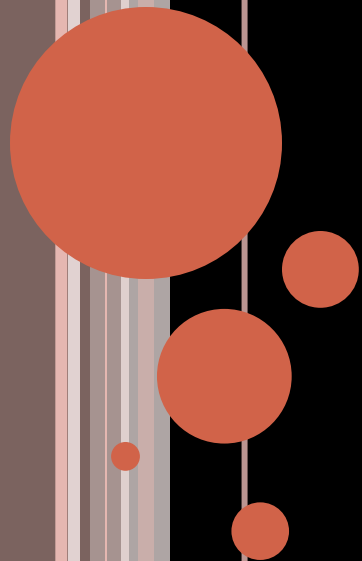


# PICKPILL

une application smartphone  
au service des patientes  
et des médecins



# INTRODUCTION :

## LES ÉCHECS DE CONTRACEPTION

### ○ INADEQUATION entre

- Méthodes contraceptives prescrites
- Conditions de vie au quotidien

### ○ INSUFFISANCE d'explications

- Modalités de prise
- Conduite à tenir en cas d'oubli

⇒ Guide pour utilisation optimale du traitement

⇒ Démarche claire et consensuelle en cas d'oubli

# INTRODUCTION :

## L'OUTIL NUMÉRIQUE MOBILE

### ○ Un outil ancré dans le quotidien

- Smartphones : 23,8 millions (+40 % en un an) soit 46,6 % des Français
- Applications 2013 : 900 000 (Apple®) >1 000 000 (Android®)
  - 102 milliards d'applications téléchargées en 2013 (+ 62 % en un an)
  - «forme et santé» : 60 000 applications mobiles

### ○ Un outil efficace

- Dispositif électronique sonnant à l'heure de prise  
⇒ Diminution des oublis de pilule
- Réception quotidienne de SMS d'information  
⇒ Amélioration de la poursuite de la contraception orale

# PLAN

- INTRODUCTION
- SIMULATION DU LOGICIEL PICKPILL
- INTERET POUR LE MEDECIN GENERALISTE
- CONCLUSION

Je cherche ma pilule

- Adepal  
Lévonorgestrel/éthinyloestradiol >
- Amarance  
Lévonorgestrel/éthinyloestradiol >
- Antigone  
Désogestrel >
- Belanette  
Drospirénone/éthinyloestradiol >
- Belara  
Chlormadinone /éthinyloestradiol >
- Carlin  
Gestodène/éthinyloestradiol >
- Cerazette (Ma pilule)  
Désogestrel >
- Cilest  
Norgestimate/éthinyloestradiol >
- Clareal  
Désogestrel >
- Convuline  
Drospirénone/éthinyloestradiol >
- Daily Gé  
Lévonorgestrel/éthinyloestradiol >
- Desobel  
Désogestrel/éthinyloestradiol >
- Drospibel  
Drospirénone/éthinyloestradiol >
- Drospirénone Ethinyloestradiol  
Drospirénone/éthinyloestradiol >
- Drospirénone Ethinyloestradiol Continu  
Drospirénone/éthinyloestradiol >
- Désogestrel  
Désogestrel >



Je prends  
**LEELOO**

Nom dci : Lévonorgestrel/éthinyloestradiol  
Pilules actives : 21 (blanc)



 **REGLAGES**

Je prends ma pilule à :

 :  

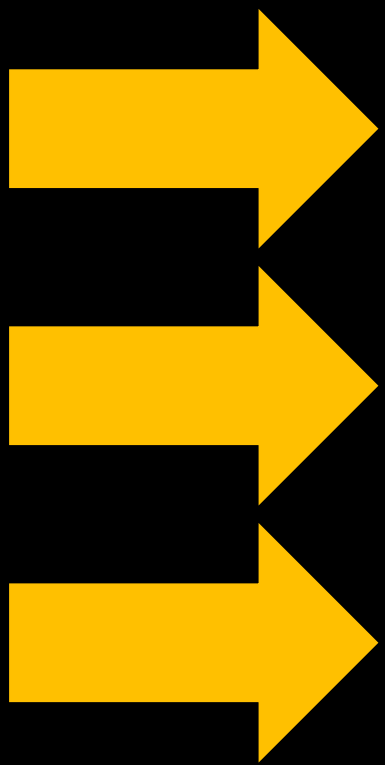
Combien de comprimés ai-je déjà pris sur la plaquette en cours ?

