

Spiraal plaatsen

Gynaecologie

Een spiraal is een betrouwbaar anticonceptiemiddel. Het wordt ook wel een IUD, of voluit een intra-uteriene device genoemd. Er zijn twee soorten spiralen: hormoonspiralen en koperspiralen. In deze folder leest u meer over beide spiralen en hoe ze werken.

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 en wat verandert er aan de menstruatie?

Hormoonspiraal (Mirena en Kyleena)

Een hormoonspiraal geeft een kleine hoeveelheid hormoon 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 daarom onregelmatig bloedverlies hebben. Dit zijn vaak kleine beetjes bloed, ook wel spotting genoemd.

In de eerste maand na plaatsing kunt u bijna elke dag wat bloed verliezen. Daardoor kan het lijken alsof uw menstruatie lang doorgaat. 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. 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?

De spiraal wordt door de arts in uw baarmoeder geplaatst. We adviseren om een hormoonspiraal binnen zeven dagen na het begin van uw menstruatie te plaatsen. Dan weten we zeker dat u niet zwanger bent. Gebruik 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 wel worden geplaatst als noodanticonceptie. Dit kan tot vijf dagen na onveilige seks. Wordt de spiraal op een ander moment in uw cyclus geplaatst? Dan kan dit alleen als u de maand ervoor veilige seks hebt gehad.

Direct plaatsen van een spiraal

In sommige gevallen kan een spiraal direct geplaatst worden:

- Wanneer een oude spiraal vervangen moet worden
- 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.

De behandeling: het plaatsen van een spiraal

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 of twee Paracetamol tabletten van 500 mg.

De arts gebruikt eerst een spreider (speculum) om uw vagina open te houden. Met een 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.

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 hoger dan 38 graden en toenemende buikpijn
- Abnormale vaginale afscheiding heeft
- Meer bloedverlies heeft dan een normale menstruatie
- Als u denkt dat u zwanger bent
- Als u aanhoudende pijn in de onderbuik heeft
- Als u - of uw partner - pijn heeft tijdens de seks
- Als u het steeltje van de spiraal kunt voelen.

Betrouwbaarheid van de hormoonspiraal

Als de hormoonspiraal tijdens uw menstruatie wordt geplaatst, of binnen zeven dagen nadat de menstruatie is begonnen, bent u direct beschermd tegen een zwangerschap. Wordt de spiraal op een

ander moment in de cyclus geplaatst, dan moet u de eerste zeven dagen na het inbrengen een extra voorbehoedsmiddel gebruiken, zoals een condoom.

- 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.

Betrouwbaarheid van de 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. De ene spiraal werkt langer dan de andere. Afhankelijk van het type, biedt een koperspiraal vijf tot tien jaar betrouwbare anticonceptie zonder hormonen.

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.