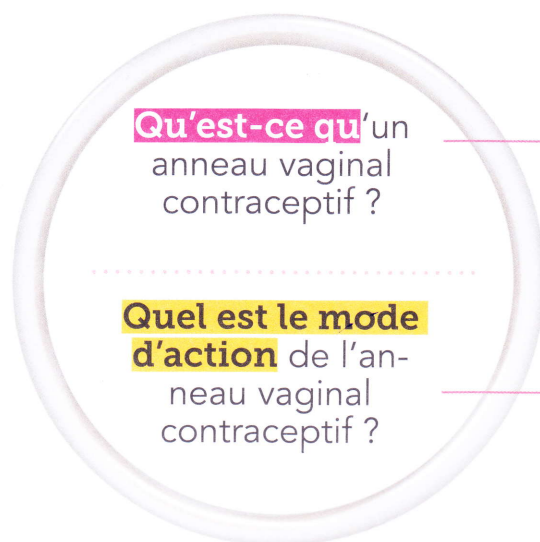


Anneau vaginal contraceptif

Comment utiliser l'anneau ?



Qu'est-ce qu'un anneau vaginal contraceptif ?

L'anneau vaginal contraceptif est **un petit anneau souple**, inséré dans le vagin et utilisé pour prévenir une grossesse.

Quel est le mode d'action de l'anneau vaginal contraceptif ?

Chaque anneau est inséré dans le vagin et, dès qu'il est en place, **libère en continu une faible quantité de deux hormones sexuelles**.

Comme les autres méthodes de contraception hormonale, l'anneau **empêche une grossesse en libérant deux hormones pour inhiber l'ovulation**.

Anneau vaginal contraceptif

Comment dois je utiliser l'anneau vaginal ?

Avant insertion de l'anneau...



- Vérifier que la date de péremption n'est pas dépassée.
- Lavez-vous les mains avant d'insérer ou retirer l'anneau.
- Choisissez la position qui vous paraît la plus confortable pour insérer l'anneau, debout avec une jambe levée, accroupie ou allongée.

Sortez l'anneau de son sachet



- Tenez l'anneau entre le pouce et l'index, pincez les deux côtés opposés de l'anneau et insérez-le dans le vagin.

Quand vous insérez l'anneau...



- L'anneau peut se trouver dans différentes positions dans le vagin. La position exacte de l'anneau dans le vagin n'a pas d'importance.
- Quand l'anneau est en place, vous ne devez rien sentir. Si vous ressentez une gêne, poussez doucement l'anneau plus profondément dans le vagin.

Après 3 semaines...



- Retirez l'anneau du vagin. Vous pouvez pour cela passer votre index dans l'anneau ou le saisir entre l'index et le majeur et le tirer hors du vagin.
- Jetez l'anneau usagé avec les déchets ménagers normaux, de préférence dans son sachet. Ne jeter pas l'anneau dans les toilettes.

Anneau vaginal contraceptif

Questions fréquentes



Est ce que je suis protégée le mois entier ?

S'il est utilisé correctement, l'anneau vous protégera **durant 1 mois entier**, y compris pendant l'intervalle d'une semaine sans anneau.

Quand mettre en place le premier anneau ?



Le début de l'utilisation de l'anneau dépend de **votre méthode de contraception en cours**. Vous trouverez toutes les informations utiles dans la **Notice** : Information de l'utilisatrice.

Comment dois je conserver l'anneau ?



Ce médicament ne nécessite **pas** de précautions particulières de conservation concernant la température.*

Que dois je faire si je sens une gêne avec l'anneau ?



Si vous ressentez une gêne, **poussez doucement l'anneau plus profondément dans le vagin**.

Que faire si l'anneau est accidentellement expulsé du vagin ?



Vous pouvez rincer l'anneau à l'eau froide ou tiède (n'utilisez pas d'eau chaude) et le réinsérer. Si l'anneau est hors du vagin plus de 3 heures, l'efficacité contraceptive peut être réduite en fonction de la semaine en cours, vous trouverez toutes les informations utiles dans la **Notice** : Information de l'utilisatrice.



Est ce que je peux changer le premier jour de mes règles ?

Si vous voulez changer le jour de survenue de vos règles, vous pouvez **réduire l'intervalle sans anneau** d'autant de jours que vous le souhaitez.



Est ce que je peux utiliser des tampons ?

Vous pouvez utiliser des tampons en même temps que l'anneau. Vous devez surtout faire attention lorsque vous retirez le tampon à ne pas enlever accidentellement l'anneau. Si l'anneau est expulsé du vagin, rincez-le simplement à l'eau froide voire à l'eau tiède et réinsérer le immédiatement.

Est ce que je peux retarder la survenue de mes règles ?



Vous pouvez retarder vos règles en **insérant un nouvel anneau** immédiatement après avoir retiré l'anneau actuel, **sans intervalle sans anneau**. Vous pouvez laisser le nouvel anneau en place à nouveau pendant maximum 3 semaines.



Que se passe t'il si j'oublie de retirer l'anneau après la 3ème semaine ?

Si l'anneau a été laissé en place entre 3 et 4 semaines, vous **serez encore protégée d'une grossesse**. Respectez l'intervalle d'une semaine sans anneau puis insérez un nouvel anneau.

Est ce que je peux utiliser des spermicides ou des antimycosiques ?



L'utilisation de spermicides ou d'antimycosiques par voie vaginale ne réduit pas l'efficacité contraceptive de l'anneau.