J'ai déjà pris   comprimé(s).

Je peux choisir le titre pour la notification...

...et/ou un message discret qui s'affichera



a z e r t y u i o p  
q s d f g h j k l m  
↑ w x c v b n ' ↵  
7123 @ , \_ . ↵

# NOTIFICATION

## PRISE DE PILULE

Il est l'heure de prendre ma pilule.

Je valide la prise d'un nouveau comprimé



Si j'ai déjà pris ma pilule manuellement aujourd'hui, j'annule ma prise automatique en cliquant sur le bouton suivant.






Ma pilule ne correspond pas au dessin

J'ai plus de comprimés sur ma plaquette

J'ai moins de comprimés sur ma plaquette

J'en ai sûrement oublié un, je bascule en mode oubli.



Ma pilule ne correspond pas au dessin

J'ai plus de comprimés sur ma plaquette

J'ai moins de comprimés sur ma plaquette

J'en ai probablement pris 2 le même jour, ce n'est pas grave. Il faudra juste avancer la date de reprise de la nouvelle plaquette pour ne pas faire un arrêt plus long que prévu







## JE SUIS MALADE

J'ai vomi/eu la diarrhée plus de 4 heures après la prise soit après 12:00

J'ai vomi/eu la diarrhée dans les 4 heures après la prise soit entre 8:00 et 12:00

Je suis malade avec ou sans fièvre je ne vomis pas/n'ai pas de diarrhée

## AUCUN RISQUE

La sécurité contraceptive est garantie même si je suis fiévreuse.



J'ai vomi/eu la diarrhée dans les 4 heures après la prise soit entre 8:00 et 12:00

Je suis malade avec ou sans fièvre mais je ne vomis pas/n'ai pas de diarrhée

## ATTENTION...

Je dois reprendre une pilule car mon organisme ne l'a peut-être pas entièrement absorbée. J'accède à ma plaquette pour prendre une nouvelle pilule.



Si je ne peux pas prendre une autre pilule avant 20:00 (le 18/1), je bascule en mode oubli car je dépasse la période de sécurité.



## Ma pilule peut être inefficace si je prends l'un des médicaments suivants :

-Des médicaments antiépileptiques	(phénobarbital, Aparoxal®, Gardenal®, Alepsal®, phénytoïne, Di-Hydan®, primidone, Mysoline®, carbamazépine, Tegretol®, topiramate, Epitomax®...)
-Des antituberculeux	(rifampicine, Rifadine®, Rifinah®, Rifater®, Rimactan®, isoniazide, rifabutine, Ansatipine®)
-les anti-rétroviraux	(Ritonavir, Norvir®, Kaletra®, Nelfinavir, Viracept®, Efavirenz, Sustiva®, Atripla®, Nevirapine, Viramune®, Lopinavir)
-Un antimigraineux	(dihydroergotamine)
-Un psychostimulant	(modafinil, Modiodal®)
-Un antifongique	(griséofulvine, Griséfuline®)
-Un médicament à base de charbon	(Carbolevure®, Carbosylane®, Carbosymag®, Carbophos®, Charbon de belloc®)
-Un antidépresseur	(millepertuis, Euphypertuis®, Mildac®, Prosoft®)
-Un anti hypertenseur pulmonaire	(bosentan, Tracleer®)

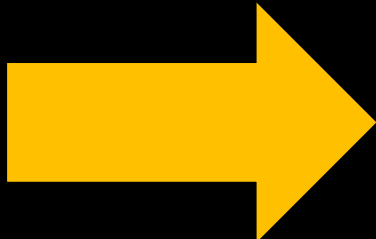
Tous les autres traitements sont sans effet sur ma pilule.

