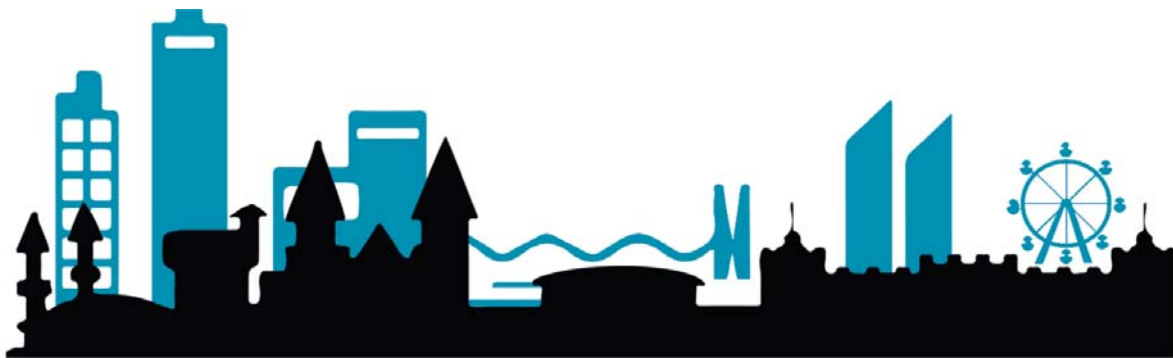




Groot Huisartsenzorg



Naam van de gebruikster:

Spiraal is ingebracht op:

Uw spiraal moet omstreeks/..... (maand/jaar) worden verwijderd of vervangen.

Gebruiksduur van mirena is:

- 5 jaar (bij gebruik als anticonceptiemiddel of versterkt menstrueel bloedverlies)
- 3 jaar (bij gebruik in combinatie met oestrogenen bij overgangsklachten)

Gebruiksduur van koperspiraal is:

- 10 jaar

- Advies: 30-60 minuten voor ingreep 2 stuks paracetamol van 500mg innemen
- Advies: 30-60 minuten voor ingreep 400mg ibuprofen innemen

- Aanvullende instructies:

Inhoud

1. Algemeen spiraal
 - 1.1 Wat is het spiraal?
 - 1.2 Hoe ziet het spiraal eruit?
 - 1.3 Waar wordt het spiraal voor gebruikt
 - 1.4 Hoe werkt het spiraal
 - 1.5 Het spiraal als anticonceptie methode
 - 1.6 Betrouwbaarheid van het spiraal
 - 1.7 Plaatsing van het spiraal
 - 1.8 Menstruatiepatroon
 - 1.9 Het gebruik van tampons

2. Seksualiteit en zwangerschap
 - 2.1 Betrouwbaarheid na het plaatsen
 - 2.2 Het spiraal tijdens het vrijen
 - 2.3 Zwangerschap na het verwijderen van het spiraal
 - 2.4 Zwangerschap tijdens het gebruik van het spiraal
 - 2.5 Buitenbaarmoederlijke zwangerschap
 - 2.6 Borstvoeding en het hormoonspiraal
 - 2.7 Borstvoeding en het hormoonspiraal

3. Controles na plaatsing van het spiraal
 - 3.1 Het controleonderzoek
 - 3.2 Zit het spiraal goed?
 - 3.3 Wanneer uw arts raadplegen?
 - 3.4 Verwijdering van het spiraal
 - 3.5 Bijwerkingen bij inbrengen of verwijderen
 - 3.6 waar moet u op letten tijdens het gebruik van een spiraal?

4. Mogelijke neveneffecten
 - 4.1 Mogelijke bijwerkingen
 - 4.2 Hormonale bijwerkingen
 - 4.3 Infecties
 - 4.4 Bloedarmoede

5. Wanneer mag u het spiraaltje niet gebruiken?
 - 5.1 In de hieronder genoemde situaties mag u het spiraaltje niet gebruiken.
 - 5.2 Wanneer moet u extra voorzichtig zijn met dit middel

6. Waarschuwingen
 - 6.1 Diabetespatiënten
 - 6.2 Uitstoting van het spiraal

7. Tot slot

1A. Algemeen spiraal

1.1 Wat is het spiraal?

Hormoonspiraaltje

Het hormoonspiraaltje is een 'intra-uterine device' (IUD). Dit betekent: 'voorwerp in de baarmoeder' en het wordt ook wel 'spiraaltje' genoemd. Omdat het hormoonspiraal, in tegenstelling tot een koperspiraal, geen metaal bevat, maar juist een hormoon afgeeft, wordt het 'hormoonspiraal(tje)' genoemd.

