

Après le prélèvement d'ovules

Il est normal de ressentir un peu d'inconfort à la suite du prélèvement d'ovules. Le Tyféno! extra fort peut soulager la douleur. Vous devriez pouvoir reprendre vos activités habituelles le jour suivant le prélèvement, mais il est conseillé d'éviter les efforts intenses.

Les médicaments administrés contre la douleur sont susceptibles de provoquer des nausées après l'intervention. Nous vous recommandons de manger légèrement le reste de la journée. Évitez les mets trop gras ou trop épicés jusqu'à ce que vous vous sentiez mieux.

Il est possible que vous ayez des saignements vaginaux à la suite du prélèvement. En général (mais pas toujours), ils diminuent et cessent dans les 48 heures qui suivent. N'hésitez pas à contacter la clinique si les saignements persistent, deviennent abondants ou dégagent une mauvaise odeur.

L'infection est rare, mais il est préférable d'en connaître les symptômes : fièvre et/ou douleur abdominale persistante, grandissante. Vous êtes en période de guérison et donc vulnérable aux infections causées par l'entrée de bactéries dans le vagin. Par prudence, éviter les tampons, les douches vaginales, les baignoires (les douches sont permises) et/ou toute activité de baignade pendant une semaine. Par contre, les relations sexuelles sont permises.

Veuillez SVP noter que des symptômes tels qu'une nausée continue, des vomissements, la diarrhée ou une urine concentrée (jaune foncée) sont anormaux. Contactez le Centre de la reproduction si vous éprouvez des symptômes du genre.

Finalement, si vous avez quelques inquiétudes à propos des symptômes que vous éprouvez, n'hésitez pas à téléphoner **à la ligne directe au 514-843-1650, option 4** (du lundi au vendredi entre 11h30 et 16h) ou à l'**opérateur téléphonique du CUSM en composant le 514-934-1934** (après les heures de travail) et demandez de communiquer avec le médecin de garde pour l'infertilité.

Préparation pour le transfert d'embryons

Vous devriez déjà prendre de l'acide folique (de 0,4 à 5 mg par jour); si ce n'est pas le cas, commencez dès aujourd'hui. Votre médecin vous a également indiqué de commencer à prendre certains des médicaments suivants :

- Doxycycline** - 100 mg par voie orale, deux fois par jour pendant 7 jours
- Medrol** - 16 mg par voie orale, tous les jours pendant 4 jours
- Estrace** - 2 mg par voie orale, trois fois par jour pendant 10 semaines
- Estrace** - 2 mg par voie vaginale, trois fois par jour pendant 10 semaines
- Aspirin** - 80 mg par voie orale, tous les jours pendant 10 semaines
- Progestérone** - 50 mg / 100 mg (intra-musculaire) une injection tous les jours pendant 10 semaines – une infirmière doit montrer à vous et votre partenaire comment faire cette injection. Note: Le jour du transfert, il faut prendre 50mg le matin, 2 heures avant votre transfert, et 50 mg le soir. Après le transfert, il faut reprendre 50 mg / 100 mg une fois par jour

OU

- Crinone** – 1 application vaginale _____/jour pendant 10 semaines. Insérer dans le fond du vagin. Note : Le jour du transfert, appliquez le Crinone au moins 4 heures avant le transfert.

OU

- Endometrin** – 100 mg _____/jour pendant 10 semaines. Insérer à l'aide de l'applicateur fourni au fond du vagin. Note : Le jour du transfert, appliquez l'Endometrin au moins 4 heures avant le transfert.

OU

- Prometrium** - 200 mg, trois fois par jour pendant 10 semaines. Insérez 200 mg au fond du vagin et restez couchée pendant 15-20 minutes après. (Note: le jour du transfert, prenez votre première dose au moins 4 heures avant le transfert).

Le jour du transfert d'embryons

Le transfert sera habituellement plus facile à effectuer si votre vessie est pleine. Si vous devez vider votre vessie avant le transfert, buvez 2-3 verres d'eau immédiatement après.

Après le transfert d'embryons

Une fois le transfert terminé, vous pouvez vider votre vessie immédiatement. Il n'est pas nécessaire de vous allonger après le transfert d'embryon(s).

Veillez prendre un rendez-vous pour le test de grossesse pour le _____ en composant le 514-843-1650, option 0.

D'ici là, l'équipe médicale du Centre de reproduction vous fait les recommandations suivantes concernant votre mode de vie:

- **Alimentation :**
Ce n'est pas le moment de commencer un régime amaigrissant. Il est bon de suivre le Guide alimentaire canadien pour manger sainement pendant la grossesse. Évitez les sushis, les viandes crues et les produits laitiers non pasteurisés. Aucune quantité d'alcool n'est considérée sans danger pendant la grossesse.
- **Vitamines - Médicaments vendus sur ordonnance ou en vente libre :**
Il est important de prendre de l'acide folique (0,4 à 5 mg par jour) dès maintenant. Si vous prenez des multivitamines, il est recommandé de prendre des vitamines formulées pour la femme enceinte (évités les doses élevées de vitamine A ou D). Vous pouvez prendre du Tylénol® tel qu'indiqué, mais évitez l'aspirine (AAS), l'ibuprofène (p. ex. Advil®) et autre médicament anti-inflammatoire à moins qu'il n'ait été prescrit par votre médecin spécialiste de fertilité. Consultez votre médecin ou votre pharmacien avant de prendre tout autre médicament (y compris les médicaments en vente libre et de source « naturelle ») afin de vous assurer qu'il est sans danger pour la grossesse; mentionnez toujours que vous avez pris une médication pour favoriser la fertilité et que vous pourriez être enceinte.
- **Cigarettes et drogues récréatives :**
La cigarette et autres drogues récréatives (comme la marijuana) sont dangereuses pour la grossesse.
- **Exercice :**
Il n'est pas nécessaire de garder le lit, mais reposez-vous quand vous en sentirez le besoin. Ne commencez pas de nouveau programme d'entraînement physique à ce moment-ci et évitez les sports de contact à impact élevé. Ne soulevez pas de poids lourds (plus de 20 livres).
- **Hygiène :**
Évitez l'usage de tampons, les douches vaginales, les bains (la douche est permise) et la baignade pendant 7 jours après votre prélèvement d'ovules. Évitez les jacuzzis, les bains chauds et les saunas jusqu'à ce que vous ayez vu votre obstétricien.
- **Relations sexuelles :**
Les relations sexuelles pourraient être inconfortables après votre prélèvement d'ovules. À part cela, il n'est pas nécessaire de vous abstenir de relations sexuelles.
- **Travail :**
Vous pouvez continuer à travailler, mais votre médecin pourra recommander un congé médical jusqu'à votre test de grossesse si cela vous inquiète. Vous ne devriez pas travailler si votre travail exige un effort physique intense, une exposition à des substances dangereuses ou une exposition à des sources d'infection (p. ex. en garderie).
- **Stress :**
L'attente de votre test de grossesse peut être une période particulièrement stressante pour vous. Essayez de réduire votre stress le plus possible. N'hésitez pas à contacter une infirmière ou un médecin du Centre si vous avez de la difficulté à gérer votre stress.

L'équipe du Centre de la reproduction du CUSM vous souhaite la meilleure des chances!