



Consignes avant l'insertion d'un stérilet

Voici les informations à connaître avant votre rendez-vous pour la pose de votre stérilet.

Vous devez :

- Arriver à la clinique 10 minutes avant l'heure de votre rendez-vous.
- Apporter votre stérilet ainsi qu'une serviette hygiénique.

Si vous avez choisi un stérilet de cuivre (sans hormone), vous pouvez acheter le *Mona-Lisa*^{MD} à la clinique, au coût de 60 \$.

L'insertion du stérilet peut causer des douleurs qui ressemblent à des crampes menstruelles. Il est fortement recommandé de prendre 3 comprimés de 200 mg d'ibuprofène (*Motrin*^{MD} ou *Advil*^{MD}) 30 minutes avant le rendez-vous. Si l'ibuprofène est contre-indiqué pour vous, vous pouvez le remplacer par 2 comprimés de 500 mg d'acétaminophène (*Atasol*^{MD} ou *Tylenol*^{MD}).

Dans le mois qui précède le rendez-vous, vous devez avoir utilisé une méthode de contraception efficace et cela jusqu'au jour de la pose.

Les méthodes efficaces sont :

- Pilule, timbre ou anneau contraceptif, pris tel que recommandé.
- Injection de *Dépo-provéra*^{MD}, dans les 3 mois qui précèdent le rendez-vous.
- Utilisation du condom à chaque pénétration.
- Absence de relation sexuelle.
- Stérilet.
- Implant contraceptif.

S'il y a un risque de grossesse, la pose du stérilet pourrait être reportée.

Si vous remplacez un stérilet de cuivre par un stérilet avec hormone (*Kyleena*^{MD} ou *Mirena*^{MD}), utilisez un condom pour toutes les relations sexuelles 7 jours avant le rendez-vous.

Il est important de nous aviser le plus tôt possible si vous ne pouvez pas vous présenter à votre rendez-vous.

POUR NOUS JOINDRE : 418 525-4397

Clinique de planification des naissances du CHU de Québec-Université Laval
10, rue de l'Espinay, local C3-644
Québec (Québec) G1L 3L5