Koperspiraaltje

Ook dit is een IUD alleen zonder hormonen en bevat het metaal koper.

1.2 Hoe ziet het spiraal eruit?

Hormoonspiraal

Het hormoonspiraal is een klein, T-vormig voorwerp dat in de baarmoeder wordt geplaatst. In het verticale deel van het hormoonspiraal zit een staafje dat een hormoon, levonorgestrel, bevat. Onderaan de 'T' zitten twee dunne draadjes. Door de T-vorm blijft het hormoonspiraal goed in de baarmoeder zitten. Nadat het hormoonspiraal is geplaatst, geeft het elke dag een kleine hoeveelheid hormoon af in de baarmoeder.

Het hormoonspiraal zit in een grote doos verpakt. In deze doos zit het hormoonspiraal samen met het inbrengsysteem (de inserter). In werkelijkheid is het hormoonspiraal echter heel klein. Op de verpakking van Mirena staat een afbeelding van het hormoonspiraal op ware grootte. Gebruikelijke merken in Nederland zijn Mirena en Kyleena.

Koperspiraal

Het koperspiraal is een stukje plastic in de vorm van een 'T' of hoefijzer met een koperdraadje eromheen. Deze geeft steeds wat koper af in de baarmoeder. Dit veroorzaakt een soort ontstekingsreactie. Gebruikelijke merken in Nederland hiervan zijn de T-safe, Ballerine, gynefix, flexi-T, en de multi-safe.

1.3a Waar wordt het spiraal voor gebruikt?

Het spiraaltje kan om verschillende redenen door uw arts worden geadviseerd.

Hormoonspiraaltje

Meestal wordt het hormoonspiraaltje voorgeschreven als anticonceptiemethode, waarbij het niet alleen kan worden gebruikt door vrouwen die al kinderen hebben gehad, maar ook door vrouwen die nog geen kinderen hebben. Het hormoonspiraaltje wordt ook als therapie gebruikt bij vrouwen die last hebben van versterkt menstrueel bloedverlies (menorragie), aangezien de hoeveelheid bloedverlies onder invloed van het hormoonspiraaltje aanzienlijk kan verminderen.

Daarnaast is het hormoonspiraaltje geschikt voor vrouwen die oestrogene hormonen gebruiken (in de vorm van tabletten, gel of pleisters) tegen overgangsklachten en die, als ze nog een baarmoeder hebben, een aanvullende progestageentherapie nodig hebben om overmatige groei van het baarmoederslijmvlies te voorkomen.

Koperspiraaltje

Ook deze wordt voorgeschreven als anticonceptiemethode. Met name voor vrouwen die om welke reden dan ook geen hormonen mogen of willen. Verder kan het ook geplaatst worden als "morning-after" methode binnen 120 uur na onbeschermd seks/gemeenschap.

1.4 Hoe werkt het spiraal?

Hormoonspiraal

Evenals de anticonceptiepil bevat het hormoonspiraaltje een hormoon waarvan de werking op het baarmoederslijmvlies te vergelijken is met die van progesteron (een hormoon dat door het eigen lichaam wordt gemaakt). Levonorgestrel, het hormoon in het hormoonspiraaltje, wordt continu toegediend en zorgt ervoor dat het slijmvlies in een rustfase komt zodat het niet meer reageert op oestrogenen (vrouwelijke hormonen die in de eierstokken worden aangemaakt). Daardoor wordt het baarmoederslijmvlies niet meer opgebouwd en worden de vaginale bloedverliezen veel lichter en minder pijnlijk.

