. Par la suite, un examen annuel semblable à celui de la visite initiale est recommandé. Habituellement, le médecin procède à un frottis cervicovaginal (test de Papanicolaou; communément appelé *test Pap*) avant de prescrire des contraceptifs oraux, test qui est répété régulièrement selon l'intervalle recommandé par le médecin.

### **SI VOUS DÉCIDEZ DE PRENDRE DES CONTRACEPTIFS ORAUX**

Si vous et votre médecin décidez que, pour vous, les avantages des contraceptifs oraux l'emportent sur les risques, vous devez savoir ce qui suit.

1. La cigarette augmente le risque d'effets indésirables graves touchant le cœur et les vaisseaux sanguins. Le risque augmente avec l'âge et devient important chez les utilisatrices de contraceptifs oraux âgées de plus de 35 ans. Les femmes ne devraient pas fumer.

2. Prenez la pilule uniquement sur l'avis du médecin et suivez attentivement toutes ses instructions. Vous devez prendre la pilule exactement telle qu'elle vous a été prescrite, sinon vous risquez de tomber enceinte.
3. Consultez votre médecin dans les 3 mois qui suivent votre examen initial. Par la suite, consultez-le au moins 1 fois par année.
4. Soyez attentive aux signes et aux symptômes des effets indésirables graves ci-dessous et consultez immédiatement votre médecin s'ils se manifestent :
  - douleur thoracique aiguë, expectorations sanglantes ou essoufflement soudain - ces symptômes pourraient indiquer la présence d'un caillot de sang dans les poumons;
  - douleur dans un mollet - ce symptôme pourrait indiquer la présence d'un caillot de sang dans la jambe;
  - douleur thoracique en étau ou lourdeur - ce symptôme pourrait indiquer une crise cardiaque;
  - mal de tête intense et soudain ou aggravation d'un mal de tête, vomissements, étourdissements ou évanouissements, trouble de la vue ou de la parole, ou faiblesse ou engourdissement d'un bras ou d'une jambe - ces symptômes pourraient indiquer un accident vasculaire cérébral;
  - perte soudaine de la vue, partielle ou complète - ce symptôme pourrait indiquer la présence d'un caillot de sang dans l'œil;

- douleur intense ou bosse dans l'abdomen - ces symptômes pourraient indiquer une tumeur du foie;
  - dépression grave;
  - jaunissement de la peau (jaunisse);
  - enflure inhabituelle des extrémités; ou
  - bosses dans les seins - **DEMANDEZ À VOTRE MÉDECIN COMMENT PRATIQUER L'AUTO-EXAMEN DES SEINS ET FAITES CET EXAMEN RÉGULIÈREMENT.**
5. Ne prenez pas de contraceptifs oraux si vous pensez être enceinte. Ils n'empêcheront pas la grossesse de se poursuivre, mais ils peuvent nuire au développement normal du fœtus.
  6. Si vous cessez de prendre des contraceptifs oraux, vous aurez vos règles. Avant de concevoir, vous devriez attendre les règles suivantes, soit de 4 à 6 semaines plus tard. Demandez à votre médecin de vous recommander une méthode de contraception en attendant.
  7. Après un accouchement, une fausse couche ou un avortement spontané ou thérapeutique, votre médecin vous indiquera quel est le bon moment pour commencer à utiliser des contraceptifs oraux.
  8. Il n'est pas recommandé de prendre des contraceptifs oraux pendant que vous allaitez. Les hormones des contraceptifs oraux sont excrétées dans le lait maternel dont elles risquent de réduire la qualité et la quantité. On ignore quels seraient les effets à long terme sur le développement de l'enfant.