Si je prends un de ces médicaments, ma pilule n'est pas entièrement efficace. *Clair*





Choisissez le fuseau horaire de votre destination.

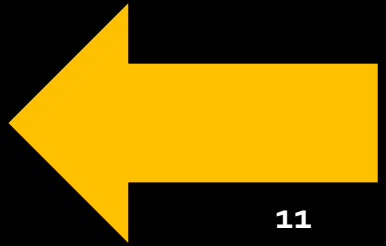


Votre heure de prise actuelle est 08:00

Si mon téléphone se règle sur l'heure locale, je n'ai rien à changer

Si mon téléphone ne change pas automatiquement d'heure, je prendrai ma pilule à 02:00 (heure locale)

Si la nouvelle heure de prise est inconvenante, je la change en cliquant sur le bouton de paramétrage.





# DECALAGE

Je peux décaler mon heure de prise

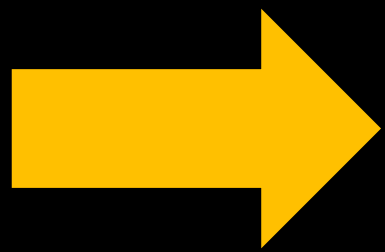
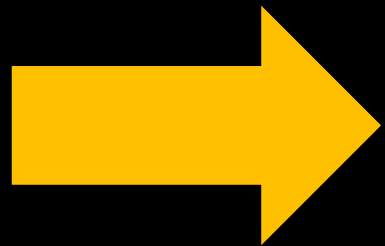
15 : 0

Les horaires proposés tiennent compte de ma dernière prise de pilule pour ne pas que l'intervalle entre deux prises soit un risque.

Je souhaite avancer mes prochaines règles ou les supprimer

Je peux décaler ou supprimer ma période de pause ou placebo en choisissant sa durée :

4 jour(s)



# JE PRENDS...

Etape 1/6

Le comprimé oublié n'est pas un Placebo.

Dans un premier temps, je prends immédiatement le dernier des comprimés oubliés.



# JE POURSUIS...

Etape 2/6

Je poursuis la plaquette à l'heure habituelle (2 comprimés peuvent être pris le même jour).

Le comprimé que je viens d'oublier est dans la partie à risque des 7 derniers comprimés actifs.

Je ne ferai pas de pause après ma plaquette et j'enchaîne directement avec la plaquette suivante. Je n'aurai peut-être pas de règles sur ce cycle

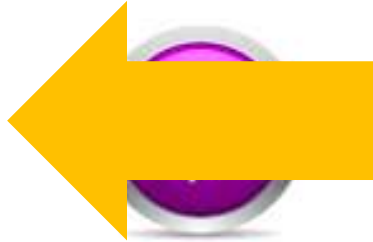
Je n'ai aucune manipulation supplémentaire à faire pour programmer la nouvelle date de début de la plaquette



# AI-JE EU...

Etape 3/6

Ai-je eu un rapport sexuel dans les 5 jours précédant l'oubli?



# MODE OUBLI

Etape 3/6

Il n'y a aucun risque. Je prend immédiatement le comprimé oublié et je poursuis ma plaquette à l'heure habituelle. Je reste protégée



# AI-JE EU...

Etape 3/6

Ai-je eu un rapport sexuel dans les 5 jours précédant l'oubli?



# MODE OUBLI

Etape 4/6

Il y a un risque de grossesse, je choisis la date de mon dernier rapport...

07/11/2013

J'utilise le mode rapide

le plus

Mar	Mer	Jeu	Ven	Sam	Dim	Lun
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

res (pharmacie, centre familiale ou infirmière

- Non r ou remboursée à 65% avec ordonnance pour les majeures



Attention, mes règles peuvent survenir avec quelques jours d'avance ou de retard

Sinon je peux me faire utiliser un dispositif intra-utérin prescrit et posé par un médecin ou une sage-femme (remboursé)



# MODE OUBLI

Etape 4/6

Il y a un risque de grossesse, je choisis la date de mon dernier rapport...

