



## Recommandations après la pose d'un stérilet



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, vous pouvez prendre un anti-inflammatoire, type ibuprofène (*Motrin<sup>MD</sup>* ou *Advil<sup>MD</sup>*) 200 mg, 2 comprimés aux 4 à 6 heures. Si l'ibuprofène est contre-indiqué pour vous, prenez de l'acétaminophène (*Atasol<sup>MD</sup>* ou *Tylenol<sup>MD</sup>*) 500 mg, 2 comprimés aux 4 à 6 heures.

Il se peut que vous ayez des saignements légers pendant les 3 premiers mois.

Les stérilets de cuivre (*Mona-Lisa<sup>MD</sup>*, *Flexi-T<sup>MD</sup>*, *Liberty<sup>MD</sup>*) sont efficaces immédiatement. Les stérilets avec hormone (*Kyleena<sup>MD</sup>* ou *Mirena<sup>MD</sup>*) nécessitent une méthode de contraception efficace pendant 7 jours suivant la pose.

## Il est important de consulter dans les situations suivantes :

- Vous pensez être enceinte.
- Vous avez des douleurs dans le bas-ventre qui augmentent.
- Vous avez des pertes vaginales anormales.
- Vous avez de nouvelles douleurs lors des relations sexuelles.
- Vous avez des saignements que vous jugez anormaux.
- Vous avez peur que votre stérilet soit déplacé ou expulsé. Dans ce cas, utilisez le **CONDOM** à chaque relation sexuelle jusqu'à ce que vous ayez rencontré un médecin pour un examen.

Une visite de contrôle sera requise seulement si le médecin la recommande après l'insertion.

Il est important de vous protéger contre les infections transmises sexuellement.

---

Le stérilet est une méthode de contraception très efficace et sécuritaire. Pour plus d'information, consultez les sites internet suivants :

[www.masexualite.ca](http://www.masexualite.ca)  
[www.planningchrr.com](http://www.planningchrr.com)



**POUR TOUTE INFORMATION : INFO-SANTÉ 811**

---

**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