INSPQ
INSTITUT NATIONAL DE SANTÉ PUBLIQUE DU QUÉBEC
Centre d'expertise et de référence

Ajustement thérapeutique du Protocole de contraception du Québec (PCQ

Jocelyn Bérubé, M.D., M.Sc.

Marie-Christine Gagnon B.Sc. inf.

Clinique de planning, Rimouski

www.inspq.qc.ca

Institut national de santé publique Québec

Conflit d'intérêt

Aucun conflit d'intérêt pour cette formation

Institut national de santé publique Québec

Objectifs

Après avoir assister à cette présentation, les participants(es) pourront:

Reconnaître la cause de certains effets secondaires liés à l'utilisation des contraceptifs hormonaux

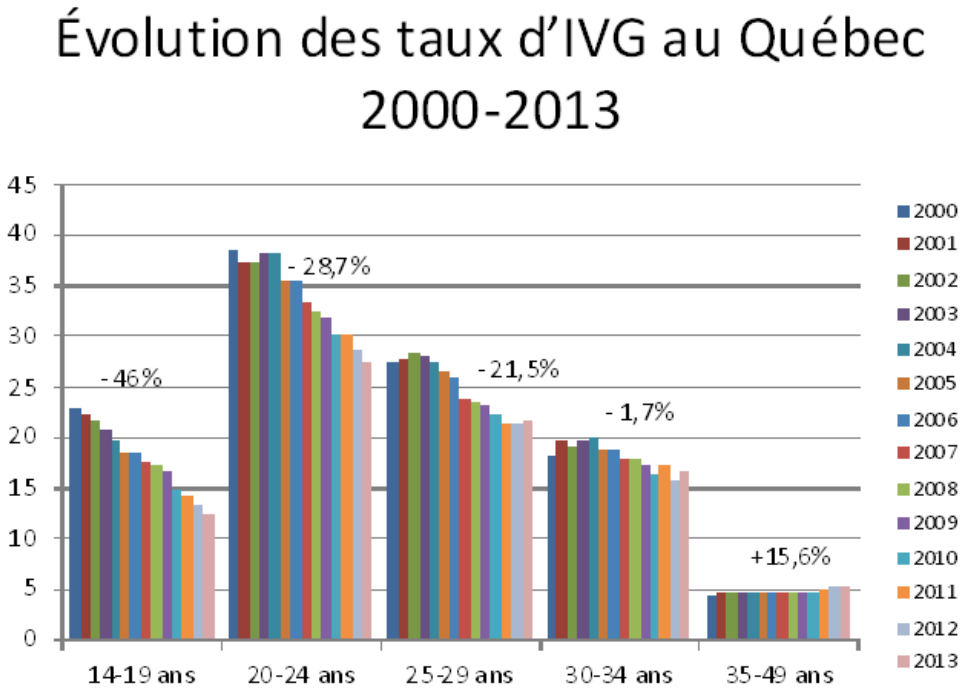
Offrir la meilleure alternative contraceptive

Proposer un traitement pour certains effets indésirables en lien avec le contraceptif utilisé

Se familiariser avec le chapitre sur l'ajustement thérapeutique du *Protocole de contraception du Québec*

Institut national de santé publique Québec

Bonne nouvelle: Peut-on faire mieux ?



Infocentre – INSPQ – Octobre 2015

Institut national de santé publique Québec

Continuer d'améliorer l'accessibilité à la contraception

Prescription infirmière

- Protocole de contraception du Québec

Loi 41

- Prolonger une ordonnance
- Prescrire la contraception hormonale post-COU

Institut national de santé publique Québec

Formations disponibles

PCQ en ligne sur le site de l'OIIQ (12 à 15 heures) (100.00$)

Formation sur *l'appropriation de la démarche et considérations déontologiques* sur le site de l'OIIQ (2 heures)(70.00$)

Les formations *Dépistage et IPPAP* (4 jours sur place par des formateurs de l'INSPQ) Gratuit

Formation en ligne de l'INSPQ intitulée: *le traitement de l'infection à chlamydia ou à neisseria gonorrhoeae chez une personne asymptomatique (2 hrs)(Gratuit)*

PCQ

Préparé par un groupe d'experts en contraception de l'INSPQ

Institut national de santé publique Québec

4 activités

Prescrire la contraception d'urgence

Amorcer la contraception (24 mois)

Renouveler la contraception (24 mois)

Ajuster la contraception

Institut national de santé publique Québec

Ajustement

Si la femme présente:

Insatisfaction à l'égard de la méthode

Difficultés à l'égard de l'utilisation

Effets indésirables

- Appliquer certaines consignes
- Modifier la méthode
- *Si autres symptômes orienter vers MD/IPSPL*

