

## **SPIRAL –INFORMATION OG OPLÆGNING**

Der findes to slags spiraler, hormonspiral og kobberspiral. De virker begge som prævention. Det anbefales at oplægge en spiral i slutningen af din menstruation og ca. en uge frem.

### **HORMONSPIRAL KAN ANVENDES AF NÆSTEN ALLE KVINDER OGSÅ:**

1. Kvinder med kraftige blødninger, hvor spiralen også kan være en behandling.
2. Kvinder med forhøjet blodtryk og kvinder der tidligere har haft blodpropper.
3. Unge og kvinder der ikke har født, eller lige har født. Den har ingen indflydelse på amning.
4. Kvinder med cyklisk hovedpine.
5. Kvinder med endometriose
6. Kvinder med blodmangel.

### **VIRKNING AF HORMONSPIRALEN**

Hormonspiralen afgiver dagligt en lille mængde levonorgestrel, som er et gestagen. Hormonet mindsker slimhinden i livmoderen, men ikke den normale hormoncyklus. Hormonspiralen giver ikke vægtstigning på over 500 gram i talrige undersøgelser. Spiralen påvirker ikke kolesterol tallet.

Der findes tre slagshormonspiraler:

Jaydess: lille spiral til kvinder der ikke har født børn.

Kyleena: lille spiral til både kvinder der ikke har født børn og kvinder der har født børn.

Mirena: alm. spiral til kvinder der har født børn og til kvinder med meget kraftige blødninger.

Hormon indholdet varierer en smule i de forskellige spiraler, for flere oplysninger kan du læse om spiralerne på nettet eller drøfte mulighederne med din læge eller gynækolog.

### **FORDELE VED HORMONSPIRALEN**

Hormonspiralen er en sikker præventionsform den nedsætter menstruationssmerter og blødningen drastisk. Varigheden af menstruationerne forkortes til få dage, og 20-40% ophører helt med at have menstruation indenfor det første år. Spiralen beskytter mod underlivsbetændelse.

### **ULEMPER**

Der kan være blødning og pletblødninger i 3-6 måneder i indkøringsfasen. Enkelte kan opleve øget uren hud, humørsvingninger og brystspænding i starten, men det forsvinder som regel efter nogle måneder. Nogle kvinder oplever også ændret/øget udflåd.

### **KOBBERSPIRAL**

Kobberspiralen er også en sikker præventions form. Nogle oplever dog øget blødnings mængde og menstruationssmerter.

## **OPLÆGNING AF SPIRAL**

En time inden spiraloplægningen, kan du med fordel tage:

2 tbl (400 mg) Ipren/Ibumetin eller 2 tbl ( 1 g.) Pamol/Panodil

Du får foretaget en gynækologisk undersøgelse og bliver ultralydsskannet før oplægningen, hvis du ønsker det kan der lægges en lokalbedøvelse på livmoderhalsen. Der sættes en lille tang på livmoderhalsen, og lægen måler din livmoder med en lille sonde.

Herefter oplægges spiralen i livmoderhulen, og snorene på spiralen afklippes med en længde på 2-3 cm. Derefter kontrolleres spiralens placering i livmoderen med ultralyd. I dagene efter kan der være menstruationslignende smerter. Smerterne kan behandles med Ipren og Panodil

Spiralen kontrolleres ikke rutinemæssigt efterfølgende, men din egen læge kan tjekke den ved at se snorene ved en gynækologisk undersøgelse. Du kan også selv mærke snorene

Hvis der opstår problemer med smerter eller blødninger ud over det forventelige kan du kontakte os i de første tre måneder.

I meget sjældne tilfælde kan man få infektion, der nødvendiggør at spiralen igen må fjernes. Ekstremt sjældent kan en spiral gennembore livmoderen til bughulen, hvis man tidligere er blevet opereret i underlivet eller spiralen er blevet lagt kort efter en fødsel, hvor livmoderen er extra blød.

Du bløder efter spiralanlæggelsen, og for at mindske risikoen for infektion bør du undgå samleje, karbad/svømmehal og brug af tampon til blødningen er ophørt ( ca. 1-2 uger)

## **DU BØR KONTAKTE LÆGE**

1. Ved mistanke om at spiralen er udstødt eller ikke sidder korrekt.
2. Ved mistanke om graviditet.
3. Ved feber, smerter og ildelugtende udflåd.
4. Ved pludselige ændringer i dit blødnings mønster
5. Ved bivirkninger der ikke ophører

## **PRIS**

Hormonspiralen koster ca 1200 kr.

Hvis du får spiralen pga kraftige blødninger, kan vi eller din egen læge søge Lægemiddelstyrelsen om et tilskud, dette er på omkring 100 kr.

Hvis du har fået bevilliget et tilskud kan du også søge Sygesikringen Danmark om tilskud.

Kobberspiralen koster 275-450 kr. afhængig af model.

Trine Kølby september 2024 Revideres september 2027