



Informatiebrief plaatsing spiraaltje

Gezondheidscentrum Bottendaal

Er zijn twee soorten spiraaltjes: een koper-houdend en een hormoon-houdend spiraaltje (Mirena of Kyleena). Beide soorten kunnen geplaatst worden om zwangerschap te voorkomen. Daarbij kan het hormoon-houdend spiraaltje (Mirena) tevens gebruikt worden bij overvloedige menstruaties. Indien u samen met de huisarts of gynaecoloog, na het bespreken van de voor- en nadelen, hebt besloten tot het laten plaatsen van een spiraaltje, is het verstandig onderstaande informatie goed te lezen. Als u na het lezen nog vragen heeft, dan kunt u dat bespreken met ons als huisarts. De spiraaltjes worden in onze praktijk geplaatst door alle huisartsen. Wij zijn daarvoor geschoold (bevoegd en bekwaam). Natuurlijk hebt u ook de keuze om hiervoor een verwijzing te vragen voor de gynaecoloog. Wij raden dit aan bij vrouwen bij wie inwendig onderzoek moeizaam gaat of die erg gespannen zijn (bijvoorbeeld als iemand er erg tegenop ziet).

Vorbereiding en plaatsing

Nadat u een recept voor een spiraaltje gekregen hebt van de huisarts, haalt U het spiraaltje op bij de apotheek. Het spiraaltje wordt bij voorkeur geplaatst tijdens de menstruatie. Gedurende deze periode staat de baarmoedermond meer open en gaat het inbrengen gemakkelijker.

Het inbrengen begint net als het inwendig onderzoek dat u misschien al gewend bent. Hoe beter u kunt ontspannen, hoe minder u ervan voelt.

De arts zal het spiraaltje met behulp van een zogenaamde inserter via de vagina in de baarmoeder inbrengen. De draadjes aan het spiraaltje worden tot een lengte van ongeveer 3 cm afgeknipt vanaf de baarmoedermond.

Mocht tijdens het inbrengen blijken dat het inbrengen niet 'soepel' verloopt, dan kan het zijn dat we dienen te stoppen en alsnog verwijzen naar de gynaecoloog.

Het inbrengen neemt in het algemeen niet meer dan 20 minuten in beslag.

Complicaties zijn zeldzaam.

Soms ontstaat er een infectie. Van te voren wordt er besproken of u een risico op een geslachtsziekte hebt. Zo nodig dient dat verder onderzocht te worden.

Een heel zeldzame complicatie is het ontstaan van een gaatje in de baarmoeder. Dit kan veel pijnklachten geven, maar indien tijdig ontdekt is zo'n perforatie niet levensbedreigend.

Plaatsing van het spiraaltje na een bevalling moet tot minimaal 8 weken na de bevalling uitgesteld worden.

Na het plaatsen hebben sommige vrouwen last van een krampachtig gevoel in de onderbuik. Daarom kunt u Ibuprofen of Naproxen twee uur voor het plaatsen van het spiraaltje in te nemen (mits u hiervoor geen allergie hebt en geen maagklachten ervan krijgt of bloedvers). Meestal zijn de krampen dan na enkele uren verdwenen.

Zit mijn spiraaltje goed?

In alle gevallen raden wij aan zes weken na de plaatsing te laten beoordelen of het spiraaltje goed zit in de baarmoeder. De touwtjes dienen zichtbaar zijn bij deze controle. Mocht dat onverhoopt niet het geval zijn, dan is er een echo nodig. Na die tijd kunt u regelmatig zelf controleren of het spiraaltje nog goed zit.

Het beste kan dat aan het einde van de menstruatie.

Hoe doet u dit: 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.

Meestal zul u zelf of uw partner geen last hebben van het spiraaltje tijdens het vrijen. Indien dat wel zo is, neem dan contact op met uw arts.

Betrouwbaarheid na het plaatsen

Indien het spiraaltje goed zit, bent u zo goed mogelijk beschermd tegen zwangerschap. Het hormoonspiraaltje is over het geheel genomen betrouwbaarder dan de anticonceptiepil, maar de kans op zwangerschap is nooit nu.

Verwijdering van het spiraaltje

Het spiraaltje kan zeer eenvoudig en op elk gewenst moment weer verwijderd worden door de huisarts. Tenzij de touwtjes zich terug getrokken hebben in de baarmoedermond, wat soms voor kan komen ook als ze lang genoeg zijn gelaten. In dat geval zal de gynaecoloog het spiraaltje verwijderen.

U dient er wel rekening mee houden dat elke geslachtsgemeenschap die plaatsvindt in de week vóór 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 tijdens één en hetzelfde consult door uw arts wilt laten vervangen door een volgend spiraaltje is er geen kans op zwangerschap en hoeft u geen speciale voorzorgen te nemen.

Uitstoting (expulsie) van het spiraaltje

Het gebeurt zeer zelden, maar het spiraaltje kan worden uitgestoten zonder dat u het meteen merkt (bijv. tijdens de menstruatie). Er kan daarna een onverwachte bloeding optreden of het voorheen 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.

Kosten

Aan het plaatsen van het spiraaltje door de huisarts zijn voor u geen kosten verbonden. Of u moet betalen voor het recept van het spiraaltje, het SOA onderzoek en de controle-echo is afhankelijk van uw verzekeraar (ter informatie: Kyleena en Mirena kosten beiden ca 150 euro – peildatum feb 2022). De kosten van een verwijzing valt onder uw eigen zorgverzekering en al dan niet onder uw eigen risico.

Wij zijn als huisarts bevoegd en bekwaam tot het plaatsen van spiraaltjes en doen dit met grote regelmaat. Artsen kunnen nooit garantie geven over het resultaat van hun inzet. Er kan altijd een complicatie optreden. Mocht dit onverhoopt gebeuren, bijvoorbeeld een spiraaltje zit niet goed in de baarmoeder of er is een echo nodig of er is een verwijzing naar de gynaecoloog nodig voor het verwijderen van het spiraal, dan zijn die kosten voor uw eigen rekening, uw eigen risico of uw verzekering.

Wij zijn niet aansprakelijk voor die kosten en zullen deze dan ook niet vergoeden. Wij rekenen hiervoor op uw begrip.

Meer informatie over spiraaltjes vindt u op www.thuisarts.nl :
<https://www.thuisarts.nl/spiraaltje/ik-wil-spiraaltje-gaan-gebruiken> en op www.anticonceptie.nl :
<https://www.anticonceptie.nl/product/spiraaltje/>