

Oubli de pilule contraceptive : Que faire ?

Indications selon la durée de l'oubli et le nombre de comprimés oubliés

OUBLI DE 1 COMPRIMÉ	OUBLI DE 1 COMPRIMÉ PLUS DE 24 HEURES OU 2 COMPRIMÉS DE SUITE		OUBLI DE 3 COMPRIMÉS ET PLUS DE SUITE	
 MOINS DE 24 HEURES Prendre 1 comprimé aussitôt que l'oubli est constaté et terminer le distributeur comme d'habitude	 1re semaine - Prendre 1 comprimé dès que possible - Jeter le(s) comprimé(s) oublié(s) - Continuer comme d'habitude Protection (condom) 7 jours	 2e semaine  3e semaine - Prendre 1 comprimé dès que possible - Jeter le ou les comprimés oubliés - Continuer jusqu'à la fin de la 3e semaine - Débuter un nouveau distributeur sans faire de période sans hormone. Protection (condom) 7 jours	 1re semaine - Prendre 1 comprimé dès que possible, jeter les comprimés oubliés et terminer le distributeur comme d'habitude Protection 7 jours (condom)	 2e semaine  3e semaine - Prendre 1 comprimé dès que possible, jeter les comprimés oubliés continuer jusqu'à la fin de la 3e semaine - Ensuite, débiter un nouveau distributeur, sans faire de période sans hormone Protection 7 jours (condom)
	 Alerte : relation(s) sexuelle(s) non protégée(s) Si vous avez eu des relations sexuelles non protégées dans les 5 derniers jours : Une contraception orale d'urgence (jusqu'à 5 jours) ou le stérilet du lendemain (jusqu'à 7 jours) est nécessaire.		 Alerte : relation(s) sexuelle(s) non protégée(s) Si vous avez eu des relations sexuelles non protégées dans les 5 derniers jours : Une contraception orale d'urgence (jusqu'à 5 jours) ou le stérilet du lendemain (jusqu'à 7 jours) est nécessaire.	

Ressources utiles

Pour des conseils détaillés selon votre méthode contraceptive (pilule combinée, progestative seule comme Slynd ou Micronor, anneau, timbre) :

<https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/2024-05/3466-protocole-contraception-annexe10-outils-oubli-contraception.pdf>

Pour nous joindre :

Clinique de planning et d'ITSS

CISSSBSL, 150 avenue Rouleau,

Rimouski (Québec) G5L 5T1

Tél. : (418) 724-8578

www.planningchrr.com

Avril 2025