

Comment passer d'un contraceptif à un autre en dehors de la période menstruelle

ALLER VERS	Contraceptifs oraux combinés et pilule à progestatif seul à base de drospirénone (PPSd)	Timbre contraceptif	Anneau vaginal contraceptif	Pilule à progestatif seul à base de noréthindrone (PPSn)	Injection progestative	Implant	Système intra-utérin (SIU) au lévonorgestrel	Stérilet au cuivre
MÉTHODE INITIALE								
Contraceptifs oraux combinés (COC) et pilule à progestatif seul à base de drospirénone (PPSd)	Pas d'interruption. Prendre le 1 ^{er} co du nouveau COC/PPSd le jour suivant la prise de n'importe quel co de l'ancien COC/PPSd	Appliquer le timbre et prendre un co de COC/PPSd le jour même et un co le lendemain	Pas d'interruption. Insérer le jour suivant la prise de n'importe quel co de COC/PPSd, puis cesser le COC/PPSd	Prendre un co hormonal de PPSn et un de COC/PPSd pendant 2 jours en même temps	Injecter et prendre un co hormonal de COC/PPSd par jour pendant 7 jours	Insérer et prendre un co hormonal de COC/PPSd par jour pendant 7 jours	Insérer et prendre un co hormonal de COC/PPSd par jour pendant 7 jours	Insérer jusqu'à 5 jours après avoir pris au moins 7 co hormonaux de COC/PPSd
Timbre contraceptif	Prendre le premier co de COC/PPSd 1 jour avant de décoller le timbre		Pas d'interruption. Insérer l'anneau et enlever le timbre le même jour, à n'importe quel moment du cycle	Prendre le premier co de PPSn 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 après avoir décollé un timbre utilisé pendant 7 à 9 jours
Anneau vaginal contraceptif	Prendre le premier co de COC/PPSd 1 jour avant de retirer l'anneau	Appliquer le timbre 2 jours avant de retirer l'anneau, à n'importe quel moment du cycle		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 après avoir retiré l'anneau utilisé pendant au moins 7 jours
Pilule à progestatif seul à base de noréthindrone (PPSn)	Prendre un co de COC/PPSd et un co de PPSn par jour pendant 7 jours	Appliquer le timbre et prendre un co de PPSn par jour pendant 7 jours	Insérer l'anneau et prendre un co de PPSn par jour pendant 7 jours		Injecter et prendre un co de PPSn par jour pendant 7 jours	Insérer et prendre un co de PPSn par jour pendant 7 jours	Insérer et prendre un co de PPSn par jour pendant 7 jours	Insérer jusqu'à 5 jours après avoir pris 1 co de PPSn pendant au moins 2 jours
Injection progestative	Prendre le 1 ^{er} co de COC/PPSd au plus tard 13 0/7 semaines après la dernière injection	Appliquer le timbre au plus tard 13 0/7 semaines après la dernière injection	Insérer l'anneau au plus tard 13 0/7 semaines après la dernière injection	Prendre le 1 ^{er} co de PPSn au plus tard 13 5/7 semaines après la dernière injection		Insérer au plus tard 13 0/7 semaines après la dernière injection	Insérer au plus tard 13 0/7 semaines après la dernière injection	Insérer au plus tard 14 5/7 semaines après la dernière injection
Implant	Prendre un co de COC/PPSd par jour pendant 7 jours avant de retirer 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 PPSn 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 après avoir retiré l'implant
Système intra-utérin au lévo-norgestrel	Prendre un co de COC/PPSd 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 PPSn 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 au cuivre	Prende le 1 ^{er} co de COC/PPSd 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

Notes : 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.
L'expression « 13 0/7 semaines » signifie 13 semaines et 0 jour ou 13 semaines justes et « 13 5/7 semaines » signifie 13 semaines et 5 jours.

Instructions à donner aux patientes

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-dessus pour passer d'un contraceptif (à la verticale) à un autre (à l'horizontale).

Si vous n'êtes pas certaine de bien comprendre les directives, 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 au lévonorgestrel peut être envisagée pour passer d'une méthode contraceptive à l'autre de façon sécuritaire.

Lorsque l'on passe d'un contraceptif à un autre, il peut arriver que des saignements irréguliers apparaissent. 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, n'hésitez pas à faire un test de grossesse de contrôle, 3 à 4 semaines après le changement.

Source : Adapté d'un tableau du Reproductive Health Access Project (www.reproductiveaccess.org) par l'Institut national de santé publique du Québec 2023