CAMPUS ASTERA

en partenariat avec la Revue PHARMA

FICHE CONSEILS

CONTRACEPTION À L'OFFICINE : LES TENDANCES

Le pharmacien est souvent l'un des interlocuteurs principaux des patients pour parler contraception et éclaircir les doutes. L'arrivée de la pilule en France, il y a plus de 40 ans, a été une révolution, mais d'autres moyens ont été proposés depuis et les tendances en matière de contraception changent. Des évolutions que le pharmacien se doit d'accompagner.

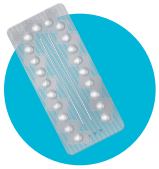
© AntonioGuillem - iStock.

01 Faire le point sur les tendances

- La pilule contraceptive reste le moyen de contraception le plus utilisé en France. Prise régulièrement, elle est efficace (à plus de 90 %). Comme tout médicament, elle présente des contre-indications et peut dans certains cas être associée à des effets indésirables.
- Elle connaît une baisse de popularité depuis 2012 du fait des débats sur les risques liés aux pilules de 3e et 4e générations. Aujourd'hui, plus d'un tiers des Françaises utilisent la pilule, alors qu'elles étaient 45 % en 2010.
- L'usage du dispositif intra-utérin (DIU), hormonaux ou au cuivre, est en augmentation avec plus de 30 % d'utilisatrices chez les 30-34 ans.
- Les méthodes "naturelles" retrouvent une place de choix dans l'arsenal contraceptif, avec une augmentation de 3,4 points entre 2010 et 2013.

Plus de 36 % des Françaises utilisent actuellement la pilule d'après Santé Publique France.

02 Accompagner la délivrance de la pilule avec des conseils pratiques



- Le rôle du pharmacien est crucial pour discuter et détecter d'éventuelles interactions médicamenteuses, rappeler les modalités de prise et la conduite à tenir en cas d'oubli.
- Rassurer sur les éventuels effets indésirables et répondre aux questions et ainsi assurer une meilleure observance.
- Connaître la différence entre œstrogènes et progestatifs : les œstrogènes ont une action antigonadotrope, ils empêchent l'ovulation en milieu de cycle. Les pilules progestatives (un seul progestatif, en quantité très faible) suppriment l'ovulation et/ou épaississent les sécrétions du col de l'utérus pour empêcher le passage des spermatozoïdes.
- Il peut aussi être utile d'insister sur le fait que la seule méthode efficace pour se protéger des IST reste le préservatif.

03 Dispenser la contraception d'urgence

- Dans les études, les Françaises disent souvent être mal informées sur la contraception d'urgence.
- Le pharmacien doit connaître les deux contraceptions hormonales d'urgence dispensées en pharmacie : le **lévonorgestrel**, à prendre le plus tôt possible et jusqu'à 72 h après un rapport non protégé, qui est en vente libre et gratuit pour les mineurs. Et **l'ulipristal acétate** sur prescription, pouvant être pris jusqu'à 5 jours après le rapport non protégé et remboursé à 65 %.
- Le pharmacien est en général le premier interlocuteur des personnes qui demandent une contraception d'urgence. Son rôle est primordial pour apporter des d'informations. La meilleure marche à suivre est de proposer un entretien en toute confidentialité pour conseiller au mieux la personne qui se présente : la questionner pour cerner le contexte et voir, en fonction du délai, si le lévonorgestrel est une option ou s'il faut orienter vers un médecin (éventuellement pour une contraception adaptée ensuite).
- Connaître et rappeler les précautions d'emploi du lévonorgestrel : l'utilisation est déconseillée chez les femmes présentant un risque de grossesse ectopique ou un antécédent personnel ou familial d'accident thromboembolique par exemple.

04 Informer sur les méthodes naturelles

- Du fait de leur popularité renaissante, les méthodes naturelles suscitent des questions auxquelles le pharmacien doit savoir répondre.
- Les méthodes naturelles se basent sur le retrait ou encore l'identification de la période de l'ovulation, de manière à éviter d'avoir des rapports sexuels pendant cette période (de plus en plus souvent en s'aidant d'applications mobiles pour faire les calculs).
- Il est utile de rappeler qu'elles sont moins fiables (efficacité autour de 75 %) que les autres moyens contraceptifs, tout en prenant bien le temps de discuter des bénéfices et inconvénients de ces derniers.

05 Informez-vous avec des ressources de qualité

- Baromètre 2016 de la contraception pour connaître les tendances récentes : **inpes.santepubliquefrance.fr/CFESBases/catalogue/pdf/1806.pdf**
- Rapport de la Haute autorité de santé : **www.has-sante.fr/portail/upload/docs/application/pdf/2014-03/fiche_memo_sur_la_contraception_en_officine_-_rapport_delaboration.pdf**
- Site du planning familial : **www.planning-familial.org/articles/presentation-du-planning-familial-0027**

QUIZ

01 Combien de temps DIU hormonal peut-il être gardé ?

A. 3 ans

B. 5 ans

C. 7 ans

02 Autre méthode hormonale commune, l'implant est utilisé par environ :

A. 4 % des femmes

B. 6 % des femmes

C. 8 % des femmes

03 Pour prévenir les grossesses, le préservatif masculin a une efficacité pratique de :

A. 80 %

B. 85 %

C. 90 %

04 Le taux d'infections à Chlamydia diagnostiqué en France est estimé environ à :

A. 200 cas pour 100 000 habitants

B. 350 cas pour 100 000 habitants

C. 490 cas pour 100 000 habitants

05 La pilule a été autorisée pour la première fois en France en :

A. 1963

B. 1967

C. 1970

RÉPONSES

01. Réponse B - **02.** Réponse A - **03.** Réponse B

04. Réponse C - **05.** Réponse B