9. Si vous devez subir une intervention chirurgicale **MAJEURE**, informez votre chirurgien que vous prenez des contraceptifs oraux.
10. **Si vous consultez un autre médecin, dites-lui que vous prenez des contraceptifs oraux de marque BREVICON 0,5/35 ou BREVICON 1/35.**

11. Indiquez à votre médecin si vous prenez ou si vous allez prendre d'autres médicaments. Cette consigne s'applique autant aux médicaments en vente libre qu'aux médicaments d'ordonnance. Certains médicaments peuvent réduire l'efficacité des contraceptifs oraux et (ou) de la régulation qu'elle exerce sur le cycle menstruel. **Vous pourriez avoir besoin d'une méthode de contraception auxiliaire.**

12. **IL N'EST PAS NÉCESSAIRE D'ARRÊTER DE PRENDRE DES CONTRACEPTIFS ORAUX POUR S'ACCORDER UNE PÉRIODE DE REPOS.**

13. Les contraceptifs oraux **NE PROTÈGENT PAS** contre les maladies transmissibles sexuellement (MTS), y compris le VIH/sida. Pour vous protéger contre les MTS, utilisez un condom en latex **EN MÊME TEMPS** que les contraceptifs oraux.

---

## COMMENT PRENDRE LES CONTRACEPTIFS ORAUX

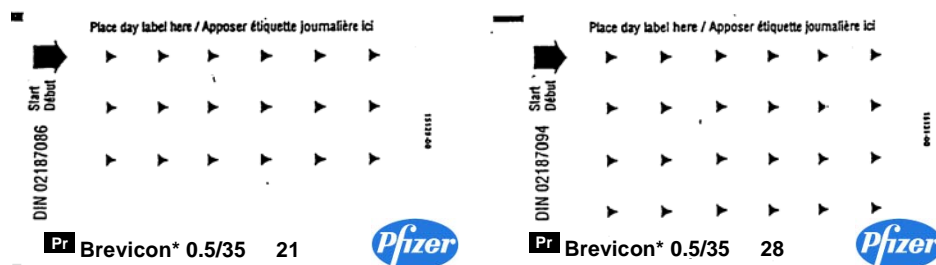
---

1. **Lisez les instructions qui suivent :**
- avant de commencer à prendre la pilule; et
  - chaque fois que vous n'êtes pas sûre de savoir quoi faire.

2. **Regardez votre distributeur de pilules** pour voir s'il contient 21 ou 28 pilules.

- **DISTRIBUTEUR DE 21 PILULES** : 21 pilules actives (avec hormones) à prendre chaque jour pendant 3 semaines et aucune pilule à prendre pendant 1 semaine  
ou
- **DISTRIBUTEUR DE 28 PILULES** : 21 pilules actives (avec hormones) à prendre chaque jour pendant 3 semaines et 7 pilules inactives (sans hormones) « pour ne pas perdre l'habitude » à prendre chaque jour pendant 1 semaine

Remarque : Les diagrammes s'appliquent à BREVICON 0,5/35 et à BREVICON 1/35.



3. Il est recommandé d'utiliser une deuxième méthode de contraception (p. ex., des condoms en latex et un spermicide en mousse ou en gelée) durant les 7 premiers jours du premier cycle d'utilisation de la pilule. Il s'agit là d'une méthode auxiliaire au cas où vous oublieriez de prendre vos pilules, le temps de vous y habituer.
4. **Si vous devez recevoir quelque autre traitement médical, assurez-vous de dire à votre médecin que vous prenez des contraceptifs oraux.**
5. **De nombreuses femmes ont de très légers saignements (*spotting*), ou éprouvent des nausées au cours des 3 premiers mois.** Si vous vous sentez malade, n'arrêtez pas de prendre la pilule; habituellement, la situation se corrige d'elle-même. Si votre état ne s'améliore pas, consultez votre médecin ou le personnel de votre clinique.
6. **Le fait d'oublier de prendre vos pilules peut également causer de légères pertes sanglantes,** même si vous prenez éventuellement les pilules manquantes. Vous pouvez également avoir des nausées les jours où vous prenez 2 pilules pour rattraper les pilules oubliées.
7. **Si vous négligez de prendre vos pilules, à quelque moment que ce soit, vous pouvez devenir enceinte. Vous courez le plus grand risque de tomber enceinte :**
  - lorsque vous commencez un distributeur en retard; ou
  - lorsque vous négligez de prendre des pilules au début ou à la toute fin du distributeur.
8. **Assurez-vous de toujours avoir sous la main :**