NB: Dans tous les cas où il y a changement de méthode,
appliquer les consignes de passage d'un contraceptif à l'autre et remettre une ordonnance individuelle pour une durée maximale de 2 ans

Institut national de santé publique Québec

Effets indésirables qui permettent un ajustement

Nausées

Saignements irréguliers

Aménorrhée

Leucorrhée abondante

Mastalgie

Acné

Troubles de l'humeur

Prise de poids

Dysménorrhée persistante

Céphalée de retrait

Réaction cutanée au timbre

Certains effets secondaires en lien avec un progestatif seul, l'injection contraceptive ou les stérilets LNG ou Cu

Institut national de santé publique Québec

Nausées

Fréquentes dans les 3 premiers mois d'usage

Peuvent être aussi associées à :

- Grossesse
- Intolérance au lactose
- Troubles gastro-intestinaux

Institut national de santé publique Québec

Interventions

Test de grossesse; si + orienter la patiente

Vérifier les effets de la consommation de lait

Si – et pas d'autres symptômes

- Prendre COC avec nourriture et/ou le soir au coucher
- Donner COC plus faible en EE
- Changer de voie d'administration
- Donner progestatif seul
- Proposer un stérilet LNG/Cu
- Si les nausées persistent malgré intervention référer MD/IPSPL dans un délai ≤ 3 mois

Institut national de santé publique Québec

Saignements irréguliers

Présents chez 10 à 30 % des femmes dans les premiers mois

Habituellement peu abondants

Pas associés à une diminution de l'efficacité

Institut national de santé publique Québec

Saignements irréguliers (suite)

Peuvent être liés à:

- L'effet hormonal
- La grossesse
- L'oubli de COC
- Une ITS
- Une interaction médicamenteuse
- Un trouble gastro-intestinal avec vomissements/diarrhée
- L'usage du tabac
- La présence d'une anomalie de l'utérus (fibrome)
- Une maladie systémique (thyroïde)

Institut national de santé publique Québec

Interventions

Test de grossesse: si + orienter la patiente

Évaluer l'observance

- Stratégie pour ↑↑ observance
- Changer mode d'administration

Test de triage pour ITS (chlam/gono)

- Si + orienter vers le MD/IPSPL

Vérifier les interactions médicamenteuses

- Si oui: orienter vers MD/IPSPL

Faire le conselling antitabagique

Institut national de santé publique Québec

Interventions (suite)

Si tout est – et que les saignements persistent depuis au moins 3 mois et pas d'autres symptômes

- Changer pour un autre COC
- Changer la voie d'administration du COC
- Changer pour un autre contraceptif (ex: stérilet)

NB: Si les saignements persistent malgré intervention référer MD/IPSPL dans un délai ≤ 3 mois

Institut national de santé publique Québec

Aménorrhée

Présente chez 2 à 3 % des femmes

Augmente avec l'utilisation des COC

Peut être liée à:

- Effet hormonal
- Grossesse
- Toute situation/médicaments qui réduisent l'efficacité du contraceptif et augmentent le risque de grossesse

Institut national de santé publique Québec

Interventions

Test de grossesse: si + orienter la patiente

Évaluer l'observance

Vérifier les interactions médicamenteuses

- Si oui orienter vers MD/IPSPL

Si tout est –

- Rassurer / Surveiller signes et symptômes de grossesse
- Passer un test de grossesse PRN
- Changer un autre COC/autre contraceptif

Institut national de santé publique Québec

Leucorrhée abondante

Peut survenir avec COC

Peut être liée à:

- Effet hormonal
- Infection vaginale/cervicale transmissible ou non sexuellement

Institut national de santé publique Québec

Interventions

Rechercher d'autres symptômes (Prurit, odeur, douleurs, etc)

- Si + orienter la patiente vers MD/IPSPL

Test de triage ITS (chlam/gono)

- Si + orienter la patiente vers MD/IPSPL

Si tout –

- Rassurer la femme
- Changer de COC
- Orienter vers MD/IPSPL si leucorrhée persiste malgré intervention

Institut national de santé publique Québec

Mastalgie

Présente chez environ 30 % des femmes dans les premiers mois

- Plus fréquente chez les utilisatrices de timbre Evra

Diminue avec le temps

Peut être liée à:

- Effet hormonal
- Grossesse
- Affection des seins

Institut national de santé publique Québec

Interventions

Test de grossesse: si + orienter la patiente

Si – et pas d'autres symptômes

- Rassurer la femme
- Recommander un soutien-gorge bien ajusté et une diminution de consommation de caféine
- Si mastalgie prémenstruelle → COC en mode continu

Institut national de santé publique Québec

Interventions (suite)

