

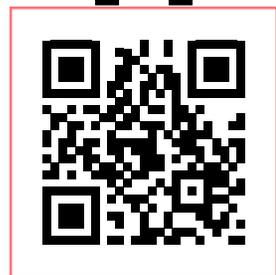
## Est-elle abortive ?

Non.

Elle empêche la fécondation, mais n'interrompt **pas** une grossesse en cours.

## Peut-on l'utiliser régulièrement ?

Non, elle est destinée à des situations **ponctuelles** et il est préférable d'avoir une méthode de contraception régulière pour une protection continue.



[macontraction.lu](http://macontraction.lu)

## Contactez-nous

Le Planning Familial propose des services gratuits et confidentiels incluant la contraception, l'éducation sexuelle, le dépistage des IST, et le soutien pour l'IVG.

Il y a trois centres au Luxembourg :

**Luxembourg-ville :**  
6, rue de la Fonderie  
L-1531 Luxembourg

**Esch-sur-Alzette :**  
2-4, rue Ernie Reitz  
L-4151 Esch-sur-Alzette

**Ettelbruck :**  
18, avenue J.F.Kennedy  
L-9053 Ettelbruck



(+352) 48 59 76  
[info@planning.lu](mailto:info@planning.lu)



[www.planning.lu](http://www.planning.lu)

# LA PILULE D'URGENCE



planning  
familial

## À quoi sert-elle ?

La **pilule d'urgence**, appelée parfois « pilule du lendemain », est une méthode de contraception d'urgence destinée à éviter une grossesse après un rapport sexuel non protégé ou un accident contraceptif (préservatif déchiré, oubli de pilule...).

## Comment ça marche ?

- Cette pilule retarde l'ovulation. Il faut savoir que les spermatozoïdes peuvent survivre jusqu'à 5 jours en attendant l'ovulation.
- Prenez-la dès que possible après le rapport, **idéalement dans les 12 heures**.
- Si vous vomissez dans les 3 heures, il faut prendre un autre comprimé.

## Efficacité de la pilule d'urgence

Plus elle est prise tôt, plus elle est efficace.



Au-delà de 5 jours, elle n'est plus efficace.

Elle ne protège pas contre les IST (Infections Sexuellement Transmissibles).

## Quel type de pilule choisir ?

- Levonorgestrel : à prendre dans les **3 jours** (72 heures suivant le rapport non protégé).
- Ulipristal acétate (EllaOne) : à prendre dans les **5 jours** (120 heures suivant le rapport non protégé).

## Que faire après la prise ?

- Utilisez des préservatifs jusqu'au retour des règles.
- Consultez un·e médecin si vous avez des doutes ou des symptômes inhabituels.
- Faites un test de grossesse si vos règles ont plus de 7 jours de retard.

## Où l'obtenir ?

- **En pharmacie** : Sans ordonnance et **GRATUITEMENT** (hors majoration de week-ends ou jours fériés).
- **Au Planning Familial** : Sans ordonnance et **GRATUITEMENT**, du lundi au vendredi, pendant les heures d'ouverture.

## Effets secondaires possibles

- Nausées
- Douleurs au ventre
- Légers saignements



Si vous avez un doute sur les IST (Infections Sexuellement Transmissibles), vous pouvez venir gratuitement vous faire tester au Planning Familial.