Spiraal plaatsen

Gynaecologie

Een spiraal is een betrouwbaar anticonceptiemiddel. Het wordt ook wel een IUD, een afkorting van het Engelse *intrauterine device*. Er zijn twee soorten spiralen: de hormoonspiraal en de koperspiraal. Beide worden in de baarmoeder geplaatst. In deze folder leest u meer over de twee soorten en hoe ze werken.

Wat is een spiraal?

Een spiraal is een klein T-vormig anticonceptiemiddel dat door een arts in de baarmoeder wordt geplaatst. De spiraal is ongeveer 3 centimeter groot. Er zijn twee soorten spiralen: de hormoonspiraal en de koperspiraal. Beide bieden langdurige bescherming tegen zwangerschap.

Wanneer wordt een spiraal voorgeschreven?

Een spiraal wordt voorgeschreven:

- om zwangerschap te voorkomen.
- als u veel bloed verliest of pijn ervaart tijdens de menstruatie.
- als u al oestrogeen gebruikt voor overgangsklachten, om te voorkomen dat het baarmoederslijmvlies te dik wordt.

Hoe werkt een spiraal?

Hormoonspiraal

Een hormoonspiraal geeft een kleine hoeveelheid van het hormoon levonorgestrel af in de baarmoeder. Hierdoor wordt het slijmvlies in de baarmoeder dunner. Uw lichaam moet hier in het begin aan wennen. In de eerste maanden kunt u onregelmatig bloedverlies hebben. Dit zijn vaak kleine beetjes bloed, ook wel *spotting* genoemd. In de eerste maand na plaatsing kunt u bijna elke dag bloed verliezen. Daardoor kan het lijken alsof uw menstruatie lang duurt. Na een paar maanden wordt het bloedverlies meestal minder. Veel vrouwen hebben na drie tot zes maanden nog maar een paar dagen per maand bloedverlies. Bij sommige vrouwen blijft de menstruatie helemaal weg. Een klein deel heeft vanaf het begin al weinig of geen bloedverlies.

Koperspiraal

Een koperspiraal bevat geen hormonen. Om de spiraal zit koper. Het koper zorgt ervoor dat zaadcellen minder goed kunnen bewegen en dat een bevruchte eicel zich niet kan innestelen. Uw natuurlijke menstruatiecyclus blijft daardoor meestal hetzelfde. In de eerste maanden kunnen menstruaties wel heviger of pijnlijker zijn. U kunt meer bloed verliezen dan u gewend bent. Dit is normaal en komt doordat uw lichaam moet wennen aan het spiraaltje. Bij de meeste vrouwen wordt dit na een paar maanden minder.

Wanneer kan een spiraal geplaatst worden?

We adviseren om een hormoonspiraal binnen zeven dagen na het begin van uw menstruatie te laten plaatsen. U mag niet zwanger zijn. Gebruik daarom in de maand vóór de plaatsing altijd anticonceptie, bijvoorbeeld condooms. Is er toch een kans dat u zwanger bent, dan kunnen we de spiraal niet plaatsen.

Een koperspiraal kan op elk moment van de menstruatiecyclus worden geplaatst, zolang het zeker is dat u niet zwanger bent. Een koperspiraal kan ook worden gebruikt als noodanticonceptie. De spiraal kan tot vijf dagen na onveilige seks worden geplaatst.

In sommige gevallen kan een hormoon- of koperspiraal direct geplaatst worden.

- Wanneer een oude spiraal vervangen moet worden. Als u al een hormoonspiraal had, kan een koperspiraal op elk moment geplaatst worden. Andersom kan dat niet altijd.
- Na een abortuscurettage in het eerste trimester.
- Als u niet meer menstrueert en een spiraal gebruikt vanwege overgangsklachten, in combinatie met oestrogenen, dan kan deze op ieder gewenst moment worden geplaatst.
- Na een bevalling is het advies om de spiraal pas na zes tot acht weken te plaatsen.

Indien nodig, testen we in hetzelfde consult op een chlamydia-infectie. Het spiraaltje kan wel gewoon geplaatst worden. Na ongeveer twee weken ontvangt u de uitslag van de test. Is de uitslag positief, dan krijgt u een antibioticakuur. De spiraal mag dan gewoon blijven zitten.