In het begin geeft het hormoonspiraaltje in de baarmoeder per 24 uur een hoeveelheid van 20 microgram (= 0.02mg) levonorgestrel af. Dit neemt geleidelijk wat af. Als u het hormoonspiraaltje gebruikt als anticonceptiemiddel of tegen hevig menstrueel bloedverlies is de werkingsduur vijf jaar. Daarna moet u het hormoonspiraaltje laten vervangen. U kunt tijdens het consult waarin het hormoonspiraaltje wordt verwijderd meteen een nieuw hormoonspiraaltje laten plaatsen. Als u het hormoonspiraaltje bij overgangsklachten gebruikt, in combinatie met oestrogeentabletten, -pleisters of -gel, moet het na drie jaar worden vervangen.

Koperspiraal

Door de continue afgifte van koper binnen in de baarmoeder worden de zaadcellen van de man inactief. Hierdoor kan er geen bevruchting plaatsvinden van de eicel. Daarnaast zorgt het ervoor dat een wel eventueel bevruchte eicel zich niet kan innestelen in de baarmoederwand. Hierdoor kan die eicel ook niet uitgroeien tot een embryo.

De huidige beschikbare IUD's veroorzaken een steriele asymptotische (zonder dat er klachten van zijn) ontsteking. Het is een lichaamsvreemd object waardoor het lichaam het probeert af te stoten door een ontstekingsreactie te veroorzaken (vreemdlichaamreactie) in het baarmoederslijmvlies en deels ook in de eileiders. Koper versterkt deze ontstekingsreactie en is daarom toegevoegd.

1.5 Het spiraal als anticonceptiemethode

De bescherming die het spiraaltje biedt tegen ongewenste zwangerschap is gebaseerd op de volgende effecten.

- Het slijm dat zich in het baarmoederhalskanaal bevindt wordt 'taaiër', waardoor zaadcellen er moeilijker doorheen kunnen.
- Door de afgifte van het hormoon levonorgestrel in de baarmoeder kunnen zaadcellen hier niet normaal bewegen en functioneren. Dit verkleint de kans op een bevruchting. (dit geldt niet voor het koperspiraal)
- Het baarmoederslijmvlies (dit is de 'binnenbekleding' van de baarmoeder) wordt niet of nauwelijks opgebouwd. Als er toch een bevruchting plaatsvindt, kan een bevruchte eicel zich hierdoor niet innestelen.
- Door de aanwezigheid van een vreemd voorwerp in de baarmoeder (het hormoonspiraaltje) kan een eicel die eventueel is bevrucht zich niet innestelen. (vreemlichaamreactie)
- Bij sommige vrouwen wordt de eisprong (ovulatie) onderdrukt. Als er geen eicel vrijkomt, kan er geen bevruchting plaatsvinden. (met name hormoonspiraal)

Door de plaatselijke werking van het hormoonspiraal zijn er weinig hormonale bijwerkingen. Het hormoon levonorgestrel wordt rechtstreeks in de baarmoeder afgegeven, waardoor er minder van dit hormoon nodig is in vergelijking met de pil. De hoeveelheid hormoon die in het bloed en dus de rest van het lichaam komt, is bij het hormoonspiraaltje 20 tot 60 maal minder dan bij de anticonceptiepil. Daarom wordt de normale cyclus bij gebruik van het hormoonspiraaltje niet verstoord. Bij een koperspiraal behoudt u altijd uw eigen cyclus omdat er geen andere hormonen van invloed zijn hierop.

Het spiraaltje is een anticonceptiemethode waaraan u niet elke dag hoeft te denken. In overleg met uw arts kunnen jaarlijkse controles plaatsvinden.

1.6 Betrouwbaarheid van het spiraal

Hormoonspiraal

Het hormoonspiraaltje is een zeer betrouwbaar anticonceptiemiddel. Onderzoek heeft aangetoond dat er ongeveer twee zwangerschappen voorkomen per 1000 vrouwen die een jaar lang het hormoonspiraaltje gebruiken. Bij langer gebruik neemt de kans op zwangerschap nog verder af.

Koperspiraal

Ook dit een betrouwbaar anticonceptiemiddel, onderzoek heeft aangetoond dat van de 1000 vrouwen die het koperspiraaltje gebruiken, raken er per jaar maximaal 10 zwanger.

