



## ***Prise de Position N° 35***

# **Contraception d'urgence**

La contraception d'urgence sert à empêcher la fertilisation ou l'implantation *après* des rapports sexuels non protégés. Elle est aussi appelée contraception post-coïtale. Une femme peut y avoir recours si elle pense que son moyen de contraception n'a pas fonctionné, si elle a été violée ou dans tout autre cas où aucun moyen de contraception n'a été utilisé. La contraception d'urgence peut prendre la forme de la pilule contraceptive d'urgence (PCU), aussi appelée « pilule du lendemain », ou d'un dispositif intra-utérin (DIU). La contraception d'urgence peut prévenir ou retarder l'ovulation, mais ni la PCU ni le DIU ne protègent contre les infections transmissibles sexuellement et par le sang, y compris le VIH.

### ***Le DIU***

Il s'agit d'un petit dispositif inséré dans l'utérus via le col. Un DIU en cuivre peut être posé par un médecin jusqu'à sept jours après les rapports non protégés. Les DIU en cuivre altèrent le revêtement utérin en le rendant "hostile" aux spermatozoïdes, prévenant ainsi la fertilisation et l'implantation. Le DIU peut être laissé en place comme moyen de contraception de longue durée. On se procure les DIU auprès des fournisseurs de soins de santé.

### ***La PCU***

La PCU peut être prise jusqu'à cinq jours (120 heures) après les rapports sexuels, mais devrait l'être dès que possible. La PCU fonctionne différemment en fonction de la phase du cycle menstruel et du moment où elle est absorbée. Ces pilules empêchent ou retardent la production d'un ovule (ovulation), ce qui vous évite de tomber enceinte. Parfois, si vous venez d'ovuler et qu'il y a eu fertilisation, la PCU empêche l'implantation de l'ovule sur la paroi utérine.

Il existe actuellement deux méthodes de PCU: 1) une série de deux pilules contraceptives, appelée « Plan B »; ou 2) une série de quatre pilules appelée la « méthode Yupze ». Contrairement à ce qu'affirment les opposants à l'avortement, la PCU n'est pas un abortif et ne doit pas être confondue avec le RU-486 (la « pilule abortive »). Prendre la PCU n'interrompra pas une grossesse en cours et n'empêchera pas de tomber enceinte lors de rapports sexuels non protégés plus tard dans le cycle menstruel.

Une femme qui a recours à la PCU devrait prendre un rendez-vous avec son clinicien ou autre fournisseur de soins de santé dans les trois semaines, si les règles se sont attendues ou si elle présente d'autres symptômes de grossesse. Si l'on suspecte une grossesse, il faut effectuer un test de

grossesse et un examen pelvien. Quatre-vingt-dix-huit pour cent des femmes qui utilisent la PCU conformément aux directives ne tomberont pas enceintes. Toutefois, certaines de ces femmes ne couraient de toute manière aucun risque, car les rapports n'ont pas eu lieu pendant la période fertile de leur cycle.

### **Effets secondaires possibles**

La PCU ne présente pas de danger, mais elle peut produire des effets secondaires tels que nausées ou vomissements. Ces effets sont bien moins fréquents avec le Plan B qu'avec la méthode Yupze. Des antiémétiques commerciaux tels que le Gravol® peuvent aider à calmer la nausée ou empêcher les vomissements. Pour réduire la nausée, vous pouvez aussi manger un peu avant de prendre les pilules, ou les prendre avec du lait plutôt que de l'eau. Si vous vomissez dans l'espace d'une heure après avoir pris la PCU, il faut reprendre la même dose. D'autres effets secondaires possibles sont des menstruations irrégulières, le « spotting », des crampes, l'épuisement, des vertiges et/ou une hypersensibilité des seins. Ces symptômes peuvent se prolonger jusqu'à deux jours, mais disparaissent en général au bout de quelques heures. Les cas d'effets secondaires graves tels que caillots sanguins, infarctus ou crises cardiaques sont extrêmement rares.

### **Où et comment obtenir la PCU**

Une femme peut obtenir une prescription pour un DIU ou la PCU chez son médecin de famille, une clinique, un centre de santé des femmes ou une clinique comme celles de l'organisation Planned Parenthood. Au Canada, les femmes peuvent même obtenir la PCU en pharmacie, sans prescription.

### **La PCU et les anti-choix**

La plupart du temps, les femmes devraient pouvoir obtenir la PCU sans aucun problème. Il se peut cependant qu'une femme tombe sur un pharmacien opposé au fait de fournir la contraception d'urgence. Un professionnel de la santé n'a cependant pas le droit d'imposer ses points de vue personnels à sa clientèle. Les pharmaciens sont donc tenus de vous donner la PCU ou de vous orienter en fonction de vos besoins. Si une femme éprouve ce genre de difficultés avec un pharmacien, plusieurs possibilités s'offrent à elle. Elle peut déposer une plainte auprès de l'Ordre provincial des pharmaciens. Elle peut aussi faire publier une lettre ouverte, organiser un boycott de la pharmacie ou une manifestation devant sa porte. Aucun pharmacien ne devrait être autorisé à se soustraire à ses responsabilités envers ses clientes.

Si les anti-choix veulent vraiment diminuer le nombre de grossesses non voulues (et réduire ainsi le besoin d'avortements), ils devraient appuyer fermement l'éducation sexuelle et une meilleure disponibilité de la PCU. Une femme qui, sachant qu'elle risque une grossesse non voulue et qu'elle ne peut ou ne veut assumer la charge et l'éducation d'un enfant, cherche activement les moyens d'éviter cette grossesse, fait preuve de responsabilité. Elle devrait bénéficier du soutien du gouvernement, de la communauté médicale et de la société en général.

### **Sources:**

Fédération du Québec pour le planning des naissances: <http://www.fqpn.qc.ca/contenu/contraception/index.php>

Association canadienne pour la liberté de choix (CFC): "Contraception d'urgence"

<http://www.canadiansforchoice.ca/francais/emergencycontraception.html>

Le Réseau canadien pour la santé des femmes: "La contraception d'urgence au Canada"

<http://www.cwhn.ca/ressources/rcsf/cu.html>