

**POST-VASECTOMY INSTRUCTIONS**

1. After surgery, go home and rest. Do not lift anything heavier than a sack of groceries (about 10 lbs.) for 2 days after surgery, and keep activities light during these days. You may return to non-strenuous work and other normal physical activities in 24 hours; wait 2 days for strenuous jobs or aggressive sports activities.
2. Wear a scrotal support (such as a jock strap) with the gauze in place for 24 hours. You may pull it down to use the bathroom, but put the gauze back in place afterwards. After the 24 hour period, you should wear the scrotal support only when you are 'up and about' for the next 7 days.
3. Your urine may be cloudy or pink with your first urination. This is normal. The same may occur with your first several ejaculations.
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. If this does not provide relief, you can also take Ibuprofen (Advil or Motrin) 800 mg every 8 hours as needed. Take the additional pain medicine only as needed: Percocet (oxycodone and acetaminophen) OR Tylenol #3 (codeine/acetaminophen). Ice packs are not necessary-
5. You may remove the gauze and take a shower 24 hours after surgery. It is okay to get the vasectomy site wet with soap and water.
6. **Do not ejaculate for 7 days** after surgery or the procedure could fail. After 7 days, you may have sexual intercourse when you feel comfortable. 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.
7. Remember, immediately after the vasectomy, you can still get your partner pregnant. When you ejaculate after your vasectomy, sperm will gradually be cleared from the tubes. We recommend a 12 weeks (3 months) period and a minimum of 20 ejaculations. Until then, use another method of birth control to prevent pregnancy. The most certain way of knowing you are sterile is to have a semen analysis 3 months after your vasectomy. After 12 weeks (3 months), you **must bring** a semen specimen to the office for a semen analysis. There is no charge for this test.
  - We will provide you with a sterile specimen container in which to ejaculate.
  - When you are bringing your semen sample to us, you must call and notify us in advance so that we can ensure that a trained provider is on site to review your sample.
  - If you are unable to bring us your semen sample, then we can provide you with a lab request for a semen test to be done at an outside lab. You will be responsible for the cost of any outside semen analysis.
  - **YOU ARE STILL FERTILE UNTIL A SPERM COUNT SHOWS NO SPERM.**
8. The stitches are internal and will dissolve. They do not have to be removed.
9. 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. 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. Some men notice one side may feel more uncomfortable than the other. All of these things should gradually improve daily.
10. You may return to the office for a follow-up visit at our office within 2-3 weeks of the procedure if desired.

Call the office right away at (866) 972-7762 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)

After office hours in the case of an emergency only, you may contact the PPCNC on-call clinician at (919) 818-8367. If you need to be seen immediately, you may go to your nearest emergency room or call 911.