Si pas d'autres symptômes ou contre-indications

- Changer pour COC + faiblement dosé en EE
- Changer de voie d'administration (pas voie trans dermique)
- Proposer un progestatif seul, un stérilet avec LNG ou au Cu
- Référer MD/IPSPL si pas d'amélioration

Institut national de santé publique Québec

Acné

Effet plutôt rare car les COC améliorent habituellement l'acné

Peut être liée à:

- Effet hormonal
- Acné préexistante
- Grossesse
- Prise de certains médicaments
- Affection endocrinienne

Institut national de santé publique Québec

Interventions

Test de grossesse: si + orienter la patiente

Rechercher un changement dans la médication (ordonnance, vente libre, naturel)

Si –

- Rassurer la femme et lui dire que ça devrait diminuer avec le temps
- Consulter le pharmacien (produits en vente libre)
- Discuter d'un changement de COC
- Référer MD/IPSPL si pas d'amélioration

Institut national de santé publique Québec

Troubles de l'humeur

Peuvent survenir chez certaines femmes qui prennent COC, mais sont souvent améliorés par la prise de COC surtout si présents en période menstruelle

Le risque de dépression n'est pas augmenté

Peuvent être liées à:

- Effet hormonal
- Raison psychosociale
- Trouble dépressif ou anxieux sous-jacent

Institut national de santé publique Québec

Interventions

Vérifier la présence d'éléments déclencheurs

Faire remplir le questionnaire sur la santé du patient PHQ-9

- Si score ≥ 10 ou présence d'idées suicidaires, ou troubles invalidants du sommeil → référer MD/IPSPL

Interventions (suite)

Sinon

- Rassurer la femme
- Conseiller de faire exercice physique régulièrement
  - Ex: marcher rapidement 30 minutes / jour
- Réévaluer 2 semaines plus tard
  - Si pas d'amélioration:
    - proposer prise de COC selon le mode continu
    - proposer un autre COC
  - Si pas améliorer par la suite: référer MD/IPSPL

Institut national de santé publique Québec

Prise de poids

Peut survenir occasionnellement même si pas démontrée dans les études

Une rétention hydrique peut aussi survenir notamment en période prémenstruelle

Peut être liée à:

- Effet hormonal
- Grossesse
- Augmentation apport calorique et ↓ exercice
- Maladie systémique (ex: thyroïde)
- Prise de certains médicaments

Institut national de santé publique Québec

Interventions

Test de grossesse: si + orienter la patiente

Rechercher un changement de médication (ordonnance, vente libre) si + MD/IPSPL

Si –

- Rassurer la patiente
- Conseiller ↑ exercices et ↓ consommation d'aliments et ou de boissons hypercaloriques
- Discuter de la possibilité d'utiliser un autre COC/un autre contraceptif
- Si pas d'amélioration → référer MD/IPSPL

Institut national de santé publique Québec

Dysménorrhée persistante

En général les COC ↓ ↓ la dysménorrhée (60%)

Si pas améliorée, penser à:

- Une ITS (chlam/gono)
- Une infection pelvienne
- Une affection gynécologique (ex: endométriose)

Institut national de santé publique Québec

Interventions

Test de triage pour éliminer chlam/gono

Si + diriger la femme vers Md/IPSPL

Si douleurs pelviennes en dehors des menstruations, ou une dyspareunie nouvelle → diriger vers MD/IPSPL

Interventions (suite)

Si dysménorrhée persiste depuis plus de 3 mois et que l'évaluation précédente est –

- Rassurer la femme
- Changer de COC
- Si pas de contre-indications,
  - Recommander ibuprofène 200 mg 1 à 2 co aux 4-6 heures (max: 1200 mg/jr)
    - Débuter 24-48 hrs avant la période menstruelle, jusqu'à l'arrêt des douleurs
    - Prendre avec de la nourriture

Institut national de santé publique Québec

Interventions (suite)

Si contre-indications à l'Ibuprofène:

- Acétaminophène 500 mg, 1 à 2 co aux 4 à 6 hrs (max: 4 g/24 hrs)
- Si aucune amélioration avec ces interventions, diriger vers Md/IPSPl dans un délai ≤ à 3 mois

Institut national de santé publique Québec

Céphalée de retrait

Peut survenir avec COC

Secondaire à retrait des estrogènes dans la période sans hormone

Peut aussi être liée à:

- Effet hormonal
- Migraine
- Affection systémique

Institut national de santé publique Québec

Interventions

En présence d'autres symptômes

- Symptômes ophtalmiques ou neurologiques associés
- Migraine chez une femme de 35 ans et plus
- TA élevée

→ Diriger la femme vers MD/IPSPL

Institut national de santé publique Québec

Interventions (suite)

Si –

- Rassurer la femme
- *Conseiller l'utilisation de COC en mode continu*
- Conseiller Ibuprofène ou acétaminophène tel que décrit plus tôt
- Si aucune amélioration avec ces interventions, diriger vers Md/IPSPI dans un délai ≤ à 3 mois

Institut national de santé publique Québec

Stérilet au levonorgestrel

Institut national de santé publique Québec

Saignements irréguliers

Effets indésirables fréquents dans les premiers mois.