1.7 Plaatsing van het spiraal

Het hormoonspiraaltje of het koperspiraaltje wordt bij voorkeur geplaatst tijdens de menstruatie; in elk geval binnen zeven dagen nadat het vaginaal bloedverlies is begonnen. Gedurende deze periode staat de baarmoedermond meer open en gaat het inbrengen gemakkelijker.

Het inbrengen begint net als een inwendig onderzoek dat u misschien al eens heeft ondergaan. Hoe meer u zich op uw gemak voelt bij uw arts en hoe beter u kunt ontspannen, des te minder u ervan voelt. De arts zal het spiraaltje met behulp van de inserter via de vagina in de baarmoeder inbrengen. De draadjes worden tot een lengte van 2-3 cm afstand van de baarmoedermond afgeknipt. U kunt ze met de vinger voorzichtig blijven voelen. Het inbrengen neemt in het algemeen niet veel tijd in beslag. Bij vrouwen die al eens bevallen zijn, is het inbrengen eenvoudig. U kunt een uur voor de afspraak met uw arts een pijnstiller (paracetamol/ibuprofen) nemen.

Na een bevalling wordt geadviseerd het spiraal pas te plaatsen als de baarmoeder haar normale grootte heeft aangenomen, maar niet eerder dan 6 weken na de bevalling. Wanneer het samentrekken van de baarmoeder langzamer verloopt, moet soms worden gewacht tot 12 weken na de bevalling.

Wanneer u nooit bevallen bent moet u er rekening mee houden dat het inbrengen pijnlijk kan zijn. In overleg met uw arts kan zonodig plaatselijke verdoving worden toegepast. Na het plaatsen hebben sommige vrouwen last van een krampachtig gevoel in de onderbuik. In het algemeen verdwijnt dit binnen enkele uren.

1.8a Menstruatiepatroon

Hormoonspiraal

Als gevolg van het hormoon in Mirena zal uw menstruatiepatroon gaan veranderen. Mirena brengt het baarmoederslijmvlies in een rustfase, een toestand die vergelijkbaar is met die tijdens een periode van borstvoeding.

Omdat het enkele maanden kan duren tot dit nieuwe evenwicht wordt bereikt, kan tijdens deze eerste maanden na het plaatsen soms onregelmatig bloedverlies optreden. Meestal gaat het om druppelsgewijs bloedverlies (spotting). De hoeveelheid bloedverlies verschilt van vrouw tot vrouw, maar vermindert meestal geleidelijk.

Tijdens de eerste maand van het gebruik kan het bloedverlies regelmatig optreden, waardoor het lijkt alsof de menstruatie enkele weken aanhoudt. Na verloop van tijd zal het bloedverlies minder worden en minder vaak optreden; na drie tot zes maanden neemt dit af tot enkele dagen bloedverlies per maand. Bij een klein aantal vrouwen kan het voorkomen dat er direct na plaatsing geen bloedverlies meer is.

Koperspiraal

Aangezien het koperhoudende spiraaltje een methode zonder hormonen is, behoudt u uw eigen natuurlijke menstruatiepatroon. Wel kunnen de eerste menstruaties wat eerder komen dan

gebruikelijk, pijnlijker zijn of wat langer duren. Na 2 of 3 maanden zal meestal uw menstruatiepatroon weer gelijk zijn aan uw natuurlijke menstruatiepatroon. Het verloop van uw menstruatiepatroon heeft geen effect op de betrouwbaarheid van het koperspiraaltje. Het is goed om te weten dan u met het koperspiraal uw menstruatie niet kunt overslaan, verschuiven of uitstellen.

1.9 Het gebruik van tampons

U kunt gewoon tampons gebruiken, ook direct na plaatsing. Omdat tijdens gebruik van het hormoonspiraaltje de vaginale bloedverliezen lichter zijn, is het mogelijk dat het gebruik van tampons niet meer uw voorkeur heeft omdat de tampons droger blijven. Hierdoor is het soms moeilijker ze te verwijderen.

