

## SPIRALER

Der findes 2 slags spiraler; kobberspiraler og hormonspiraler. Spiraler består af et cirka 3 cm langt, T-formet plastikskelet enten omviklet med kobbertråd eller indeholdende en lille beholder, der afgiver hormon. Spiraler skal placeres i livmoderhulen

### Kobberspiral

Kobberet i spiralen påvirker slimhinden i livmoderen, så et eventuelt befrugtet æg ikke kan sætte sig fast og nedsætter sædcellers bevægelighed. Sikkerheden mod graviditet er 98-99% og spiralen kan bruges i 5 år.

Kobberspiralen medfører ofte lidt kraftigere menstruationsblødning og kan give lidt flere menstruationssmerter. Dermed egner kobberspiralen sig til kvinder, som ikke har kraftige menstruationer og som ikke er generet af menstruationssmerter.

Kobberspiralen findes i 2 størrelser; en normal størrelse til kvinder der har født og en mindre udgave til kvinder som ikke har født.

Kan købes i klinikken for 350 kr eller på Apoteket (håndkøb)

### Hormonspiral

Hormonspiralen afgiver kontinuerligt hormonet gestagen, som bevirker at slimhinden i livmoderhulen bliver tynd. Dette gør at et eventuelt befrugtet æg ikke kan sætte sig fast, og medfører desuden at menstruationsblødningerne bliver svagere eller ophører helt. Den afgivne mængde hormon er langt mindre end hvis man anvender minipiller eller p-piller.

Sikkerheden mod graviditet er over 99%

Efter oplægning af hormonspiral, oplever mange kvinder de første måneder hyppige pletblødninger eller småblødninger. Da en lille smule af hormonet passerer fra livmoderen over i kroppen, er der nogle som oplever bivirkninger som fx uren hud, humørpåvirkning, hovedpine, brystspænding eller let vægtøgning. Dette er især de første måneder. Mange oplever ikke bivirkninger til hormonspiralen. Der findes 3 slags hormonspiraler:

**Jaydess:** er godkendt som præventionsmiddel, indeholder mindst hormon og kan bruges i 3 år.

**Kyleena:** er godkendt som præventionsmiddel, indeholder lidt mere hormon, kan bruges i 5 år.

**Mirena:** er godkendt som præventionsmiddel, behandling mod kraftige menstruationsblødninger og som beskyttelse af slimhinden i livmoderen ved behandling med hormoner ved gener i overgangsalderen. Indeholder mest hormon og kan bruges i 5 år.

Jaydess og Kyleena er lidt mindre end Mirena. Du kan også læse om spiralerne på [min.medicin.dk](http://min.medicin.dk)

Hormonspiral fås på recept og kan efter receptudstedelse købes på Apoteket for 1100-1200 kroner. Hvilken spiral du skal have, aftales ved konsultation hos din egen læge eller ved konsultation her i klinikken.

## **Oplægning af spiral**

Oplægning af spiraler foretages oftest i slutningen af en menstruationsperiode eller i dagene herefter. Det anbefales at vente med spiraloplægning til mindst 6 måneder efter fødsel eller kejsersnit.

Spiraloplægningen medfører ofte menstruationslignende smerter.

Før spiraloplægning: Det anbefales at tage tbl Panodil 1 g og/eller tbl. Ipren 400 mg 1 time før indgrebet. Desuden er det vigtigt, at du ikke møder på tom mave.

Under spiraloplægning: Først foretages en ultralydsscanning for at vurdere livmoderens lejring og størrelse. Herefter anlægges ofte lokalbedøvelse i livmoderhalsen, livmoderens dybde måles og spiralen lægges ind i livmoderen. Til sidst kontrolleres spiralens beliggenhed ved ultralydsscanning.

Efter spiraloplægning: Da der er en lille risiko for infektion ved oplægning af spiral, anbefales det at du i de første 5 dage herefter undgår samleje, tamponbrug og karbad samt badning i hav eller svømmehal. På grund af den lille infektionsrisiko skal du kontakte læge hvis du efter spiraloplægningen får stærke smerter, feber og/eller blødning kraftigere end menstruation.

Du får altid tilbudt tid til kontrolscanning af spiralen nogle måneder efter oplægningen.

Venlig hilsen Speciallæge Mette Erenbjerg

Udarbejdet Maj 2020, revideres senest Maj 2023