

Paragard Intrauterine Device (IUD) Post-Insertion Instructions

What you should know:

An intrauterine device, or IUD, is a very effective form of birth control. An IUD consists of a small, flexible piece of plastic with a string on the end of it. Today, you have had a Paragard IUD put into your uterus by a health care provider. The Paragard is a copper IUD without hormones. It lasts for 10-12 years, but a health care provider can remove it anytime if you decide to have a baby.

After you go home:

- Medicines:
 - Ibuprofen 400-800mg (2-4 tabs) every 4-8 hours as needed for pain or cramping for the first 2-3 days. Don't take Ibuprofen on an empty stomach.
 - If you cannot take Ibuprofen, then you can take Regular strength Tylenol 325-650 mg (1-2 tabs) every 4-6 hours **or** Extra strength Tylenol 500-1000mg (1-2 tabs) every 6-8 hours, as needed for pain or cramping for the first 2-3 days.
 - Do not exceed recommended dosage listed on bottle for Ibuprofen or Tylenol
 - Do not take either medication if you are allergic or sensitive to the medication
- The IUD protects you from pregnancy immediately. You may have sex, swim, bathe, exercise or use tampons as soon as you want to.
- You may experience increased menstrual bleeding and/or cramping for the first few months after insertion. This side effect usually gets better with time.

Return to the clinic:

- At your yearly review or if you have any problems or concerns.
- If you do not have a period in the first 2 months, make an appointment to come back to the clinic for an IUD check.

Call the clinic:

- If you have one or more signs of an infection, which may include:
 - Shaking, chills, or an unexplained fever over 101.0 degrees.
 - Vaginal discharge that is green, yellow, has a bad smell, or looks like pus.
 - Severe abdominal (belly) pain that does not decrease with pain medicine.
- If you have abnormal vaginal bleeding.

If any of these things above occur and it is outside clinic hours:

- ◆ Call University of Colorado Hospital: (720) 848-9111
- ◆ Go to urgent care, the nearest hospital or call 911.
- If you think you might be pregnant.
- If you or your partner has pain during sex. (Your partner may feel the string during sex, but it should not hurt him.)
- If you cannot feel the IUD string, the string feels longer, or you feel the hard plastic end of the IUD itself. If this happens, you need to have your IUD checked as soon as possible. Until you are checked, use another form of birth control (like foam and condoms).

Checking your IUD:

- An IUD can come out of your uterus and your vagina without you knowing it, so it is important to check your IUD regularly.
- Check your IUD once a month. Preferably after your period, if you have a period with your IUD.
- Do the following to check the placement of your IUD:
 - Wash your hands with soap and water. Dry with a clean towel.
 - Bend your knees and squat low to the ground or place one leg bent on the toilet.
 - Gently put your index (pointer) finger deep inside your vagina.
 - Find your cervix at the top of your vagina (feels like the tip of your nose).
 - Feel for the IUD strings coming from the middle of the cervix. **DO NOT** pull on the string.
 - You should **NOT** be able to feel the hard plastic of the IUD.
 - Wash your hands after you are done checking your string.

***As a reminder: Paragard will not protect you from Sexually Transmitted Infections!**

Paragard – Aparato Intrauterino (IUD) Instrucciones para Después de la Inserción

Debe saber lo siguiente:

Un aparato intrauterino, conocido en inglés como IUD, es un método muy efectivo para el control de la natalidad. El IUD consiste en una pequeña y flexible pieza de plástico con un hilo en un extremo. Hoy una proveedora médica se le colocó en el útero el aparato intrauterino Paragard. El Paragard es un IUD de cobre sin hormonas. Dura 10-12 años pero un médico se lo puede remover en cualquier momento si desea embarazarse.

En casa:

- Medicamentos:
 - Ibuprofeno 400mg-800mg (2-4 pastillas) cada 4 a 8 horas, según lo necesite para dolor o colicos en los primeros 2-3 días. No tome ibuprofeno con el estómago vacío.
 - Si no puede tomar el ibuprofeno, puede tomar 325 a 650 mg (1-2 pastillas) de Tylenol cada 4 a 6 horas o Tylenol Extra fuerte 500-1000 mg (1-2 pastillas) cada 6-8 horas según lo necesite por el dolor o los calambres en los primeros 2-3 días.
 - No exceda la dosis recomendada en el frasco para ibuprofeno o Tylenol
 - No tome ninguno de los medicamentos si es alérgica o es sensible al medicamento.
- El IUD la protege inmediatamente contra el embarazo. Puede tener relaciones sexuales, nadar, bañarse, hacer ejercicio físico y usar taponos en cuanto desee hacerlo.
- Durante los primeros meses después de la inserción, podría experimentar calambres o más sangrado durante la menstruación. Este efecto secundario se alivia con el tiempo.

Regresar a la clínica:

- Una revisión del IUD se hace si hay problemas y/o en su examen físico anual.
- Si no tiene la menstruación en los primeros 2 meses, haga una cita con la clínica para que se le revise el IUD.

Llame a la clínica:

- Si tiene una o más de las siguientes señales de infección:
 - Temblores, escalofríos, o una calentura inexplicada mayor de 101.0 grados.
 - Secreción vaginal de color verde o amarillo, maloliente o que se parezca a pus.
 - Severo dolor abdominal (estomacal) que no se alivia con medicamentos para el dolor.

Si experimenta cualquier de estos síntomas fuera de las horas hábiles:

- ◆ Llame al Hospital Universitario: (720) 848-9111
- ◆ Vaya a una clínica de cuidado urgente o al hospital más cercano, o llame al 911.
- Si cree estar embarazada.
- Si tiene sangrado vaginal anormal.
- Si usted o su pareja experimentan dolor durante las relaciones sexuales. (Su pareja podría sentir el hilo durante las relaciones, pero no le causará dolor.)
- Si no puede sentir el hilo del IUD, si el hilo parece ser más largo, o si siente el extremo de plástico duro del IUD. Si esto ocurre, deberá revisársele el IUD lo más pronto posible. Hasta que no se le haga la revisión, use otro método para el control de la natalidad (espuma o condones).

Revisión del IUD:

- El IUD puede salirse del útero y vagina sin que se dé cuenta; por lo tanto es importante revisárselo regularmente.
- Revise su dispositivo cada mes. Preferible después de cada periodo menstrual si tiene uno con su dispositivo.
- Revise la colocación del IUD de la siguiente manera:
 - Lávese las manos con agua y jabón. Séqueselas con una toalla limpia.
 - Doble las rodillas y póngase en cuclillas o suba una pierna doblada sobre el excusado.
 - Con cuidado meta el dedo índice profundamente dentro de la vagina.
 - Busque su cerviz en la parte superior de la vagina (se siente como la punta de la nariz).
 - Sienta el hilo del IUD saliendo del centro de la cerviz. NO jale el hilo.
 - NO deberá poder sentir el plástico duro del IUD.
 - Lávese las manos cuando haya terminado la revisión del hilo.

***Nota: ¡Paragard no la protegerá de enfermedades transmitidas sexualmente!**

“Este folleto fue creado (en parte) con fondos federales de Office of Populations Affairs (La Oficina de Asuntos de Población) subsidio.”