2. Seksualiteit en zwangerschap

2.1 Betrouwbaarheid na het plaatsen

hormoonspiraal

Als het hormoonspiraaltje tijdens de menstruatie – of in ieder geval binnen 7 dagen na het begin van de menstruatie - wordt ingebracht, bent u direct beschermd tegen zwangerschap. Als het hormoonspiraaltje niet tijdens de menstruatie wordt ingebracht, moeten u of uw partner de eerste 7 dagen na plaatsing een zogenaamde barrièremethode (bijvoorbeeld een condoom) gebruiken.

Koperspiraal

U bent direct beschermd als u het koperspiraal heeft geplaatst tijdens de menstruatie of in ieder geval binnen 7 dagen na het begin van de menstruatie. Verder ook als u het laat plaatsen binnen 120 uur na onbeschermd seks/gemeenschap is het spiraal direct werkzaam.

2.2 Het spiraal tijdens het vrijen

Uzelf of uw partner kunnen het spiraal niet voelen tijdens het vrijen. Soms zijn de draadjes te voelen; mocht dit een probleem zijn, neem dan contact op met uw arts om de draadjes korter af te laten knippen. Zodra je zin hebt, kan je weer gewoon vrijen. Ook direct na plaatsing van het spiraaltje. Het spiraaltje zit veilig in de baarmoeder, het kan dus geen kwaad.

2.3 Zwangerschap na het verwijderen van het spiraal

Omdat het spiraaltje de vruchtbaarheid en de natuurlijke hormonale cyclus niet of nauwelijks beïnvloedt, kunt u (en mag u) direct na het verwijderen van het spiraaltje zwanger worden.

2.4 Zwangerschap tijdens het gebruik van het spiraal

Het is uitzonderlijk dat een vrouw zwanger wordt met het spiraal.

hormoonspiraal

Wanneer u tijdens het gebruik van het hormoonspiraaltje geen menstruatie meer hebt, betekent dat vrijwel nooit dat u zwanger bent. Een op de zes gebruiksters heeft na verloop van tijd immers geen vaginaal bloedverlies meer. Blijft uw menstruatie 6 weken of langer uit na het begin van uw vorige menstruatie en u vertoont daarbij tekenen van zwangerschap zoals ochtendmisselijkheid en/of braken en gevoelige borsten, dan moet u uw arts raadplegen voor een onderzoek en een zwangerschapstest.

Koperspiraal

Wanneer u tijdens het gebruik van het spiraaltje geen menstruatie meer hebt, kan dat betekenen dat u zwanger bent aangezien u normaal gesproken uw menstruatiepatroon behoudt. Blijft uw menstruatie 6 weken of langer uit na het begin van uw vorige menstruatie en u vertoont daarbij

tekenen van zwangerschap zoals ochtendmisselijkheid en/of braken en gevoelige borsten, dan moet u uw arts raadplegen voor een onderzoek en een zwangerschapstest.

Als u tijdens het gebruik van een spiraal zwanger raakt, moet u het spiraal zo spoedig mogelijk door uw arts laten verwijderen. Ook moet u met uw arts bespreken of het noodzakelijk is de zwangerschap te beëindigen. Bij een zwangerschap met een IUD in de baarmoeder, is er een grotere kans op een miskraam of een vroegtijdige bevalling. In elk geval moet een dergelijke zwangerschap nauwlettend worden gecontroleerd.

2.5 Buitenbaarmoederlijke zwangerschap

hormoonspiraal

Hoewel het hormoonspiraaltje zeer effectief is ter voorkoming van ongewenste zwangerschap kan dit toch voorkomen. Ongeveer 2 van de 1000 vrouwen bij wie het hormoonspiraaltje correct is geplaatst worden zwanger in het eerste jaar. Bij langer gebruik neemt de kans op zwangerschap nog verder af.

Als u zwanger wordt tijdens gebruik van het spiraal is de kans op een buitenbaarmoederlijke zwangerschap verhoogd. Bij vrouwen bij wie het hormoonspiraaltje correct is geplaatst, is het aantal buitenbaarmoederlijke zwangerschappen ongeveer 1 op de 1000 vrouwen per jaar. Dit is minder dan bij vrouwen die helemaal geen anticonceptie gebruiken (ongeveer 3 tot 5 op de 1000 vrouwen per jaar). Aangezien een buitenbaarmoederlijke zwangerschap zeer ernstige gevolgen kan hebben, is het noodzakelijk om bij tekenen van zwangerschap die gepaard gaan met aanhoudende pijn in de onderbuik, onmiddellijk de hulp van uw arts in te roepen.

