

Renseignement au sujet de Prionelle[®] et Prionelle 28[®]

Prionelle est une pilule contraceptive qui vous empêche de tomber enceinte, dans la mesure où vous l'utilisez de la façon adéquate. Il s'agit d'une pilule contraceptive dite combinée, ce qui signifie qu'elle contient deux types d'hormones : l'œstrogène (éthynyl estradiol) et la progestérone (lévonorgestrel). Vous devriez lire attentivement ce feuillet d'information avant de commencer à prendre Prionelle. Pour toute autre question, renseignez-vous auprès de votre sage-femme ou de votre gynécologue. Pour plus de renseignements, consultez la notice d'information destinée aux patientes contenue dans la boîte.

Votre cycle menstruel normal

Afin de comprendre le fonctionnement de Prionelle, il est également important que vous sachiez comment fonctionne votre cycle menstruel normal.

Une fois par mois, un ovule est relâché par l'un de vos ovaires. L'endomètre se prépare à recevoir l'ovule en se remplissant de sang et en devenant plus robuste afin d'offrir à celui-ci, s'il est fécondé, l'alimentation nécessaire pour qu'il se développe en fœtus. Si c'est le cas, aucun saignement ne se produit. Si, en revanche, l'ovule non fécondé, ainsi que l'endomètre, seront rejetés après 14 jours à l'intérieur de l'utérus. Le saignement qui suit s'appelle les règles. Des règles normales durent de 3 à 8 jours. Le cycle menstruel complet, du premier jour des règles au premier jour des règles suivantes, est habituellement de 28 jours, mais peut varier d'une femme à l'autre de 21 à 35 jours.

Comment fonctionne Prionelle ?

Prionelle combine plusieurs facteurs afin de prévenir une grossesse :

- L'ovulation ne se produit pas.
- L'endomètre reste petit et ne se gorge pas de sang, ce qui signifie qu'un ovule ne peut pas s'y fixer.
- Les sécrétions dans le col de l'utérus deviennent épaisses et difficiles à pénétrer pour le sperme.

Prionelle 21

Chaque plaquette contient 21 comprimés. Vous devez prendre la première pilule le premier jour de vos règles. Si vous suivez ce conseil, vous serez protégée d'une grossesse dès le tout premier jour.

Comment utiliser Prionelle 21 ?

Commencez avec le comprimé du jour actuel de la semaine. Par exemple, si vous commencez un mardi, choisissez un comprimé identifié par Ma. Suivez ensuite la direction des flèches et prenez une pilule chaque jour pendant 21 jours. Il est conseillé de prendre votre pilule chaque jour à heure régulière.

Après ces 21 jours, arrêtez de prendre votre pilule pendant 7 jours. Vous constaterez un saignement qui ressemble à des règles (saignement de retrait), 2 à 3 jours après avoir pris votre dernière pilule Prionelle. Vous êtes protégée d'une grossesse pendant toute la période d'interruption.

Vous commencez de nouveau au jour 8 avec une nouvelle plaquette. Vous devez prendre votre pilule même si vous constatez encore un écoulement sanguin. Vous commencez donc toujours une nouvelle plaquette le même jour de la semaine, votre saigne-

ment de retrait commencera donc aux alentours du même jour de chaque mois.

Voulez-vous retarder vos règles ?

Si c'est le cas, vous pouvez commencer une nouvelle plaquette immédiatement après avoir terminé l'ancienne. Vous n'aurez ainsi aucune pause. Continuez de prendre vos pilules contraceptives aussi longtemps que vous souhaitez empêcher vos règles. Si vous avez un doute, parlez-en à votre sage-femme.

Voulez-vous changer le jour du début de vos règles ?

Votre saignement de retrait commence approximativement le même jour toutes les 4 semaines. Si vous souhaitez changer le jour de début, vous pouvez raccourcir la période d'interruption. Par exemple, si vous commencez habituellement vos règles un vendredi, mais que vous souhaitez qu'elles commencent un mardi, vous pouvez raccourcir votre période d'interruption de 3 jours. Assurez-vous que votre pause ne dure jamais plus de 7 jours.

Prionelle 28

Chaque plaquette contient 28 comprimés. Les 21 premières pilules blanches (rangées 1 à 3) contiennent des hormones contrairement aux 7 pilules jaunes (rangée 4). Vous devez donc prendre une pilule chaque jour, à heure régulière, sans interruption.

