

POST-VASECTOMY INSTRUCTIONS

1. After surgery, go home and rest for the remainder of the day. Lie on a couch, in a reclining chair or in bed. Do not let children jump on you while resting. Get up only to eat and use the bathroom. Do not lift anything heavier than a sack of groceries (about 10 lbs.) for three days after surgery, and keep activities light during these days. You may return to non-strenuous work and other normal physical activities in 2 days; wait 3 days for strenuous jobs or aggressive sports activities.
2. Wear scrotal support (such as a jock strap) with the gauze in place for 48 hours while awake and asleep. You may pull it down to use the bathroom, but put the gauze back in place afterwards. After that, wear it when you are up and about for 2 days, and for 7 days during sports.
3. The first time you urinate, your urine might be cloudy and possibly a little pink. This is normal.
4. Some minor pain may begin four to six hours after surgery when the anesthetic wears off. You can take over-the-counter acetaminophen (Tylenol) 650 mg. Take the additional pain medicine only as needed: Percocet (oxycodone and acetaminophen) OR Tylenol #3 (codeine/acetaminophen). If this does not provide relief, you can also take Ibuprofen (Advil or Motrin) 800 mg every 8 hours as needed.
5. Ice may be used on the scrotum for comfort, but is seldom necessary. Leave the supporter and gauze in place. If ice is used, cover the gauze with plastic or aluminum foil to keep it dry and place the ice bag on top.
6. You may throw out the gauze and take a shower 24 hours after surgery. Before then it is important that the skin opening site stay dry to prevent infection. After that, shower daily but do not immerse in water (bath, hot tub, pool) for one week.
7. Do not ejaculate for 7 days after surgery or the procedure could fail. After that, you may have sexual intercourse when you feel comfortable, but stop if it is uncomfortable. Also, do not pull, rub, or otherwise irritate the incision. The first time you ejaculate there may be a dull ache in your testicles for a short time. This is not uncommon and will usually stop within the first month.
8. Remember, to start with, you can still make your partner pregnant. For most men, sperm will not be cleared from the tubes until after 12 weeks (3 months) and 15 ejaculations. Until then, use another method of birth control to prevent pregnancy. The most certain way of knowing you are sterile is for a clinician to use a microscope to look for sperm in your semen. You **must** bring a specimen of your semen to the clinic for a sperm count after 12 weeks (3 months) and 15 ejaculations. We will provide you with a sterile specimen cup in which to ejaculate. You should bring you sample in within an hour of ejaculating. Make sure to schedule your sperm count visit in advance so that we can ensure that a trained provider is on site to review your sample. **YOU ARE STILL FERTILE UNTIL A SPERM COUNT SHOWS NO SPERM.**
9. The stitches are internal and will dissolve by themselves. They do not have to be removed.
10. It is important for you to know what is normal and what is abnormal following your surgery. There will probably be some pain, swelling and bruising in the scrotal region. This is normal and should not worry you. Some minor oozing of blood from the vasectomy opening is normal. Some men notice dark blood in their semen for ten to fifteen ejaculations after a vasectomy. This is normal and should not worry you.

Call the clinic right away if you have any of the following symptoms or if you notice any unusual changes:

- Fever (over 100.4 degrees F);
- Redness extending more than ¼” from the opening
- Pus coming form the incision site
- Local swelling (like “growing” another testicle)
- Excessive pain that is not helped by medication
- Excessive bleeding (more than one gauze pad soaked)

11. Your follow-up visit will consist of a brief check of healing and a discussion of sperm count. Please schedule your return visit for one week after your surgery.

