

Pilule du lendemain

PUBLIÉ LE 05/01/2026

⚠ **Attention : cette contraception ne protège pas des infections sexuellement transmissibles.**

La pilule du lendemain est une méthode de contraception d'urgence destinée à éviter une grossesse non désirée après un rapport sexuel non protégé ou en cas d'échec d'un autre moyen contraceptif (préservatif déchiré, oubli de pilule contraceptive, etc.). Elle ne remplace pas une méthode contraceptive régulière et doit être utilisée de manière exceptionnelle. Elle ne protège pas contre les infections sexuellement transmsissibles (IST).

Il existe deux principales pilules du lendemain en France composées de :

- Lévonorgestrel, à prendre dans les 72 heures (3 jours) suivant le rapport non protégé. Son efficacité est maximale dans les 12 premières heures ;
- Acétate d'ulipristal, efficace jusqu'à 120 heures (5 jours) après le rapport. Son efficacité maximale est dans les 24 premières heures.

Ces pilules agissent principalement en retardant l'ovulation. C'est pour cette raison qu'elles doivent être prises le plus vite possible suivant le rapport à risque. Si l'ovulation a déjà eu lieu, elles ne pourront pas empêcher la survenue d'une grossesse. Ces pilules ne sont donc pas des méthodes à utiliser régulièrement car elles sont moins efficaces que les contraceptifs comme la pilule qui bloque l'ovulation.

En France, la pilule du lendemain est disponible sans prescription médicale en pharmacie et est remboursée à 100% par l'assurance maladie. Elle est aussi délivrée gratuitement pour les mineures et les majeures dans les centres de santé sexuelle, dans les CeGIDD (Centres gratuits d'information de dépistage et de diagnostic), par les infirmières scolaires des collèges et lycées et les centres de santé des universités.

Principaux risques et effets secondaires

Comme tout médicament, la pilule du lendemain peut entraîner des effets secondaires, mais ils sont généralement transitoires : nausées, vomissements, maux de tête, douleurs abdominales, modification des règles (saignements avant ou après les règles, déclenchement plus tôt ou tardif, règles plus abondantes).
La prise d'une contraception d'urgence peut aussi entraîner des douleurs dans les seins, des diarrhées ou des vertiges.

Contre-indications

Allergie à l'un des composés de la pilule du lendemain

Bon usage

Prenez la pilule du lendemain le plus tôt possible après le rapport sexuel à risque.
Si vous vomissez dans les trois heures suivant la prise du comprimé, prenez-en un autre immédiatement.

Interactions entre la contraception d'urgence à base d'ulipristal et la contraception hormonale classique

La pilule du lendemain à base d'ulipristal peut temporairement réduire l'efficacité de votre contraception habituelle si elle est à base d'hormone : pilule, patch contraceptif, anneau vaginal.

Si vous utilisez une contraception hormonale régulière (pilule, patch, anneau), vous pouvez continuer à l'utiliser comme d'habitude, mais l'utilisation d'un préservatif à chaque rapport est nécessaire jusqu'à vos prochaines règles afin d'éviter un risque de grossesse non désirée.

Ne prenez pas en même temps une autre pilule d'urgence contenant du lévonorgestrel : cela pourrait diminuer l'efficacité du traitement.

La contraception d'urgence ne protège pas d'une grossesse lors des futurs rapports sexuels.

Ceci est un médicament, si vous constatez des effets indésirables, parlez-en à votre médecin et faites une déclaration.