- **une méthode de contraception auxiliaire** (comme des condoms en latex et un spermicide en mousse ou en gelée) que vous pourrez utiliser si vous omettez de prendre vos pilules, et
  - **un autre distributeur plein.**
9. **Si vous avez des vomissements ou de la diarrhée, ou si vous prenez des médicaments,** notamment des antibiotiques, vos pilules pourraient ne pas être aussi efficaces qu'elles le devraient. Utilisez une méthode de contraception auxiliaire, comme des condoms en latex et un spermicide en mousse ou en gelée, jusqu'à ce que vous puissiez consulter votre médecin ou le personnel de votre clinique.
10. **Si vous oubliez plus de 1 pilule 2 mois de suite,** discutez avec votre médecin, ou le personnel de votre clinique, des moyens qui pourraient faciliter la prise de la pilule ou encore de l'utilisation d'une autre méthode de contraception.
11. **Si vous ne trouvez pas dans le présent feuillet la réponse à vos questions, appelez votre médecin ou le personnel de votre clinique.**

---

## QUAND COMMENCER LE PREMIER DISTRIBUTEUR DE PILULES BREVICON

---

**Assurez-vous de lire les instructions qui suivent :**

- avant de commencer à prendre la pilule; et
- chaque fois que vous n'êtes pas sûre de savoir quoi faire.

Décidez avec votre médecin, ou le personnel de votre clinique, quel est le meilleur jour pour commencer votre premier distributeur de pilules, lequel peut contenir 21 pilules (schéma de 21 jours) ou 28 pilules (schéma de 28 jours).

#### A. SCHÉMA DE 21 JOURS

Avec ce type de contraceptif, vous prenez la pilule pendant 21 jours, puis vous n'en prenez pas pendant 7 jours. Vous ne devez pas passer plus de 7 jours de suite sans prendre de pilule.

1. **Le premier jour de vos règles (saignements) est le premier jour de votre cycle.** Votre médecin peut vous conseiller de commencer à prendre la pilule le premier jour, le cinquième jour ou le premier dimanche qui suit le début de vos règles. Si vos règles débutent un dimanche, commencez à prendre vos pilules ce jour-là.
2. Le distributeur doit être étiqueté correctement avant la prise de la première pilule. Le distributeur est étiqueté de sorte que la première pilule soit prise un dimanche. Si vous commencez un autre jour qu'un dimanche, vous devez utiliser les autocollants Flexi-début<sup>MC</sup> fournis pour identifier le jour correspondant. Pour ce faire, vous n'avez qu'à détacher l'autocollant correspondant au jour voulu et à l'appliquer sur les jours imprimés sur la carte.
3. Prenez 1 pilule à peu près à la même heure chaque jour pendant 21 jours; **ensuite, ne prenez aucune pilule pendant 7 jours.** Commencez un nouveau distributeur le huitième jour. Vous aurez probablement vos règles au cours de la période de 7 jours durant laquelle vous ne prenez pas de pilule. (Les saignements peuvent être plus légers et de plus courte durée que ceux que vous avez habituellement.)

## B. SCHÉMA DE 28 JOURS

Avec ce type de contraceptif, vous prenez 21 pilules qui contiennent des hormones et 7 qui n'en contiennent pas.