07/11/2013

J'utilise la contraception d'urgence suivante le plus rapidement possible :

## NORLEVO (levonorgestrel)

- Gratuite, anonyme pour les mineures (pharmacie, centre de planification et d'éducation familiale ou infirmière scolaire)
- Non remboursée sans ordonnance ou remboursée à 65% avec ordonnance pour les majeures



Attention, mes règles peuvent survenir avec quelques jours d'avance ou de retard

Sinon je peux me faire utiliser un dispositif intra-utérin prescrit et posé par un médecin ou une sage-femme (remboursé)



# MODE OUBLI

Etape 4/6

Il y a un risque de grossesse, je choisis la date de mon dernier rapport...

04/11/2013

J'utilise la contraception d'urgence suivante le plus rapidement possible :

## EllaOne (ulipristal acétate)

- Remboursée, uniquement sur ordonnance



Attention, mes règles peuvent survenir avec quelques jours d'avance ou de retard

Sinon je peux me faire utiliser un dispositif intra-utérin prescrit et posé par un médecin ou une sage-femme (remboursé)





# MODE OUBLI

Etape 5/6

Pendant les 7 jours après l'oubli, j'utilise en même temps une seconde méthode non hormonale (par ex : préservatifs) le temps que ma pilule refonctionne parfaitement.



# MODE OUBLI

Etape 6/6

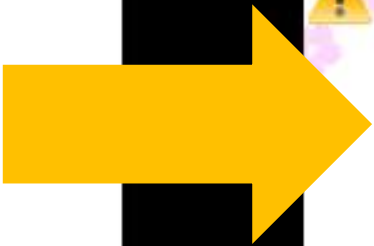
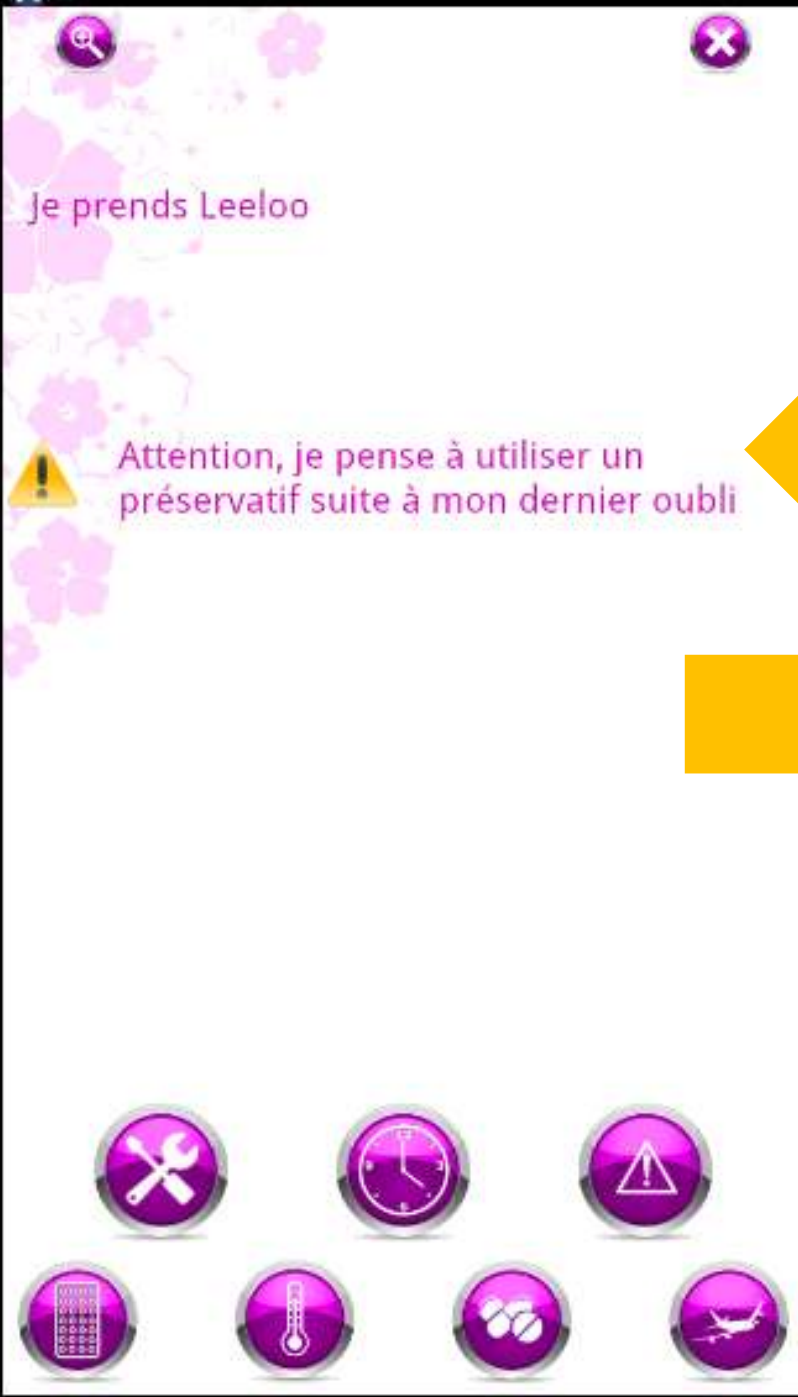
En cas d'inquiétude, d'absence de règles ou de règles anormales (trop courtes, trop longues...), je fais un test de grossesse 3 semaines après la date de l'oubli.