Votre boîte de comprimés contient des étiquettes adhésives que vous pouvez coller sur le dessus de la plaquette pour identifier la première pilule avec le jour correspondant de la semaine. La première pilule de chaque rangée représente toujours le même jour de la semaine.

Comment utiliser Prionelle 28 ?

Vous devez prendre la première pilule le premier jour de vos règles. Si vous suivez ce conseil, vous serez protégée d'une grossesse dès le premier jour puisque vous commencez avec un comprimé contenant des hormones.

Suivez la direction des flèches jusqu'à ce que vous ayez fini la plaquette (les 28 pilules). Il est important de prendre d'abord les 21 pilules blanches, puis les pilules jaunes sans hormone pendant 7 jours. Pendant les 7 jours où vous prenez les comprimés sans hormone, vous constaterez un saignement qui ressemble à des règles (saignement de retrait), 2 à 3 jours après avoir pris votre dernière pilule blanche avec hormone.

Lorsque la plaquette est terminée, commencez immédiatement avec la première pilule de la première rangée de la nouvelle plaquette. Vous ne prenez ainsi aucune pause.

Voulez-vous retarder vos règles ?

Vous pouvez retarder vos règles en ne prenant pas les comprimés jaunes sans hormone. Vous commencerez ainsi immédiatement la première rangée d'une nouvelle plaquette dès que vous aurez terminé la dernière pilule de la troisième rangée de la plaquette précédente. Continuez de prendre vos pilules blanches avec hormones aussi longtemps que vous souhaitez empêcher vos règles. Si vous avez des doutes, parlez-en avec votre sage-femme.

Voulez-vous changer le jour du début de vos règles ?

Votre saignement de retrait commence approximativement le même jour toutes les 4 semaines. Si vous voulez changer le jour de début de vos règles, vous pouvez réduire le nombre de comprimés de la rangée 4 avant de commencer une nouvelle plaquette. Par exemple, si vos règles débutent habituellement un vendredi, mais que vous souhaitez qu'elles commencent un mardi, prenez votre nouvelle plaquette 3 jours plus tôt. Jetez les pilules excédentaires de la première plaquette. Si vous avez un doute, parlez-en à votre sage-femme.

Effets positifs de la pilule contraceptive

Lorsque vous utilisez une pilule contraceptive combinée, vos règles deviennent habituellement plus légères et moins douloureuses.

Les pilules contraceptives offrent aussi une certaine protection contre le cancer des ovaires et le cancer de la muqueuse utérine. Le risque d'inflammation dans les trompes de Fallope est aussi réduit.

Foire aux questions

Qu'est-ce qui arrive si j'oublie de prendre une pilule ?

Vous êtes toujours protégée d'une grossesse **si moins de 12 heures** se sont écoulées depuis le moment où vous deviez prendre votre pilule. Prenez la pilule dès que vous vous en rendez compte, puis ingérez la suivante au moment habituel.

L'effet de la pilule contraceptive peut être amoindri **si plus de 12 heures** se sont écoulées. L'efficacité de la protection dépendra du moment dans le mois (de la semaine) où vous avez oublié de prendre la pilule.

Le fait d'oublier l'une des pilules jaunes placebo de Prionelle 28 n'a pas de conséquence. Jetez simplement la pilule que vous avez oubliée.

Une pilule oubliée pendant la semaine 1

- Prenez la pilule oubliée.
- Utilisez une protection supplémentaire (préservatifs) pendant 7 jours.
- Continuez à prendre les pilules de la plaquette.
- Si vous avez eu des rapports la semaine précédente, contactez votre sage-femme ou médecin aussi rapidement que possible pour obtenir des conseils !

Une pilule oubliée pendant la semaine 2

- Prenez la pilule oubliée.
- Continuez à prendre les pilules de la plaquette.

Une pilule oubliée pendant la semaine 3

- Prenez la pilule oubliée.
- Continuez à prendre les pilules de la plaquette.

- Prionelle 21 : ne prenez pas de pause, continuez immédiatement avec une nouvelle plaquette.
- Prionelle 28 : ne prenez pas les 7 pilules sans hormone (placébo) de la rangée 4. Continuez immédiatement à la rangée 1 d'une nouvelle plaquette ;

ou procédez comme suit

Prionelle 21

- Arrêtez immédiatement d'utiliser la plaquette actuelle.
- Prenez une pause de moins de 7 jours (en ce compris le jour où vous avez oublié de prendre la pilule).
- Continuez avec une nouvelle plaquette.