2.6 Borstvoeding en het spiraal

De dagelijkse dosis van het hormoon in het hormoonspiraaltje en de hoeveelheid in uw bloed zijn lager dan bij gebruik van de anticonceptiepil. Bij gebruik van het hormoonspiraaltje worden slechts zeer lage hormoonspiegels gemeten in de moedermelk (0,1 % van de dosis wordt overgedragen op de zuigeling). Het hormoonspiraaltje mag daarom worden gebruikt als u borstvoeding geeft.

Bij het gebruik van een koperspiraal is er helemaal geen invloed van hormonen of sprake van hormoonafgifte in moedermelk en kan het dus zonder bezwaar gebruikt worden tijdens een borstvoeding periode.

3. Controles na het plaatsen van een spiraal

3.1 Het controleonderzoek

Nadat het spiraal bij u is ingebracht, zal uw arts u vragen na 4 tot 12 weken terug te komen voor controle en daarna ten minste een keer per jaar. Uw arts zal beslissen hoe vaak en welke soort controles nodig zijn in uw geval. Als u klachten heeft, moet u contact opnemen met uw arts.

3.2 Zit het spiraal goed?

Als u wilt, kunt u zelf controleren of het spiraal nog goed zit. Dit kunt u het beste doen aan het einde van de menstruatie. Breng uw vinger in de vagina tot aan de baarmoedermond; als u daar de dunne draadjes kunt voelen zit het spiraaltje goed. Het is van belang dat u voorzichtig voelt en niet aan de draadjes trekt. U kunt natuurlijk ook uw arts vragen om even te controleren of het spiraaltje nog goed zit.

3.3 Wanneer uw arts raadplegen?

In de volgende gevallen is het aan te bevelen uw arts te raadplegen:

- als u denkt dat u zwanger bent
- bij aanhoudende pijn in de onderbuik, koorts of ongewone vaginale afscheiding

- bij pijn tijdens het vrijen
- als u het kunststofgedeelte van het spiraaltje kunt voelen
- als u de draadjes niet meer kunt voelen
- bij sterk of langdurig bloedverlies

3.4 Verwijdering van het spiraal

Het spiraal kan zeer eenvoudig en op elk gewenst moment worden verwijderd. U moet er echter rekening mee houden dat elke geslachtsgemeenschap die plaatsvindt in de week voor de verwijdering van het spiraaltje alsnog tot een zwangerschap kan leiden. Indien u het spiraaltje wilt vervangen door een andere vorm van anticonceptie is het uiterst belangrijk dat u hieraan denkt en uw arts vertelt wanneer u voor het laatst geslachtsgemeenschap hebt gehad. Indien u het spiraaltje wilt vervangen door een volgend spiraaltje, dan is er geen kans op zwangerschap en hoeft u geen speciale voorzorgen te nemen.

3.5 Bijwerkingen bij inbrengen of verwijderen

Bij het inbrengen of verwijderen van het spiraal kunnen pijn of bloedverlies als bijwerking voorkomen. In heel zeldzame gevallen kan een reactie optreden die lijkt op 'flauwvallen': duizeligheid, zwarte vlekken voor de ogen, bleekheid, zweten, misselijkheid of braken. Deze reactie is ongevaarlijk en gaat binnen enkele minuten over. Als u epilepsie heeft, kan het inbrengen of verwijderen van een spiraal een aanval veroorzaken.

3.6 waar moet u op letten tijdens het gebruik van een spiraal?

