

Het spiraaltje



Ommelander Ziekenhuis
Groningen

Inleiding

In overleg met jouw huisarts/gynaecoloog heb je besloten een spiraaltje te laten plaatsen.

Een spiraaltje is een kunststof ankertje (24 tot 36 mm lang) dat in de baarmoeder wordt geplaatst om zwangerschap te voorkomen. Er zitten draadjes aan vast die uit de baarmoedermond hangen. Deze draadjes zijn nodig om het spiraaltje later weer te kunnen verwijderen. Bij het vrijen merken jij en je partner niets van het spiraaltje.

Na verwijdering van een spiraaltje kun je snel weer zwanger worden. Spiraaltjes beschermen niet tegen seksueel overdraagbare aandoeningen.

Er zijn verschillende soorten spiraaltjes. De twee meest gebruikte soorten zijn het koperspiraaltje (met koperdraad omwikkeld) en het hormoonspiraaltje (dat het hormoon progestageen afgeeft). Beide soorten spiraaltjes zijn heel betrouwbaar.

In deze folder wordt uitleg gegeven over:

- Hormoonhoudende spiraaltjes
- Koperhoudende spiraaltjes
- Hoe gaat de plaatsing van een spiraaltje?
- Waar moet ik opletten na plaatsing van een spiraaltje?

Hormoonhoudende spiraaltjes

Werking

Hormoonhoudende spiraaltjes geven het hormoon progestageen af. Hierdoor wordt het slijm van de baarmoedermond minder toegankelijk voor zaadcellen. Ook wordt het baarmoederslijmvlies minder geschikt voor innesteling van een bevruchte eicel. Bij sommige vrouwen wordt de eisprong (ovulatie) onderdrukt. Dit spiraaltje is een paar centimeter groot en buigzaam. Aan het uiteinde van een spiraaltje zit een draadje; hiermee kan het weer worden verwijderd.

Gebruik

Het hormoonhoudende spiraaltje wordt via de baarmoedermond in de baarmoederholte geplaatst. Na verwijdering komen de menstruaties direct op gang en ben je weer vruchtbaar.

De gebruiksduur is afhankelijk van het type hormoonhoudend spiraaltje.

Voor de Mirena geldt:

- als deze voor anticonceptie wordt gebruikt, kan het 6 jaar blijven zitten. Geplaatst vanaf het 45e levensjaar kan het hormoonspiraaltje tot 7 jaar na plaatsing blijven zitten. Het kan dan bijdragen aan een prettigere overgang, maar is vanaf het 50e levensjaar niet meer noodzakelijk als anticonceptie.
- als deze wordt gebruikt als behandeling van hevig menstrueel bloedverlies, kan deze maximaal 5 jaar blijven zitten.
- als deze wordt gebruikt als behandeling van overgangsklachten in combinatie met een oestrogeenbehandeling, kan de Mirena maximaal 3 jaar in de baarmoeder blijven zitten.

Voor de Kyleena geldt dat deze na maximaal 5 jaar dient te worden verwijderd of verwisseld.

Voor de Levosert geldt:

- als deze voor anticonceptie wordt gebruikt, kan het 6 jaar blijven zitten. Geplaatst vanaf het 45e levensjaar kan het hormoonspiraaltje tot 7 jaar na plaatsing blijven zitten. Het kan dan bijdragen aan een prettigere overgang, maar is vanaf het 50e levensjaar niet meer noodzakelijk als anticonceptie.
- als deze wordt gebruikt als behandeling van hevig menstrueel bloedverlies, kan deze maximaal 6 jaar blijven zitten.

Het Levosert hormoonhoudende spiraaltje is niet beschikbaar via het Ommelander Ziekenhuis; wel is het mogelijk dat de Levosert voorgeschreven door uw huisarts en door u meegenomen naar het ziekenhuis door de gynaecoloog wordt geplaatst.

Betrouwbaarheid

Het hormoonspiraaltje is heel betrouwbaar. De kans op zwangerschap is heel klein (0,1 tot 0,2% per jaar).

Bijwerkingen

- Soms lichte bijwerkingen als gespannen borsten of lichte misselijkheid.
- Menstruaties worden minder hevig, korter en minder pijnlijk.
- Onregelmatig bloedverlies, vooral in de eerste 3-6 maanden.
- Soms buikpijn.
- Menstruaties kunnen helemaal wegblijven. Dit kan geen kwaad.
- Vaak meer (normale) vaginale afscheiding. Dit kan geen kwaad.
- Geen extra risico op trombose of op hart- en vaatziekten.
- Lichte invloed op uw stemming (somberheid) is mogelijk.