1. **Le premier jour de vos règles (saignements) est le premier jour de votre cycle.** Votre médecin peut vous conseiller de commencer à prendre la pilule le premier jour, le cinquième jour ou le premier dimanche qui suit le début de vos règles. Si vos règles débutent un dimanche, commencez à prendre vos pilules ce jour-là.
2. Le distributeur doit être étiqueté correctement avant la prise de la première pilule. Le distributeur est étiqueté de sorte que la première pilule soit prise un dimanche. Si vous commencez un autre jour qu'un dimanche, vous devez utiliser les autocollants Flexi-début<sup>MC</sup> fournis pour identifier le jour correspondant. Pour ce faire, vous n'avez qu'à détacher l'autocollant correspondant au jour voulu et à l'appliquer sur les jours imprimés sur la carte.
3. Prenez 1 pilule à peu près à la même heure chaque jour pendant 28 jours. Commencez un nouveau distributeur le jour suivant, en **prenant soin de ne pas sauter de jours**. Vos règles devraient survenir au cours des 7 derniers jours d'utilisation de ce distributeur.

---

### QUE FAIRE DURANT LE MOIS

---

1. **Prenez 1 pilule à peu près à la même heure chaque jour jusqu'à ce que le distributeur soit vide.**

- Essayez d'associer la prise de votre pilule à une activité régulière comme un repas ou le coucher.
- Ne sautez pas de pilules même si vous avez des saignements entre vos règles ou que vous avez des nausées.
- Ne sautez pas de pilules même si vous n'avez pas de relations sexuelles fréquentes.

## 2. **Lorsque vous avez terminé un distributeur**

- **21 pilules**

**Attendez 7 jours** avant d'en commencer un autre. Vous aurez vos règles durant cette semaine-là.

- **28 pilules**

Commencez le nouveau distributeur **le jour suivant**. Prenez 1 pilule tous les jours. Ne sautez pas de journée entre les 2 distributeurs.

---

## **QUE FAIRE SI VOUS OUBLIEZ DE PRENDRE VOS PILULES**

---

Le tableau ci-dessous vous indique ce que vous devez faire s'il vous arrive d'oublier une ou plusieurs de vos pilules anticonceptionnelles. Faites correspondre le nombre de pilules oubliées et le moment où vous commencez à prendre la pilule pour le type de distributeur de pilules que vous avez.

<b>CYCLE DÉBUTANT UN DIMANCHE</b>	<b>CYCLE DÉBUTANT UN AUTRE JOUR</b>
<p><b>OUBLI DE 1 PILULE</b></p> <p>Prenez-la aussitôt que vous vous apercevez de l'oubli et prenez la pilule suivante à l'heure habituelle. Cela signifie que vous pourriez prendre 2 pilules le même jour.</p>	<p><b>OUBLI DE 1 PILULE</b></p> <p>Prenez-la aussitôt que vous vous apercevez de l'oubli et prenez la pilule suivante à l'heure habituelle. Cela signifie que vous pourriez prendre 2 pilules le même jour.</p>
<p><b>OUBLI DE 2 PILULES DE SUITE</b></p> <p><b>Deux premières semaines</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Prenez 2 pilules le jour où vous constatez l'oubli et 2 pilules le jour suivant.</li> <li>2. Ensuite prenez 1 pilule par jour jusqu'à ce que vous ayez fini le distributeur.</li> <li>3. Utilisez une méthode de contraception auxiliaire si vous avez des relations sexuelles moins de 7 jours après l'oubli.</li> </ol> <p><b>Troisième semaine</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Continuez à prendre 1 pilule par jour jusqu'au dimanche.</li> <li>2. Le dimanche, jetez de façon sécuritaire le reste du distributeur et commencez-en un nouveau le même jour.</li> <li>3. Utilisez une méthode de contraception auxiliaire si vous avez des relations</li> </ol>	<p><b>OUBLI DE 2 PILULES DE SUITE</b></p> <p><b>Deux premières semaines</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Prenez 2 pilules le jour où vous constatez l'oubli et 2 pilules le jour suivant.</li> <li>2. Ensuite prenez 1 pilule par jour jusqu'à ce que vous ayez fini le distributeur.</li> <li>3. Utilisez une méthode de contraception auxiliaire si vous avez des relations sexuelles moins de 7 jours après l'oubli.</li> </ol> <p><b>Troisième semaine</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Jetez de façon sécuritaire le reste du distributeur et commencez-en un nouveau le même jour.</li> <li>2. Utilisez une méthode de contraception auxiliaire si vous avez</li> </ol>