Aan het uiteinde van een spiraal zijn twee dunne draadjes bevestigd die na het inbrengen door uw arts op de juiste lengte worden afgeknipt. Deze draadjes maken het voor u mogelijk zelf te controleren of het spiraal nog op zijn plaats zit. Breng een vinger in de vagina tot aan de baarmoedermond: als u daar de dunne draadjes kunt voelen, zit het spiraal goed. Trek niet aan de draadjes, want daardoor kan het spiraal naar buiten komen! Wanneer de draadjes niet meer voelbaar zijn, kunnen ze omhooggeschoven zijn in het baarmoederhalskanaal of kan de spiraal mogelijk zijn verschoven. Het is ook mogelijk dat het spiraal zich buiten de baarmoeder bevindt of geheel is uitgestoten (expulsie), of dat deze in of door de wand van de baarmoeder is gedrongen (perforatie). Raadpleeg in dit geval uw arts en zorg dat u geen seks hebt of dat u een barrieremethode (zoals condooms) gebruikt. Hij/zij zal dan met behulp van bijvoorbeeld echografisch onderzoek vaststellen waar het spiraal zich precies bevindt. Indien het spiraal zich niet meer op de juiste plek bevindt, dan moet het IUD verwijderd worden en door een nieuwe worden vervangen.

4 Mogelijke neveneffecten

4.1 Mogelijke bijwerkingen

Zoals elk geneesmiddel kan het spiraaltje bijwerkingen hebben, al krijgt niet iedereen daarmee te maken. Raadpleeg voor een overzicht van mogelijke bijwerkingen de bijsluiter. Enkele bijwerkingen worden onder 4.2 wat uitgebreider besproken.

4.2 Bijwerkingen

Hormonaal

Veranderingen In het lichaamsgewicht, klachten als hoofdpijn, misselijkheid, gespannen borsten en stemmingsveranderingen kunnen voorkomen, maar ze verminderen of verdwijnen meestal na verloop van tijd. Vrouwen die van de pil op het hormoonspiraaltje overstappen merken de terugkeer van hun gewone hormonale cyclus, die ze voor de start van het pilgebruik hebben gehad. Vaak is het dat de menstruaties meestal minder hevig en pijnlijk zijn en minder lang duren. Er kan ook sprake zijn van bloedverlies tussen de menstruaties door. Vaak is het dat de menstruaties helemaal wegblijven. Dit

kan geen kwaad. Ook kan er meer (normale) vaginale afscheiding (witte vloed) zijn. Het hormoonspiraal geeft geen extra risico op trombose (stolsel in de ader) of op hart- en vaatziekten.

Koper

De meeste vrouwen hebben weinig tot geen last van het spiraaltje. De eerste menstruatie na plaatsing kan mogelijk ook wat heftiger zijn met langer en pijnlijker bloedverlies met krampen. Laat je het spiraaltje voor langere tijd zitten dan kan de menstruatie tijdens de eerste drie maanden na plaatsing als heftiger en onregelmatig worden ervaren. Na drie maanden herstelt de natuurlijke cyclus weer. Soms is er blijvend wat meer bloedverlies tijdens de menstruatie. Ook kan het tussen de menstruaties door wat bloedverlies geven. Vaak veroorzaakt het meer (normale) vaginale afscheiding (witte vloed). Dit kan geen kwaad. Er is geen extra risico op trombose (stolsel in de ader) of op hart- en vaatziekten.

4.3 Infecties

Net als andere anticonceptiemiddelen beschermt het spiraal niet tegen infectie met het hiv-virus (aids) of andere seksueel overdraagbare aandoeningen. Het risico van infecties is vergroot bij wisselende seksuele contacten; gebruik indien nodig een condoom. Mocht er een eileiderontsteking optreden, dan dient het spiraaltje te worden verwijderd. Een snelle behandeling is belangrijk voor het behoud van uw vruchtbaarheid. Raadpleeg onmiddellijk uw arts bij aanhoudende pijn in de onderbuik, koorts, pijn tijdens het vrijen of bij abnormaal bloedverlies.

4.4 Bloedarmoede

Het hormoonspiraaltje vermindert het maandelijks bloedverlies. Daardoor wordt het ijzergehalte in het bloed hoger. Bij het koperspiraaltje is het risico groter om bloedarmoede te krijgen, aangezien de menstruatiecyclus hetzelfde is of zelfs iets toegenomen bloedverlies geeft.

