

## Spiraloplægning i livmoderen

### Formål

Der findes to typer spiraler – kobberspiral og hormonspiral. Begge spiraler kan anvendes som prævention. Hormonspiralen kan også anvendes til at nedsætte menstruationsblødning, reducere smerter og beskytte slimhinden i livmoderen.

### Planlægning

Oplægning af spiral planlægges ud fra din menstruationscyklus og foretages bedst i slutningen af din blødning. Du skal derfor kontakte klinikken, når du får din menstruation. Hvis du allerede har en hormonspiral og skal have den skiftet, er det ikke nødvendigt at planlægge efter din cyklus.

### Oplægning

Vi anbefaler, at du tager smertestillende (ipren og paracetamol) ca. 1 time før oplægning. Sørg for, at du får noget at spise inden, så dit blodsukker ikke er for lavt.

- Gynækologen starter med at skanne din livmoder og æggestokke
- Der anlægges lokalbedøvelse i livmoderhalsen med et lille stik
- Har du allerede en spiral, fjernes den efter bedøvelsen
- Størrelsen af din livmoderhule samt passage gennem livmoderhalsen vurderes efter behov
- Spiralen lægges op i din livmoder og snore klippes ca. 1,5-2 cm fra livmoderhalsen
- Placering af spiralen kontrolleres ved ultralydsskanning
- Selve proceduren tager 5-10 minutter
- Man kan opleve menstruationslignende smerter, når spiralen lægges op. Smerterne plejer at forsvinde efter få minutter.

### Efter oplægning

Langt de fleste kvinder kan forlade klinikken umiddelbart efter proceduren. Enkelte oplever svimmelhed og ubehag (vaso-vagalt tilfælde). Her kan man blive i klinikken indtil bedring, hvilket typisk er indenfor 30-60 minutter.

For at nedsætte risikoen for infektion, anbefaler vi:

- Undgå karbad/svømmehal/havbad i 2-4 dage efter
- Afvent med samleje i 2-4 dage eller anvend kondom
- Anvend ikke tamponer, men udelukkende bind de første dage efter oplægning

### Opfølgning

Hvis du ikke har spiral i forvejen, tilbyder vi en skanningskontrol efter 3 måneder.

### Hvornår virker min spiral som prævention?

- Kobberspiralen virker med det samme
- Hormonspiralen tager ca. 10-14 dage for at virke som prævention. Anvend kondom de første 2-4 uger, hvis du vil være på den sikre side. Alternativt kan du fortsætte med dine mini-piller eller p-piller i en måned som overlap.

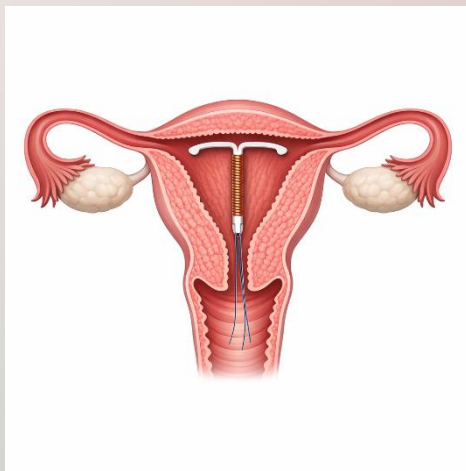
### Bivirkninger og risici

#### Kobberspiral

- Kan øge varighed af menstruationen (typisk 1-2 dage)
- Mængden af blødning øges ofte med en kobberspiral
- Nogle kvinder oplever flere menstruationssmerter. Dette aftager typisk
- Lidt øget risiko for ubalance i vagina (bakteriel vaginose og svamp) samt underlivsbetændelse
- Lille risiko for graviditet uden for livmoderen (skyldes ofte fejlplaceret spiral)
- Meget lille risiko for perforation af livmoderen

#### Hormonspiral

- Kan give pletblødninger i 3-6 måneder efter oplægning
- I de første måneder kan der være øget risiko for acne og brystspænding
- Nogle kvinder oplever påvirkning af humøret og tendens til depression (ca 1,5-2 %). Dette er primært yngre kvinder. Påvirkning af humøret aftager med tiden, da hormonindholdet i spiralen falder løbende.
- Lille risiko for graviditet uden for livmoderen (skyldes ofte fejlplaceret spiral)
- Meget lille risiko for perforation af livmoderen



Kobberspiral i livmoderen