INSTRUCCIONES PARA DESPUES DE LA VASECTOMIA

1. Después de la cirugía, regrese a su hogar y descanse por el resto del día. Acuéstese en el sofá, en un asiento que reclina, or en la cama. No permite que los niños le brinquen encima mientras descansa. Levántese solamente para comer y para ir al baño. No levante nada más pesado que una bolsa de comestibles (aprox. 10 libras) por 3 días después de la cirugía, y límitese a actividades ligeras durante estos días. Puede regresar a un trabajo no extenuante y otras actividades físicas normales en 2 días; espere 3 días para trabajos más extenuantes o actividades deportivas más agresivas.
2. Utilice un soporte escrotal (como por ejemplo un suspensorio masculino) con la gasa en su lugar durante 48 horas día y noche. Puede bajarlo para ir al baño, pero coloque de nuevo la gasa en su lugar después. Luego, utilice el soporte cuando esté activo durante 2 días, y por 7 días mientras participe en algún deporte.
3. La primera vez que orine, podría anotar turbieza de la orina o que tiene color rosado. Esto es normal.
4. Puede empezar a tener dolores ligeros 4 a 6 horas después de la cirugía cuando el anestésico deja de tener efecto. Puede tomar acetaminophen (Tylenol) 650 mg. Tome la otra medicina para el dolor solamente según se necesita: Percocet (oxycodone y acetaminophen) O Tylenol #3 (codeine/acetaminophen). Si no le ayuda, también puede tomar ibuprofena (Advil o Motrin) 800 mg cada 8 horas segun se necesita.
5. Se puede usar hielo en el escroto para comodidad, pero es poco necesario. Deje el soporte y la gasa en su lugar. Si usa hielo, cubre la gasa con plástico o papel de aluminio para mantenerla seca y coloque la bolsa de hielo encima.
6. Puede descartar la gasa y tomar una ducha 24 horas después de la cirugía. Antes de eso es importante que la apertura de la piel se mantenga seca para prevenir infección. Después, tómese una ducha diaria pero no se sumerga en agua (tina, bañera, alberca) por una semana.
7. No debe eyacular por 7 días después de la cirugía o el procedimiento podría fallar. Después de eso, puede tener relaciones sexuales cuando se siente cómodo, pero interrumpa el coito si siente molestias. Además, no estire, frote o irrite de algún modo la incisión. La primera vez que eyacula puede sentir un dolor en los testículos por un corto tiempo. Esto no es fuera de lo normal y normalmente desaparecerá dentro del primer mes.
8. Recuerde que para empezar aún puede dejar embarazada a su pareja. Para la mayoría de los hombres, los conductos no quedarán libres de espermatozoides hasta después de 12 semanas (3 meses) y 15 eyaculaciones. Hasta entonces, use otro método anticonceptivo para evitar los embarazos. La manera más precisa de saber si está estéril es que un clínico determine mediante un microscopio si hay espermatozoides en su semen. **Debe** trear una muestra de su semen a la clínica para una cuenta de espermatozoides después de 12 semanas (3 meses) y de haber tenido 15 eyaculaciones. Le proporcionaremos una taza esteril en la cual debe eyacular. Debe presentar su muestra dentro de una hora de haber eyaculado. Favor de hacer su cita con anticipación para que podamos asegurar que hay un médico capacitado y presente para evaluar su muestra. **USTED ES TODAVIA FERTIL HASTA QUE UNA CUENTA CONFIRME QUE NO HAY ESPERMA.**
9. Las puntadas son internas y se disolverán solas. No hay que removerlas.
10. Es importante saber qué es normal y qué no es normal después de la cirugía. Es probable que habrá dolor, inflamación y hematomas en la región escrotal. Esto es normal y no debe preocuparlo. Es normal que se escapa un poco de sangre de la apertura de la vasectomía. Algunos hombres observan sangre oscura en su semen por 10 a 15 eyaculaciones después de la vasectomía. Esto es normal y no debe preocuparlo. Llame a la clínica de inmediato si tiene alguno de los siguientes síntomas u observa cualquier cambio raro:

Fiebre (más de 100.4 grados F)	Pus en el sitio de la incisión
Enrojecimiento extendiendo mas de ¼ “ de la apertura	Dolor excesivo que no se alivia con medicina
Inflamación local (como el “crecimiento” de otro testículo)	Sangrado excesivo (se usa más de una gasa)
11. Su visita de seguimiento consistirá de un chequeo breve de la incisión y una plática sobre la cuenta de esperma. Favor de regresar en una semana después de su cirugía.