5. Wanneer mag u het spiraal niet gebruiken?

5.1 In de hieronder genoemde situaties mag u het spiraal niet gebruiken.

Als een van deze situaties op u van toepassing is, moet u dit aan uw arts vertellen voordat u het spiraal gaat gebruiken. Het is mogelijk dat uw arts u in dit geval een ander aanraadt.

- U bent zwanger of zou zwanger kunnen zijn
- U heeft onverklaarbaar vaginaal bloedverlies
- U heeft acute of steeds terugkerende ontstekingen in het kleine bekken (in de onderbuik), of u heeft dat gehad.
- U heeft een ontsteking van de baarmoederhals (cervicitis).
- U heeft een ontsteking van de geslachtsorganen of een soa (seksueel overdraagbare aandoening).
- U heeft een ontsteking van het baarmoederslijmvlies na een bevalling (endometritis postpartum).
- U heeft in de afgelopen drie maanden een abortus ondergaan waarna er een infectie is opgetreden.
- U heeft een aandoening die uw weerstand langdurig (chronisch) vermindert of die kan verergeren door bacteriën in de bloedbaan (bijvoorbeeld een afwijking van de hartkleppen of een aangeboren hartafwijking).
- Bij u bevindt het slijmvlies van de baarmoederhals zich ook op plaatsen buiten de baarmoederhals (cervixdysplasie).
- U heeft een kwaadaardige aandoening van de baarmoeder of de baarmoederhals, of er wordt vermoed dat u dit heeft.

- U heeft abnormaal bloedverlies uit de vagina waarvan de oorzaak niet bekend is.
- U heeft een al dan niet aangeboren misvorming van de baarmoeder.
- U heeft 'vleesbomen' in de baarmoeder (myomen) die de baarmoederholte vervormen.
- U bent allergisch voor een van de stoffen in dit geneesmiddel. Deze stoffen kunt u vinden in de bijsluiter.

Specifiek in het geval van een hormoonspiraal

- U heeft een kwaadaardige aandoening die voor de groei afhankelijk is van progestageenhormonen, zoals bepaalde vormen van borstkanker
- U heeft een actieve longembolie of trombo(been)
- U heeft een actieve leverziekte of -tumor

Specifiek in het geval van een koperspiraal

- U heeft de ziekte van Wilson
- U heeft veel menstruatieklasten
- U heeft een koperallergie

5.2 Wanneer moet u extra voorzichtig zijn met dit middel

Als u een spiraal gebruikt met een hormoon in verband met overgangsklasten, moet u ook rekening houden met de informatie in de bijsluiter van dit hormoon. Neem contact op met uw arts als een van de onderstaande aandoeningen op u van toepassing is of ontstaat of verslechtert nadat er bij u een (met name hormoon-)spiraal is ingebracht.

- Migraine, verlies van het zicht aan een kant of andere symptomen die een teken kunnen zijn van een herseninfarct (tijdelijke blokkade van de bloedvoorziening van de hersenen).
- Uitzonderlijke hevige hoofdpijn
- Plotselinge stijging van uw bloeddruk
- Ernstige vaataandoeningen zoals een beroerte of een hartinfarct.
- Als u tabak rookt

6. Waarschuwingen

6.1 Diabetespatiënten

Het spiraaltje kan zonder bezwaar bij suikerziekte worden gebruikt; regelmatige controle van de bloedsuikerspiegel is echter nodig bij het gebruik van een hormoonspiraal. Meestal is het niet nodig de hoeveelheid diabetesmedicijnen aan te passen.

6.2 Uitstoting van het spiraal

Het gebeurt zeer zelden, maar het spiraaltje kan worden uitgestoten zonder dat u het meteen merkt (bijv. tijdens de menstruatie). Er kan daarna een onverwacht vaginaal bloedverlies optreden, of het anders verminderde bloedverlies kan toenemen. Het is ook mogelijk dat het spiraaltje slechts gedeeltelijk wordt uitgestoten en dat u of uw partner dat merkt tijdens de geslachtsgemeenschap. In beide gevallen kunt u het best uw arts raadplegen en ondertussen een andere vorm van anticonceptie gebruiken.

7. Tot slot

Wij adviseren u alvorens u het spiraaltje gaat gebruiken, naast deze brochure altijd de patiëntenbijsluiter te lezen.