Doctor: \_\_\_\_\_

Contact number: \_\_\_\_\_

**INSTRUCCIONES PARA DESPUÉS DE UNA VASECTOMÍA**

1. Después de la cirugía, regrese a casa y descanse. No levante nada que pueda pesar más que una bolsa de comestibles (unas 10 libras aprox.) y límitese a actividades ligeras durante los dos días que siguen a la cirugía. Puede regresar a un trabajo no extenuante y otras actividades físicas normales después de 24 horas. Espere 2 días para realizar trabajos más extenuantes o actividades deportivas más agresivas.
2. Utilice un soporte escrotal (como por ejemplo un suspensorio masculino) con la gasa en el lugar durante 24 horas. Puede bajárselo para ir al baño, pero colóquese la gasa en su lugar después. Pasado el periodo de 24 horas, usted sólo debería ponerse el soporte escrotal cuando esté levantado y realizando actividades durante otros 7 días.
3. La primera vez que orine, podría notar que su orina es turbia o que tiene un color rosado. Esto es normal. También podría notar lo mismo durante varias de las primeras eyaculaciones.
4. Puede que comience a tener unos dolores ligeros a las 4 ó 6 horas de haber tenido la cirugía, una vez que el anestésico haya dejado de tener efecto. Puede tomar acetaminophen (Tylenol) 650 mg., el cual no necesita receta. Si esto no le proporciona alivio, también puede tomar Ibuprofen (Advil o Motrin) 800mg. cada 8 horas, según lo necesite. Tome la medicina adicional para el dolor sólo según la necesite: Percocet (oxycodone y acetaminophen) O Tylenol #3 (codeína/acetaminophen). No es necesario el uso de bolsas de hielo.
5. Puede remover la gasa y ducharse 24 horas después de la cirugía. No pasa nada si usted moja el área de la vasectomía con agua y jabón.
6. **No eyacule durante 7 días** a partir de la cirugía o el procedimiento podría fallar. Después de 7 días, puede tener relaciones sexuales cuando ya se sienta cómodo. No estire, frote o irrite la incisión de ninguna manera. La primera vez que eyacule puede que sienta un leve malestar en los testículos durante un pequeño momento. Esto no es raro y desaparecerá probablemente durante el primer mes.
7. Recuerde que durante el tiempo inmediato que sigue a la vasectomía, usted podría aún embarazar a su pareja. Cuando usted eyacula después de la vasectomía, el esperma se aclara o desaparece de los conductos de una forma gradual. Recomendamos un periodo de 12 semanas (3 meses) y un mínimo de 20 eyaculaciones. **Hasta entonces, use otro método anticonceptivo para evitar los embarazos.** La manera más precisa de saber si es estéril es que se haga un análisis del semen 3 meses después de la vasectomía. Después de 12 semanas (3 meses) usted **debe traer** una muestra de semen a la oficina para que se realice el análisis del semen. No se cobra nada por este análisis.
  - Le daremos un recipiente esterilizado en el que pueda eyacular.
  - Cuando vaya a traernos su muestra de semen, llame con anticipación para que nos aseguremos de que habrá un proveedor capacitado para analizar la muestra.
  - Si usted no puede traernos una muestra de su semen, entonces podemos ofrecerle una petición en la que se explica que un laboratorio debe realizar el análisis de su semen. Usted sería el responsable de los gastos que conlleva este análisis hecho en un laboratorio de afuera.
  - **USTED TODAVÍA ES FÉRTIL HASTA QUE UN CONTAJE DE ESPERMA CONFIRME QUE NO HAY ESPERMA.**
8. Los puntos son internos y se disolverán. No hay que removerlos.
9. Es importante que usted esté enterado de lo que se considera normal o no después de la cirugía. Probablemente tenga dolor, inflamación y hematomas en la región escrotal. Esto es normal. También es normal que en la abertura de la vasectomía exista una pequeña supuración o un poco de sangrado. Algunos hombres observan sangre oscura en su semen durante 10 ó 15 eyaculaciones después de la vasectomía. Algunos hombres sienten que un lado les molesta más que otro. Todas estas cosas deben mejorar gradualmente según vayan pasando los días.
10. Si lo desea, puede regresar a la clínica para una cita de seguimiento de 2 a 3 semanas después del procedimiento.

Llame a la clínica inmediatamente al (866) 972-7762 si tiene alguno de los siguientes síntomas u observa algún cambio raro:

- Fiebre (más alta de 100.4 grados F)
- Enrojecimiento que se extiende más de ¼ ” desde la abertura
- Pus que sale del área de la incisión
- Inflamación local (como si “creciera” otro testículo)
- Dolor excesivo que no se calma con la medicina
- Sangrado excesivo (se empapa más de una gasa entera)

Sólo en caso de emergencia, puede llamar al doctor de guardia de PPCNC fuera del horario de servicio al (919) 818-8367. Si necesita que lo atiendan inmediatamente, puede ir a la sala de emergencias más cercana o llamar al 911.

Doctor: \_\_\_\_\_ Teléfono de contacto: \_\_\_\_\_