

COMMENT PASSER D'UN CONTRACEPTIF À UN AUTRE EN DEHORS DE LA PÉRIODE MENSTRUELLE

ALLER VERS →	Contraceptifs oraux combinés	Timbre contraceptif	Anneau vaginal contraceptif	Contraceptif oral à progestatif seul (POP)	Injection progestative	Implant	Système intra- utérin au lévonorgestrel	Stérilet cuivre
↓ MÉTHODE INITIALE								
Contraceptifs oraux combinés (COC)	Pas d'interruption Prendre le 1 ^{er} co du nouveau COC le jour suivant la prise de n'importe quel co de l'ancien COC	Appliquer le timbre et prendre un co de COC le jour même et un co le lendemain	Pas d'interruption Insérer le jour suivant la prise de n'importe quel co de COC	Prenez un co de POP et un co de COC pendant 2 jours en même temps	Injecter et prendre un co de COC par jour pendant 7 jours	Insérer et prendre un co de COC par jour pendant 7 jours	Insérer et prendre un co de COC par jour pendant 7 jours	Insérer jusqu'à 5 jours <i>après</i> avoir pris un co de COC
Timbre contraceptif	Prendre le premier co de COC 1 jour avant de décoller le timbre		Pas d'interruption Insérer l'anneau et enlever le timbre le même jour	Prendre le premier co de POP 2 jours avant de décoller le timbre	Injecter 7 jours avant de décoller le timbre	Insérer 7 jours avant de décoller le timbre	Insérer 7 jours avant de décoller le timbre	Insérer jusqu'à 5 jours <i>après</i> avoir décollé le timbre
Anneau vaginal contraceptif	Prendre le premier co de COC 1 jour avant de retirer l'anneau	Appliquer le timbre 2 jours avant de retirer l'anneau		Débuter 2 jours avant de retirer l'anneau	Injecter 7 jours avant de retirer l'anneau	Insérer 7 jours avant de retirer l'anneau	Insérer 7 jours avant de retirer l'anneau	Insérer jusqu'à 5 jours <i>après</i> avoir retiré l'anneau
Contraceptif Oral à progestatif seul (POP)	Prendre un co de COC et un co de POP par jour pendant 7 jours avant	Appliquer le timbre et prendre un co de POP par jour pendant 7 jours	Insérer l'anneau et prendre un co de POP par jour pendant 7 jours		Injecter et prendre un co de POP par jour pendant 7 jours	Insérer et prendre un co de POP par jour pendant 7 jours	Insérer et prendre un co de POP par jour pendant 7 jours	Insérer jusqu'à 5 jours <i>après</i> avoir pris un co de POP
Injection progestative	Prendre le premier co de COC au plus tard 13 0/7 semaines <i>après</i> la dernière injection	Appliquer le timbre au plus tard 13 0/7 semaines <i>après</i> la dernière injection	Insérer l'anneau au plus tard 13 0/7 semaines <i>après</i> la dernière injection	Prendre le premier co de POP au plus tard 13 5/7 semaines <i>après</i> la dernière injection		Insérer au plus tard 13 0/7 semaines <i>après</i> la dernière injection	Insérer au plus tard 13 0/7 semaines <i>après</i> la dernière injection	Insérer au plus tard 14 5/7 semaines <i>après</i> la dernière injection
Implant	Prendre un co de COC par jour pendant 7 jours avant de retirer de l'implant	Appliquer le timbre pendant 7 jours avant de retirer l'implant	Insérer l'anneau 7 jours avant de retirer l'implant	Prendre un co de POP pendant 2 jours avant de retirer l'implant	Injecter 7 jours avant de retirer l'implant		Insérer 7 jours avant de retirer l'implant	Insérer jusqu'à 5 jours <i>après</i> avoir retiré l'implant
Système intra-utérin au lévo- norgestrel	Prendre un co de COC par jour pendant 7 jours avant de retirer le SIU	Appliquer le timbre pendant 7 jours avant de retirer le SIU	Insérer l'anneau 7 jours avant de retirer le SIU	Prendre un co de POP pendant 2 jours avant de retirer le SIU	Injecter 7 jours avant de retirer le SIU	Insérer 7 jours avant de retirer le SIU	Insérer le nouveau SIU le jour du retrait de l'ancien SIU	Insérer le jour du retrait du SIU
Stérilet cuivre	Débuter le COC 7 jours avant le retrait du stérilet	Débuter 7 jours avant le retrait du stérilet	Débuter 7 jours avant le retrait du stérilet	Débuter 2 jours avant le retrait du stérilet	Injecter 7 jours avant le retrait du stérilet	Insérer 7 jours avant le retrait du stérilet	Insérer le jour du retrait du stérilet ET Condoms x 7 jours avant et après le changement	Insérer le jour du retrait du stérilet

Le délai entre l'ancienne méthode et l'insertion d'un stérilet au cuivre tient compte de l'effet contraceptif post-coïtal du stérilet au cuivre. « 13 0/7 semaines » signifie 13 semaines et 0 jours ou 13 semaines justes. « 13 5/7 semaines » signifie 13 semaines et 5 jours.

COMMENT PASSER D'UN CONTRACEPTIF À UN AUTRE EN DEHORS DE LA PÉRIODE MENSTRUELLE

Instructions à donner aux clientes

Si vous devez passer d'un contraceptif à un autre, il n'est pas nécessaire d'attendre à la prochaine menstruation. Suivez les directives ci-contre pour passer d'un contraceptif (en vertical) à un autre (en horizontal).

Si vous n'êtes pas sûre de bien comprendre les directives ci-contre, passez d'un contraceptif à un autre dans la même journée et utilisez les condoms à toutes vos relations sexuelles, pendant les 7 derniers jours de prise de votre ancien contraceptif et les 7 premiers jours de l'utilisation de votre nouveau contraceptif, pour un total de 14 jours.

L'utilisation de la contraception orale d'urgence peut être envisagée pour passer d'une méthode contraceptive à l'autre de façon sécuritaire.

Lorsqu'on passe d'un contraceptif à un autre, il peut arriver que les menstruations soient temporairement dérégulées. C'est normal et il n'y a pas lieu de s'inquiéter. Après un cycle de contraceptif, les menstruations redeviendront régulières. En cas de doute, ne pas hésiter à faire un test de grossesse de contrôle, 3 à 4 semaines après le changement.

Référence : Adapté d'un tableau du Reproductive Health Access Project (www.reproductiveaccess.org) par le Comité d'experts en planning familial de l'Institut national de santé publique du Québec (www.inspq.qc.ca/contraception)