

# Esterilè ki gen òmòn



## Sa pou espere pandan kèk premye mwa:

Pandan kò ou ap vin abitye avèk yon esterilè ki gen òmòn, li nòmal pou gen:

- **Senyman** – ou ka ap senyen menm lè ou pa gen yon règ pandan kèk premye mwa apre ou resevwa yon esterilè. Senyman sa a kapab anpil, tankou yon règ oswa li kapab lejè anpil. Sa ap vin pi bon apre yon peryòd tan.

**Sa ou kapab fè:** toujou gen sèvyèt ijyenik nan valiz ou. Se yon bon lide pou gen bagay sa yo pou sizoka ou gen senyman lè ou pa espere sa.

- **Lakranp** – ou ka gen lakranp pandan kèk premye mwa apre ou resevwa yon esterilè. Sa ap vin pi bon apre yon peryòd tan.

**Sa ou kapab fè:** pran medikaman pou doulè tankou Motrin oswa Advil, oswa kouche avèk twal oswa yon tanpon cho sou lestomak ou.

- **Doulè pandan w ap fè bagay oswa apre** – ou ka santi doulè pandan oswa apre ou fè bagay apre ou resevwa yon esterilè. Sa ap vin pi bon apre yon peryòd tan.

**Sa ou kapab fè:** chanje pozisyon pandan w ap fè bagay.

- **Lòt chanjman yo** – ou ka remake chanjman nan imè ou oswa nan fason ou santi kò ou. Kò ou ap vin abitye avèk òmòn ki nan esterilè ou. Sa ap vin pi bon apre yon peryòd tan.

**Sa ou kapab fè:** Rete tann 3-6 mwa pou santi ou pi bye. Pifò moun remake chanjman sa yo mwens apre yon peryòd tan.

## Pandan ou gen yon esterilè ki gen òmòn:

- **Règ ou ka pi lejè, mwen regilye oswa li ka sispann** – pifò moun ki itilize esterilè ki gen òmòn gen règ ki pi kout oswa pi lejè. Règ ou yo ka vin mwen regilye tou. Apre yon ane itilizasyon esterilè ki gen òmòn, anpil moun sispann gen règ yo nèt.
- **TCHEKE FIL OU YO YON FWA CHAK MWA** – de fil tache nan anba esterilè ou. Ou kapab santi fil sa yo depi ou antre dwèt ou lwen andedan vajen ou.
- **Si ou pa kapab santi fil yo avèk dwèt ou** – pa gen pwoblèm si ou pa kapab santi fil yo

pandan kèk jou. Pafwa yo difisil pou pou santi yo paske yo lwen andedan vajen an. Eseye akoupi oswa mande yon patnè pou ede ou.

- **Si patnè ou santi yo pandan w ap fè bagay** – pifò patnè ap santi fil yo mwens apre yon peryòd tan. Oumenm oswa patnè ou kapab pouse fil yo pi lwen dèyè avèk dwèt ou oswa eseye chanje pozisyon pandan w ap fè bagay.

## Ou ta swe rele doktè ou si ou:

- **Pa kapab santi fil yo pandan plis pase yonsemèn** – pafwa ou p ap kapab santi fil ou yo avèk dwèt ou paske yo kapab pouse dèyè matris la (ki chita dèyè vajen an). Sa nòmal, men si yon semèn pase epi ou toujou pa kapab santi fil yo, rele doktè ou.
- **Santi pwent plastic esterilè a** – sa vle di esterilè a kòmanse ap soti epi li pa travay byen pou anpeche ou vin ansent. W ap bezwen ale nan klinik doktè ou pou li kapab fikse esterilè ad. Itilizwe yon metòd sekou, tankou kapòt, epi pran yon randevou avèk doktè ou san pèdi tan.
- **Si ou gen dechaj vajinal ki bay move odè** – Li nòmal pou dechaj vajinal chanje apre ou resevwa yon esterilè, men si dechaj la santi move oswa si li gen koulè jòn vèt, si li gliyan oswa si ou santi li ba ou demanjezon, rele doktè ou. Sa ka vle di ou gen yon enfeksyon.
- **Si ou gen lakranp oswa doulè ki move anpil epi ki pa ale avèk medikaman** – ili nòmal pou gen lakranp pandan kèk mwa apre ou resevwa yon esterilè, men si doulè a di anpil oswa si li pa ale avèk medikaman, rele doktè ou.

## Pou kisa ou ta dwe toujou sévi ak kapòt:

- Esterilè se youn nan pi bon fason pou evite gwosès, men li pa pwoteje ou kont enfeksyon moun pran nan relasyon seksyèl (sexually transmitted infections, STI). Li enpòtan pou kontinye sèvi ak kapòt menm apre ou gen yon esterilè. Li enpòtan tou pou asire oumenm mak patnè ou teste sou van pou STI yo.
- Itilizasyon kapòt fé esterilè ou menm pi bon nan anpeche ou vin ansent!

**Pale ak edikatè CHN ou si ou gen plis kesyon!**