

# Informatiefolder

## Plaatsen spiraal

### Hoe ziet het spiraal eruit?

Er zijn twee verschillende soorten spiralen. Het koperspiraal (zonder hormonen) en het hormoonspiraal. Het spiraal is een klein T-vormig voorwerp dat in de baarmoeder wordt geplaatst. Dagelijks geeft het spiraal vanuit het verticale deel een stofje af. Bij het hormoonspiraal is dit 20 mg Levonorgestrel en bij het koperspiraal zijn dit koperionen.

### Plaatsing van het spiraal

Wanneer je net bevallen bent, kan het spiraal op zijn vroegst 10-12 weken na je bevalling geplaatst worden. Eerder is niet mogelijk, omdat de baarmoeder nog klein en stevig moet worden. Mocht je nooit of niet recent (> 6 maanden) bevallen zijn, dan plaatsen we het spiraal het liefst aan het begin van je menstruatie. Gedurende deze periode staat je baarmoedermond wat open en gaat het plaatsen gemakkelijker. Voorafgaand aan het inbrengen van het spiraal, doen we soms eerst een inwendig onderzoek om de ligging van de baarmoeder te controleren. Vervolgens brengen we een speculum (eendenbek) in de vagina om de baarmoedermond goed te kunnen zien. We maken de baarmoedermond schoon en verdoven deze met een verdovingspray. Om te beoordelen of de baarmoedermond ver genoeg open staat, bepalen we met een sonde (dun staafje) de toegankelijkheid van de baarmoedermond en meten de lengte van de baarmoeder op. Daarna maken we het spiraal klaar voor plaatsing. Met de inbrenghuls schuiven we het spiraal in de baarmoeder. Tot slot trekken we de huls terug en knippen we de draadjes op de juiste lengte af. Na de plaatsing controleren we direct met een inwendige echo of het spiraal op de juiste plek in de baarmoeder zit. Het plaatsen zelf duurt hooguit enkele minuten, maar kan onaangenaam aanvoelen. Sommige vrouwen ervaren het zelfs als pijnlijk. Je kunt het beste één uur van te voren twee tabletten Paracetamol à 500 mg of één tablet Aleve/Feminax à 275 mg innemen om de pijn te verminderen. Na de plaatsing is het verstandig even rust te nemen en niet te veel te ondernemen op deze dag. Ben je al een keer bevallen, dan zal de plaatsing over het algemeen soepel verlopen. De baarmoedermond is dan flexibeler.

Het is normaal dat je na het plaatsen van het spiraal buikkrampen of een zeurend gevoel in je onderbuik krijgt. Je kunt ook last krijgen van onregelmatig bloedverlies, omdat je lichaam nog moet wennen aan het spiraal. Het is normaal dat dit bloedverlies 6 weken aanhoudt. Binnen 3 tot 6 maanden moet dit over gaan en zal je lichaam gewend zijn aan het spiraal.

### Wat kan er mis gaan?

In uitzonderlijke situaties kan het spiraal verkleven in de baarmoederwand. Je hoeft hiervan geen klachten te ondervinden. Maar op het moment dat het spiraal verwijderd moet worden, lukt het ons niet om hem eruit te halen. Deze kan dan niet door ons of de huisarts verwijderd worden. Als het spiraal te vroeg na de bevalling wordt geplaatst of de baarmoederwand nog te dun is, kan de baarmoeder tijdens het plaatsen geperforeerd worden. Het

spiraal zit dan niet op de juiste plek in de baarmoeder en zal niet goed werken. Wanneer bovenstaande complicaties optreden zullen wij je doorverwijzen naar de gynaecoloog.

## Betrouwbaarheid na het plaatsen

Het spiraal is in principe veilig, wanneer deze zeven dagen na plaatsing nog volledig in de baarmoeder zit. Wij adviseren je om je eerste cyclus uit voorzorg aanvullende anticonceptie (bijv. condooms) te gebruiken. Mocht je twijfels hebben of het spiraal nog goed zit, neem dan gerust contact met ons op.

## Eindgesprek

Ongeveer 6 weken na de plaatsing nemen wij telefonisch contact met je op om te horen hoe het spiraal tot dan toe bevalt.

## Praktische zaken

De afspraak voor het plaatsen van het spiraal duurt ongeveer 30-45 minuten. De daadwerkelijke plaatsing duurt enkele minuten. Het is handig om een maandverbandje mee te nemen, omdat je bloedverlies kunt krijgen na het plaatsen. Na afloop maken we een afspraak voor het eindgesprek. Na het eindgesprek stellen we je huisarts op de hoogte dat je het spiraal als anticonceptiemiddel gebruikt. Het consult voor het plaatsen van een spiraal kost € 63,53 (tarief 2019), hiervan ontvang je van ons een factuur.

## Tot slot

Wij adviseren om naast deze folder ook altijd de bijsluiter van het spiraal te lezen .