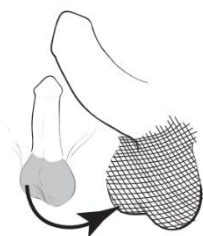


Conseils et planification avant la vasectomie

Une semaine avant la vasectomie

- Éviter de fumer;
- Éviter l'alcool;
- Éviter la prise de médicament qui pourrait éclaircir le sang (anti inflammatoire et aspirine ou des médicaments en vente libre qui pourrait en contenir).
- **Planifier votre convalescence** (famille, travail, loisirs) :
2 jours de repos, 1 semaine relaxe sans effort physique et 2 semaines sans sport de contact;
- Ayez des sous-vêtements avec un **bon soutien** du sac (scrotum) ou vous procurer un support athlétique non rigide (support scrotal) qui peut être porté par-dessus les sous-vêtements habituels.
Portez ce type de soutien pour les 7-10 jours suivants;
- Planifier être accompagné. Même si vous pouvez conduire, avoir un chauffeur est plus sécuritaire.



La veille

Rasage du scrotum ou **poils coupé très court** (1 mm).

Le jour de la vasectomie

Lavez les organes génitaux normalement comme à votre habitude.

Porter des sous-vêtements avec un bon soutien.

Déjeuner normalement.

Si vous êtes nerveux vous pouvez prendre 2 comprimés de Gravol 50mg pour son effet anxiolytique. Ne pas conduire sous l'effet de cette médication. Vous pouvez aussi demander une médication disponible sur place (comprimé d'ativan).
Prévoir arriver 30 min plus tôt en le mentionnant dès votre arrivée.

Immédiatement après la vasectomie

Allez directement chez vous restez allongé les 6 prochaines heures

Profitez bien de ce temps pour vous avec la glace à proximité.

En respectant ces consignes vous réduirez les délais de guérison, diminuerez l'inflammation, les inconforts, le risque d'infection et de saignement.

Vous pourrez profiter plus rapidement d'un retour à toutes vos activités.

Nous vous invitons à consulter la section de QUESTION de notre site web pour en en savoir plus.