<b>CYCLE DÉBUTANT UN DIMANCHE</b>	<b>CYCLE DÉBUTANT UN AUTRE JOUR</b>
<p>sexuelles moins de 7 jours après l'oubli.</p> <p>4. Vous pourriez ne pas avoir de règles ce mois-là.</p> <p><b>SI VOUS N'AVEZ PAS DE RÈGLES 2 MOIS DE SUITE, COMMUNIQUEZ AVEC VOTRE MÉDECIN OU LE PERSONNEL DE VOTRE CLINIQUE.</b></p>	<p>des relations sexuelles moins de 7 jours après l'oubli.</p> <p>3. Vous pourriez ne pas avoir de règles ce mois-là.</p> <p><b>SI VOUS N'AVEZ PAS DE RÈGLES 2 MOIS DE SUITE, COMMUNIQUEZ AVEC VOTRE MÉDECIN OU LE PERSONNEL DE VOTRE CLINIQUE.</b></p>
<p><b>OUBLI DE 3 PILULES DE SUITE OU PLUS</b></p> <p><b>N'importe quand au cours du cycle</b></p> <p>1. Continuez à prendre 1 pilule par jour jusqu'au dimanche.</p> <p>2. Le dimanche, jetez de façon sécuritaire le reste du distributeur et commencez-en un nouveau le même jour.</p> <p>3. Utilisez une méthode de contraception auxiliaire si vous avez des relations sexuelles moins de 7 jours après l'oubli.</p> <p>4. Vous pourriez ne pas avoir de règles ce mois-là.</p> <p><b>SI VOUS N'AVEZ PAS DE RÈGLES 2 MOIS DE SUITE, COMMUNIQUEZ AVEC VOTRE MÉDECIN OU LE PERSONNEL DE VOTRE CLINIQUE.</b></p>	<p><b>OUBLI DE 3 PILULES DE SUITE OU PLUS</b></p> <p><b>N'importe quand au cours du cycle</b></p> <p>1. Jetez de façon sécuritaire le reste du distributeur et commencez-en un nouveau le même jour.</p> <p>2. Utilisez une méthode de contraception auxiliaire si vous avez des relations sexuelles moins de 7 jours après l'oubli.</p> <p>3. Vous pourriez ne pas avoir de règles ce mois-là.</p> <p><b>SI VOUS N'AVEZ PAS DE RÈGLES 2 MOIS DE SUITE, COMMUNIQUEZ AVEC VOTRE MÉDECIN OU LE PERSONNEL DE VOTRE CLINIQUE.</b></p>

**REMARQUE : DISTRIBUTEUR DE 28 JOURS** - S'il vous arrive d'oublier l'une des 7 pilules inactives (sans hormones, servant simplement à vous faire garder l'habitude de prendre vos pilules) au cours de la quatrième semaine, vous n'avez qu'à jeter de façon sécuritaire la pilule oubliée. Puis, continuez à prendre 1 pilule par jour jusqu'à ce que le distributeur soit vide. Vous n'avez pas besoin de recourir à une méthode de contraception auxiliaire.

Assurez-vous de toujours avoir sous la main :

- une méthode de contraception auxiliaire (comme des condoms en latex et un spermicide en mousse ou en gelée) que vous pourrez utiliser si vous oubliez de prendre vos pilules; et
- un autre distributeur plein.

**Si vous oubliez plus de 1 pilule 2 mois de suite, discutez avec votre médecin, ou le personnel de votre clinique,** des moyens qui pourraient faciliter la prise de la pilule ou de l'utilisation d'une autre méthode de contraception.

Garder ce produit ainsi que tous les autres médicaments hors de la portée des enfants.

BREVICON 0,5/35 et BREVICON 1/35

Conserver à une température de 15 ° à 25 °C.