- Ils diminuent avec le temps
- Ils sont habituellement peu abondants
- Un counselling préalable est donc important

Institut national de santé publique Québec

Saignements irréguliers

Par contre, les stérilets au Levonorgestrel sont associés à une réduction importante des saignements menstruels

Après un an :

- ~50 % d'aménorrhée avec Mirena
- ~22% d'aménorrhée avec Jaydess

Institut national de santé publique Québec

Saignements irréguliers

Peuvent être liés à:

- Effet du stérilet sur l'endomètre
- Grossesse
- Expulsion partielle du stérilet
- ITS comme chlam/gono
- Infection de l'endomètre et du col
- Anomalie de l'utérus (ex: polype, myome)
- Anomalie au col (ex: polype, cancer)
- Maladie systémique (trouble de la thyroide)

Institut national de santé publique Québec

Interventions

Test de grossesse: si + orienter la patiente

Test de triage ITS (chlam/gono)

- Si + orienter la patiente vers MD/IPSPL

Si l'infirmière fait des examens gynécologiques;

vérifier présence de fils et absence de stérilet sortant du col

Institut national de santé publique Québec

Interventions (suite)

Si fils absents ou perçus comme trop longs,

ou si stérilet visualisé dans le col,

ou si infirmière ne fait pas d'examen gynécologique

→ orienter la patiente vers MD/IPSPL

→ s'assurer que la femme utilise une autre méthode contraceptive (ex: condom) en attendant diagnostic

Institut national de santé publique Québec

Interventions (suite)

Si l'infirmière fait un examen gynécologique et constate que les fils sont absents:

- Elle peut utiliser une cytobrosse, dans le col
  - Faire une rotation d'un quart de tour et retirer lentement.
    - NB: Cette manœuvre peut faire sortir les cordes sans modifier la position du stérilet

Institut national de santé publique Québec

Interventions (suite)

Si douleurs pelviennes, fièvre ou frissons ou présence d'autres symptômes

→ orienter la patiente vers MD/IPSPL

Interventions (suite)

Si saignements persistent depuis plus de 3 mois et que tout est –

- Rassurer la femme
  - Recommander Ibuprofène 200 mg 1 à 2 co aux 4-6 heures (max: 1200 mg/jr) pour environ 2 semaines
    - Ce cycle peut être répété une fois PRN
  - Si pas d'amélioration→ orienter la patiente vers MD/IPSPL

Institut national de santé publique Québec

Dysménorrhée

Les femmes ont habituellement une diminution de la dysménorrhée (90 %)

Peut être liée à:

- Effet du stérilet
- Expulsion partielle du stérilet
- ITS à chlam/gono
- Infection pelvienne
- Affection gynécologique (ex: endométriose)

Institut national de santé publique Québec

Interventions

Même conduite que pour les saignements

- Sauf ajouter Acétaminophène si contre-indications à AINS

Institut national de santé publique Québec

Timbre contraceptif

Institut national de santé publique Québec

Réaction cutanée locale

Présente chez 20 % des femmes, mais est responsable de l'arrêt de la méthode chez 2 % des femmes seulement

Peut être liée à:

- Irritation locale aux substances qui constituent le timbre
- Allergie aux substances qui constituent le timbre
- Maladie dermatologique sous-jacente

Institut national de santé publique Québec

Interventions

Vérifier l'importance de l'irritation

Si autres symptômes ou réaction plus étendue → diriger vers Md/IPSPL

Sinon:

- réviser les modalités d'utilisation du timbre
- Conseiller de changer de site à chaque semaine
- Changer de méthode contraceptive

Institut national de santé publique Québec

Injection contraceptive

Institut national de santé publique Québec

Saignements irréguliers (INTERVENTION)

Test de grossesse: si + orienter la patiente

Test de triage pour ITS (Chlam/gono)

- Si + orienter vers le MD/IPSPL

Sinon –

- Recommander ibuprofène 200 mg 1 à 2 co aux 4-6 heures (max: 1200 mg/jr)
- *Donner à une reprise, la prochaine injection de 8 à 10 semaines après la précédente*
- Si pas d'amélioration, référer à Md/IPSPL

Institut national de santé publique Québec

Merci de votre attention

Institut national de santé publique Québec