



Patiënt informatiebrief: Inbrengen van een spiraaltje

Wat is een spiraaltje?

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

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

Hoe werkt het spiraaltje?

Er zijn verschillende soorten spiraaltjes.

Het koperspiraaltje:

- Maakt het baarmoederslijmvlies ongeschikt voor de innesteling van een bevruchte eicel.
- Maakt de zaadcellen die uw baarmoeder binnenkomen onvruchtbaar.
- Is betrouwbaar: van de duizend vrouwen die het koperspiraaltje gebruiken, raken er per jaar maximaal tien toch zwanger.
- Is direct werkzaam vanaf het moment van plaatsing.
- Blijft tien jaar werkzaam (afhankelijk van het type koperspiraaltje).

Het hormoonspiraaltje (ook wel Mirena spiraaltje genoemd):

- Geeft een zeer kleine hoeveelheid hormoon (progestageen). Er komt veel minder progestageen in het bloed dan bij andere hormonale anticonceptiemiddelen. Progesteron maakt het baarmoederslijmvlies ongeschikt voor innesteling van een bevruchte eicel.
- Maakt het slijm van de baarmoedermond minder doorgankelijk voor zaadcellen.
- Is heel betrouwbaar: van de duizend vrouwen die het hormoonspiraaltje gebruiken raken jaarlijks maximaal één of twee toch zwanger.
- Is direct werkzaam als u het tijdens de menstruatie laat inbrengen.
- Blijft vijf jaar werkzaam.
- Het merendeel van de patiënten die kiest voor een spiraaltje, kiest voor de Mirena spiraal.

Hoe kom ik aan een spiraaltje?

U dient zelf een spiraaltje op te halen bij de apotheek indien de huisarts deze bij u plaatst. U kunt een recept vragen aan uw huisarts. Wordt het spiraaltje door de gynaecoloog ingebracht, dan zorgt het ziekenhuis dat er een spiraaltje aanwezig is. U dient er rekening mee te houden dat het spiraaltje wordt verrekend met uw eigen risico.

Hoe wordt een spiraaltje ingebracht?

Wij raden u aan een uur voor het plaatsen van het spiraal een pijnstiller te nemen.

Bijvoorbeeld Paracetamol 2x 500mg mg tezamen met Ibuprofen 400 mg
of
Paracetamol 2x 500mg mg tezamen met Diclofenac 50 mg.

Het spiraaltje wordt meestal tijdens of vlak na de menstruatie ingebracht. De baarmoedermond staat dan het beste open. U bent dan ook zeker niet zwanger en het spiraaltje is direct betrouwbaar.

U gaat liggen met gespreide benen. Eerst wordt met inwendig onderzoek de ligging van uw baarmoeder gevoeld. Dan wordt het speculum (eendenbek) in de vagina ingebracht om de baarmoedermond goed te kunnen zien. De baarmoedermond wordt met een speciale tang vastgepakt. Met een staafje wordt de diepte van de baarmoeder gemeten. Dit kan een onaangenaam gevoel geven. Daarna wordt het spiraaltje via een dun hulsje naar binnen geschoven. Het hulsje wordt weer teruggetrokken en de draadjes worden op maat geknipt.

Voor het plaatsen van het spiraaltje wordt 20 minuten ingepland.

Wat zijn de bijwerkingen van het spiraaltje?

Het koperspiraaltje:

- Maakt dat de menstruaties meestal wat langer duren dan u gewend was, en kan wat meer bloedverlies en krampen geven.
- Kan ook tussen de menstruaties door wat bloedverlies geven.
- Geeft vaak meer (normale) vaginale afscheiding (witte vloed). Dit kan geen kwaad.

Het hormoonspiraaltje:

- Kan soms lichte bijwerkingen geven zoals gespannen borsten of lichte misselijkheid.
- Maakt dat de menstruaties meestal minder hevig en pijnlijk zijn en minder lang duren.
- Kan ook tussen de menstruaties door wat bloedverlies geven.
- Maakt vaak dat de menstruaties helemaal wegblijven. Dit kan geen kwaad.
- Geeft vaak meer (normale) vaginale afscheiding (witte vloed). Dit kan geen kwaad.
- Soms ook gespannen borsten.
- Anticonceptiemiddelen met alleen progestageen geven geen extra risico op trombose (stolsel in de ader) of op hart- en vaatziekten.

Controle bij het spiraaltje

Na inbrengen van het spiraaltje is er een kleine kans dat het spiraaltje niet goed blijft zitten. U krijgt daarom een verwijzing mee voor het laten maken van een echo 6 weken na het plaatsen van het spiraaltje.

Hoe gaat het verder bij een spiraaltje?

Na het inbrengen van een spiraaltje kunt u zich even duizelig voelen. Wanneer u zich weer goed voelt, kunt u direct naar huis. Het is verstandig om het die dag verder rustig aan te doen. U kunt die dag wat buikkrampen voelen.

Wanneer u van tevoren een pijnstiller heeft ingenomen helpt die nog een paar uur. Heeft u geen pijnstiller ingenomen dan kunt u dat - zo nodig - achteraf alsnog doen.

Noteer in uw agenda wanneer het spiraaltje is ingebracht, welk soort spiraaltje het is, en wanneer het vervangen moet worden. Het kan waarschijnlijk geen kwaad om een spiraaltje langer te laten zitten, maar het is niet zeker of het dan nog werkt.

Wanneer contact opnemen bij een spiraaltje?

Neem contact op met uw huisarts als u in de eerste dagen na plaatsen van het spiraaltje last krijgt van:

- abnormale afscheiding
- aanhoudende buikpijn
- koorts

Tot slot

Heeft u na het lezen van deze brief nog vragen, neem dan contact op met de praktijk.

Vriendelijke groet,

Huisartsenpraktijk H.A. Eijelaar