

## **RECOMMANDATIONS APRÈS LA POSE D'UN STÉRILET**

Vous venez de vous faire poser un stérilet. Il est préférable que vous restiez 15 minutes dans la salle d'attente immédiatement après la pose.

Il est normal de ressentir des crampes dans le bas-ventre après la pose d'un stérilet. Ces symptômes devraient diminuer progressivement dans les prochains jours. Pour vous soulager :

- Si cela n'est pas contre-indiqué pour vous, prenez un anti-inflammatoire non stéroïdien (AINS), type Ibuprofen 200mg 2 comprimés aux 4 à 6 heures.
- Si les AINS sont contre-indiqués pour vous, prenez de l'acétaminophen 500 mg, 1 à 2 comprimés aux 4 à 6 heures.

**RIEN DANS LE VAGIN PENDANT LES 24 HEURES QUI SUIVENT LA POSE DU STÉRILET :** pas de tampons, pas de coupe menstruelle, pas de crème ou d'ovule vaginal, pas de doigt, pas de pénis... RIEN.

**POURSUIVEZ VOTRE MÉTHODE CONTRACEPTIVE PRÉALABLE PENDANT 7 JOURS APRÈS LA POSE DU STÉRILET.** Utilisez le condom à chaque relation sexuelle jusqu'à la visite de contrôle.

**UNE VISITE DE CONTRÔLE EST RECOMMANDÉE DANS 4 À 6 SEMAINES.** Un examen gynécologique sera fait pour s'assurer que le stérilet est en place et que tout va bien.

### **PERTE DU STÉRILET :**

Il est possible que vous perdiez le stérilet. Ceci peut arriver durant les premières semaines qui suivent la pose. La perte du stérilet peut ne pas être ressentie ou alors, il se peut que :

- vous ayez des crampes inhabituelles dans le bas-ventre,
- vous sentiez un petit bout dur (extrémité du stérilet) au col de votre utérus.

Si c'est le cas, prenez un rendez-vous à la clinique et utilisez un condom à chaque relation sexuelle jusqu'à ce que vous soyez examinée.

### **INFECTION :**

L'infection est rare mais elle doit être traitée sans délai. Si vous présentez les symptômes suivants :

- des douleurs dans le bas-ventre qui augmentent
- des douleurs nouvelles dans le bas-ventre lors des relations sexuelles
- des pertes vaginales anormales
- de la fièvre

Consultez la clinique ou l'urgence le plus rapidement possible.

N'oubliez pas de vous protéger contre les infections transmissibles sexuellement.

Le stérilet est une méthode efficace et sécuritaire. Pour plus d'informations, consultez les sites Internet suivants :

[www.masexualite.ca](http://www.masexualite.ca) – section Contraception et Jeux et applications