Prionelle 28 :

- Arrêtez immédiatement de prendre les pilules de la rangée 3.
- Commencez à prendre les pilules sans hormone. Ne prenez pas de pilules sans hormone pendant plus de 7 jours (en ce compris le jour où vous avez oublié de prendre la pilule).
- Continuez avec la rangée 1 d'une nouvelle plaquette.

Que faire si j'ai oublié plus d'une pilule ?

Demandez conseil à votre sage-femme ou à votre médecin aussi rapidement que possible !

Que faire si j'ai des saignements irréguliers ?

De petits saignements peuvent se produire et sont très fréquents lorsque vous commencez à prendre la pilule contraceptive. Le risque de saignements irréguliers augmente si vous ne prenez pas vos pilules contraceptives de façon régulière. Si les saignements provoquent de l'inconfort ou s'ils surviennent seulement après quelques mois, contactez alors votre sage-femme ou votre médecin.

Que faire en cas de vomissement ou de diarrhée ?

Il est possible que votre corps n'ait pas été en mesure de bien absorber l'hormone en cas de vomissement ou de diarrhée sévère dans les 3 ou 4 heures après la prise de la pilule blanche. Après des vomissements ou un épisode de diarrhée, vous devez reprendre une pilule blanche d'une autre plaquette (plaquette de rechange) dès que possible. Si ce n'est pas possible, ou si 12 heures se sont écoulées par rapport à votre prise habituelle de pilule, suivez alors les instructions indiquées dans le paragraphe « Qu'est-ce qui arrive si j'oublie de prendre une pilule ».

Que faire si je prends d'autres médicaments ?

Informez toujours votre sage-femme ou votre médecin si vous prenez d'autres médicaments. La protection des pilules contraceptives peut être réduite lorsqu'elles sont combinées à d'autres médicaments, par exemple à certains antibiotiques, à certains médicaments contre l'épilepsie, à certains comprimés de charbon et à certains traitements naturels comprenant du millepertuis perforé.

Que faire si je veux devenir enceinte ?

Si vous souhaitez tomber enceinte, terminez la plaquette, mais n'en commencez pas une nouvelle. Pour la plupart des femmes, les règles reprendront immédiatement après avoir arrêté la prise de pilules contraceptives, mais une période plus longue peut aussi être à prévoir.

À quels effets secondaires dois-je m'attendre ?

Les effets secondaires habituels comprennent une sensibilité au niveau des seins, des nausées, des maux de tête, des saignements de retrait et des sautes d'humeur. Ces effets sont habituellement légers et disparaissent après quelques mois. Certains effets secondaires sont plus rares et plus graves, comme une augmentation des risques de caillots. Le risque de caillots augmente également si vous subissez une opération majeure ou si vous êtes alitée pour une longue période. Vous ne devriez pas prendre de pilules contraceptives dans ces situations.

À ne pas oublier !

Les pilules contraceptives ne protègent pas des maladies sexuellement transmissibles : vous devriez donc utiliser une protection supplémentaire, comme un préservatif, lorsque vous rencontrez un nouveau partenaire.

En cas d'effets indésirables, surtout s'ils sont graves ou prolongés, ou si votre état de santé se détériore et que vous pensez que Prionelle pourrait en être la cause, demandez conseil à une sage-femme ou à un médecin.

Contactez immédiatement un médecin si vous ressentez l'un des symptômes suivants :

- En cas d'enflure ou de douleur soudaine dans les mollets.
- Si la couleur de peau de vos jambes change, par ex. si elle devient pâle, rouge ou bleue.
- Si votre vision se détériore soudainement.
- Si vous souffrez de maux de tête (migraine) alors que vous n'en aviez jamais auparavant.
- Si vous ressentez une douleur à la poitrine ou présentez des difficultés respiratoires.
- Si vous ressentez une forte douleur à l'estomac
- Si vous ressentez des étourdissements ou des troubles de l'équilibre
- Si vous ressentez des démangeaisons intenses ou des rougeurs

Pour toute autre question, demandez conseil à votre sage-femme ou à votre médecin.

Pour plus de renseignements, consultez la notice d'information destinée aux patientes contenue dans la boîte.