Pour toutes questions ou interrogations supplémentaires, je contacte mon médecin habituel rapidement.

Je peux aussi téléphoner anonymement au Fil Santé Jeunes au 32 34 (gratuit depuis un poste fixe) ou 01 44 93 30 74 (appel non surtaxé) ou prendre contact au Centre de Planification Familiale.

[Planification familiale](#)





# PLAN

- INTRODUCTION
- SIMULATION DU LOGICIEL PICKPILL
- INTERET POUR LE MEDECIN GENERALISTE
- CONCLUSION

# SUPPORTS ÉCRITS D'INFORMATION

- Remis en consultation
  - 20% des premières prescriptions (60% information orale, 20% support visuel)
  - 8% des renouvellements
- Praticiens non convaincus par l'efficacité
- Hausse du niveau de connaissances des patientes
- Inconvénients : encombrement, perte possible, rigidité temporelle et absence d'adaptabilité

# CONNAISSANCES DES PATIENTES

## ○ Autoévaluation positive ... à tort

- Importante disparité entre la perception de connaissances et les connaissances réelles

## ○ Lacunes très importantes

- Connaissances de toutes les règles de l'HAS : 2%, 6.5% ou 20% des femmes sous pilule
- « règle des sept jours » : méconnue à 79.7%
- Vomissements : conduite à tenir méconnue à 56,4%
- Contraception d'urgence : Délai inconnu à 38,1%, caractère remboursable inconnu à 57,3%

# CONDUITE TENUE APRÈS L'OUBLI

- Différente des recommandations connues par les patientes : 54,2%
- Différente des recommandations consultées juste avant (« [www.g-oubliepilule.com](http://www.g-oubliepilule.com) ») :
  - 60% : non utilisation du préservatif
  - 85,6% : non utilisation de pilule du lendemain
  - 66% : pas d'enchaînement des plaquettes

# CONCLUSION

- Exploiter tout le potentiel de la pilule
  - Accès quotidien dynamique et interactif aux recommandations scientifiques
- Adapter le traitement contraceptif à la patiente et ses conditions de vie
  - Enthousiasme des patientes

A decorative vertical bar on the left side of the slide, featuring a gradient from dark grey to light grey. Several orange circles of varying sizes are arranged vertically along this bar. The largest circle is at the top, followed by a smaller one, then a medium-sized one containing the number 24, and two more smaller circles at the bottom.

**MERCI**

**QUESTIONS....**

24