Betrouwbaarheid

Hormoonspiraal

Als de hormoonspiraal tijdens uw menstruatie wordt geplaatst of binnen zeven dagen nadat de menstruatie is begonnen, bent u direct beschermd tegen zwangerschap. Wordt de spiraal op een ander moment in de cyclus geplaatst, dan moet u de eerste zeven dagen na het inbrengen extra anticonceptie gebruiken, zoals een condoom.

Er zijn verschillende merken hormoonspiralen. De meest gebruikte zijn de Mirena® en Kyleena®. Deze verschillen onder andere in hoe lang ze bescherming bieden tegen zwangerschap.

- De Mirena® spiraal beschermt acht jaar tegen zwangerschap. Gebruikt u oestrogenen vanwege overgangsklachten? Dan moet de Mirena® na drie jaar vervangen worden. Gebruikt u de Mirena® voor hevig menstrueel bloedverlies? Dan moet deze elke vijf jaar vervangen worden.
- De Kyleena® spiraal beschermt vijf jaar tegen zwangerschap.

Koperspiraal

Een koperspiraal beschermt direct tegen een zwangerschap vanaf het moment dat de spiraal is geplaatst. U hoeft geen extra voorbehoedsmiddel te gebruiken. Er zijn verschillende soorten koperspiralen. Afhankelijk van het type, biedt een koperspiraal vijf tot tien jaar betrouwbare anticonceptie zonder hormonen.

De behandeling

Het plaatsen van een spiraal duurt meestal maar een paar minuten. U mag een uur van tevoren pijnstillers nemen, zoals één tablet Naproxen van 500 mg en twee tabletten Paracetamol van 500 mg.

De arts brengt eerst een speculum (eendenbek) in uw vagina. Met een ander instrument wordt de baarmoeder in de juiste positie gehouden. Vervolgens wordt de lengte van de baarmoeder opgemeten met een staafje. Daarna wordt de spiraal geplaatst. Na het plaatsen maakt de arts een echo om te controleren of de spiraal goed zit. Als alles in orde is, is verdere controle niet nodig.

Mogelijke bijwerkingen en complicaties

Zoals bij alle medicijnen kunnen er bijwerkingen optreden bij het gebruik van een spiraal. Direct na plaatsing kunt u duizelig zijn en ook wat bloed verliezen. Verder kunt u last krijgen van de volgende bijwerkingen:

- Hormoonspiraal: in de eerste maanden na het plaatsen van een hormoonspiraal kunt u last krijgen van wisselend bloedverlies, hoofdpijn, buikpijn of stemmingsklachten. Ook kunnen uw borsten wat gespannen of gevoelig zijn. Deze klachten zijn meestal mild en gaan vanzelf weer over.

- Koperspiraal: in de eerste maanden na het plaatsen van een koperspiraal kunt u meer bloed verliezen tijdens uw menstruatie. Uw menstruatie kan één tot twee dagen langer duren en u kunt meer last hebben van menstruatiekrampen. Dit kan blijvend zijn, maar ook weer overgaan. Het verschilt per persoon. Verliest u al veel bloed tijdens uw menstruatie? Dan kan dit door een koperspiraal erger worden.

Wanneer contact opnemen?

We raden u aan om contact met ons op te nemen als u:

- koorts heeft boven de 38°C en toenemende buikpijn krijgt.
- abnormale vaginale afscheiding heeft.
- meer bloed verliest dan tijdens een normale menstruatie.
- denkt dat u zwanger bent.
- aanhoudende pijn in de onderbuik heeft.
- pijn heeft tijdens de seks (of uw partner).
- als u het steeltje van de spiraal kunt voelen.

Reanimatie

Alle patiënten bij DC Klinieken worden bij een noodsituatie gereanimeerd. Heeft u een niet reanimeren-verklaring of heeft u met uw arts besproken dat u niet gereanimeerd wilt worden? Dan is het belangrijk dat u ons hierover informeert.

Spoedgeval na bezoek aan DC Klinieken

Bel in geval van spoed: 088 0100 998.

Vergoedingen

DC Klinieken heeft contracten met alle zorgverzekeraars. Dat betekent dat vrijwel alle zorg vergoed wordt. Net als in het ziekenhuis. U heeft wel een verwijzing van uw (huis)arts nodig. Houd rekening met uw eigen risico. Hier vindt u meer informatie over vergoedingen en eventuele uitzonderingen: www.dcklinieken.nl/vergoedingen.

Vragen

Ga voor meer informatie en antwoorden op veelgestelde vragen naar: www.dcklinieken.nl/contact of neem contact op met ons Service- en Informatiecentrum via 088 0100 900.