Koperhoudende spiraaltjes

Werking

Koperhoudende spiraaltjes bestaan uit een stukje plastic met koperdraad er omheen. Er zijn veel verschillende soorten koperhoudende spiraaltjes. Het koper maakt zaadcellen die de baarmoeder binnenkomen onvruchtbaar. Het spiraaltje zelf voorkomt dat een eikel zich in de baarmoeder innestelt.

Gebruik

Het koperhoudende spiraaltje wordt via de baarmoedermond in de baarmoederholte geplaatst. Het kan meestal 5 tot 10 jaar blijven zitten, afhankelijk van het soort koperspiraaltje dat geplaatst wordt. Na verwijdering van het spiraaltje ben je direct weer vruchtbaar.

Betrouwbaarheid

Het koperhoudende spiraaltje is heel betrouwbaar. De kans op zwangerschap is heel klein (0,1 tot 1% per jaar).

Bijwerkingen

- Menstruaties worden meestal wat heviger, langer en pijnlijker, vooral in het eerste jaar na plaatsing.
- Vaak meer (normale) vaginale afscheiding (witte vloed). Dit kan geen kwaad.
- Geen extra risico op trombose of op hart- en vaatziekten.

Hoe gaat de plaatsing van een spiraaltje?

Wanneer moet het spiraal geplaatst worden?

Het spiraaltje wordt door een arts ingebracht bij voorkeur tijdens de menstruatie. Dit heeft als voordeel dat het spiraaltje ook direct beschermd tegen zwangerschap. Ook lijkt het onregelmatig bloedverlies in de eerste

maanden na plaatsing van het spiraaltje minder te zijn. Als je nooit menstrueert, kan de spiraal op elk moment in jouw cyclus geplaatst worden.

Wat kan ik ter voorbereiding doen?

Neem de avond van tevoren één tablet Aleve Feminax (Naproxen) van 275mg of Ibuprofen 400mg. Herhaal dit één uur voor je afspraak. Je kunt dit halen bij de apotheek of drogist. Voordat je het slikt, lees dan de bijsluiter.

Als je deze medicijnen niet mag gebruiken, neem je 1000mg paracetamol. Zorg dat je goed gegeten hebt als je op de afspraak komt.

Wat gebeurt er bij het plaatsen van het spiraaltje?

De arts zal voor het plaatsen van een spiraaltje eerst een inwendige echo doen om de grootte en ligging van de baarmoeder te bepalen. Het plaatsen van het spiraaltje duurt daarna enkele minuten. Je ligt op een gynaecologische stoel, de arts brengt een spreider (speculum) in de schede. De baarmoeder wordt met een klemmetje zoveel mogelijk gestrekt. Het spiraaltje wordt nu ingebracht. Het inbrengen kan gepaard gaan met wat pijn. Hierna blijf je nog even liggen in de gynaecologische stoel. Er wordt opnieuw een inwendige echo gemaakt om de ligging van het spiraaltje te controleren. Zodra je je goed voelt, kun je je weer aankleden en naar huis gaan.

Waar moet ik op letten na plaatsing van een spiraaltje?

Pijn

Het is mogelijk dat je de eerste week na de plaatsing last hebt van (flinke) buikkrampen. Dit komt door een reactie van het lichaam die de spiraal als lichaamsvreemd materiaal ziet en de spiraal er weer uit wil werken. Wij adviseren je hiervoor Aleve feminax® (Naproxen) of Ibuprofen of paracetamol volgens de dosering van het doosje te gebruiken. Als je ondanks deze pijnstillers flinke buikpijn houdt, kun je contact opnemen met de polikliniek Gynaecologie.

Koorts

Wanneer jouw temperatuur in de eerste 2 weken na plaatsing meer dan 3 dagen hoger blijft dan 38 graden Celsius moet je contact opnemen met de polikliniek Gynaecologie.

Gemeenschap

Afhankelijk van het moment van plaatsing in jouw cyclus, zal je een advies worden gegeven of het spiraaltje direct veilig is, of dat je eerst nog enige tijd veilig (met een condoom) moet vrijen.

Nacontrole

De gynaecoloog maakt direct na de plaatsing een controle echo. Ging de plaatsing makkelijk en is er geen twijfel over de ligging van het spiraaltje, dan is er geen nacontrole nodig. Twijfelt de gynaecoloog over de ligging van het spiraaltje of was het plaatsen erg moeizaam? Dan krijg je een controleafspraak voor een echo op de polikliniek na ongeveer 6 weken.

Vragen

Indien je thuis vragen of klachten hebt dan kun je contact met ons opnemen. Je kunt van maandag t/m vrijdag tijdens kantooruren telefonisch contact opnemen met het Klant Contact Centrum. Je belt dan het telefoonnummer 088 066 1000 en vraagt naar de polikliniek Gynaecologie.



**Samen.
De beste zorg.
Dichtbij.**

ommelanderziekenhuis.nl

T 088 - 066 1000

OZG (10-22) GYN 364