



MA PREMIERE CONTRACEPTION

BIOGARAN



LA CONTRACEPTION QU'EST CE QUE C'EST ?

Le terme « contraception » désigne l'ensemble des moyens employés pour provoquer une infécondité temporaire chez la femme ou chez l'homme afin d'éviter une grossesse.

La pilule est l'une des méthodes contraceptives. Il en existe de nombreuses autres, tels que le dispositif intra-utérin, le patch contraceptif, l'implant contraceptif, l'anneau vaginal, le diaphragme, la cape cervicale, le préservatif masculin ou féminin, les spermicides, les progestatifs injectables, ainsi que les méthodes de stérilisation à visée contraceptive.⁴

COMMENT CHOISIR SA CONTRACEPTION ?

Choisir une méthode de contraception adapté à son mode de vie, ses envies, son âge et sa santé est essentiel pour qu'elle soit efficace.

Les contraceptifs nécessitent une prescription et sont délivrés en pharmacie.⁵

Pour choisir la méthode la plus appropriée et obtenir une prescription, il est possible de consulter un médecin traitant, un gynécologue, une sage-femme ou un centre de santé sexuelle.⁶

QUELQUES CHIFFRES EN FRANCE :

- ▶ **17 ans** est l'âge moyen du premier rapport sexuel avec pénétration.¹
- ▶ **44,7 %** des jeunes filles ont bénéficié d'un schéma vaccinal complet contre les papillomavirus humains ²
- ▶ **34%** des femmes sous pilule disent ne jamais l'oublier.³



“QUELLE CONTRACEPTION ME CONVIENT LE MIEUX ?” Voici un outil qui vous proposera selon votre mode de vie et vos préférences les méthodes de contraception qui pourraient être adaptées pour vous.

Ces résultats peuvent être enregistrés afin de faciliter vos échanges lors de votre consultation de contraception.

➡ disponible sur <https://questionnaire.choisirsacontraception.fr>

LA CONTRACEPTION HORMONALE D'URGENCE⁶

Se présente sous la forme d'**1 comprimé**, à prendre le plus tôt après le rapport sexuel à risque. Si possible dans les **12 heures** après le rapport à risque. Et au plus tard dans les **3 à 5 jours** selon le médicament délivré.

Cette contraception d'urgence est délivrée gratuitement et sans avance de frais à toutes les femmes sans condition d'âge et sans prescription médicale en pharmacie d'officine. N'hésitez pas à questionner votre pharmacien. Il est là pour vous informer et vous conseiller en toute confidentialité.

L'utilisation de la contraception d'urgence doit rester exceptionnelle. En effet, elle n'est pas efficace à 100 % et ne peut pas remplacer une contraception régulière associée à un suivi médical.



Rappel : La contraception d'urgence ne remplace pas une contraception régulière

SE PROTÉGER, C'EST ESSENTIEL⁷

Si la contraception permet d'éviter une grossesse non désirée, elle ne protège pas toujours des infections sexuellement transmissibles (IST). Il est essentiel de bien comprendre le sujet pour adopter les bons gestes de prévention.

Les infections sexuellement transmissibles (IST), autrefois appelées maladies sexuellement transmissibles (MST), sont des infections pouvant être transmises lors des relations sexuelles, avec ou sans pénétration. Il existe plus d'une trentaine d'IST.

L'utilisation systématique du préservatif (masculin ou féminin) est le meilleur moyen de se protéger des IST. Toutefois, le préservatif peut être insuffisant pour éviter la transmission de certaines IST (herpès génital, infection à papillomavirus par exemple).



Découvrez la rubrique **Mon urgence pilule**

sur le site <https://biogaran.fr/nos-initiatives/mon-urgence-pilule>



PO-03924-03/26

Sources :

1-QuestionSexualité - Zoom sur les premières fois - Consulté le 21/02/2026 **2**-HAS - Élargissement de la cohorte de rattrapage de la vaccination contre les papillomavirus humains (HPV), chez les hommes et les femmes, jusqu'à 26 ans révolus - Novembre 2024. **3**-QuestionSexualité-Pouvez-vous tomber enceinte sous contraception-Consulté le 09/03/2026. **4**- Santé.gouv.fr- Les contraceptifs oraux - août 2024 - Consulté le 09/03/2026. **5**-ameli.fr-Contraception-Septembre2025-Consulté le 09/03/2026.**6**-ameli.fr-Contraception:Dispositifs et remboursements-Mars 2026-Consulté le 09/03/2026. **7**-ameli.fr-Maladies et infections sexuellement transmissibles-Janvier 2026-Consulté le 09/03/2026