

Adviezen na plaatsing spiraal

Vandaag heeft de huisarts een spiraal bij u geplaatst. Na het plaatsen is het normaal dat u last heeft van buikpijn en/of vaginaal bloedverlies. Dit is te vergelijken met een menstruatie. Dit zal in enkele dagen steeds verder afnemen. Bij sommige vrouwen houdt het bloedverlies wat langer aan.

Infectie voorkomen

Om een opstijgende infectie te voorkomen moet u gedurende 1 week na plaatsing of, als het bloedverlies langer duurt, zolang u bloed verliest:

- Geen tampon gebruiken
- Niet zwemmen, niet in bad, geen sauna bezoeken
- Geen gemeenschap hebben

Na deze periode is het weer veilig om dit wel te doen.

Zwangerschap voorkomen

Gebruik tot de 1ste controle een condoom bij het vrijen, vanwege mogelijk (ongemerkt) verlies van het spiraaltje.

Redenen om de huisarts te bellen

Neem contact op met uw huisarts als u na plaatsing last heeft van:

- abnormale afscheiding
- aanhoudende of toenemende buikpijn en/of hevig vaginaal bloedverlies
- koorts

Ook als u het gevoel heeft dat het spiraal niet goed zit (gevoel te vergelijken met een tampon die verkeerd zit) of als uw partner last heeft van de draadjes van het spiraal (kunnen in de eikel prikken bij te kort afgeknipte draadjes) moet u voor controle op het spreekuur komen.

Controle na 1ste menstruatie of na 4-6wk

Na het inbrengen van het spiraal is er een kleine kans dat het spiraal niet goed blijft zitten. Om de ligging van uw spiraal te controleren is het verstandig om na de eerste menstruatie of, bij uitblijven van uw menstruatie, na 4-6weken bij de huisarts op het spreekuur te komen. Zo weten we zeker dat het spiraal nog steeds goed in de baarmoeder zit. De huisarts kan ook ipv onderzoek een echo regelen bij de huisarts-echoscopist.

Tijdens deze controle zal de huisarts u vragen naar eventuele klachten en zal daarna worden gekeken of de draadjes van het spiraal goed uit de baarmoedermond komen. U kunt ook eventueel zelf met een vinger de draadjes van het spiraal in de vagina voelen.

De eerste menstruaties

Bij het Mirena spiraal kunt u gedurende 3-6 mnd na plaatsing last hebben van frequent onregelmatig bloedverlies. Hierna zal dit afnemen. De meeste vrouwen worden veel minder (vaak) of zelfs helemaal niet (ca 20%) ongesteld.

Bij het koperhoudende spiraal kunt u juist last krijgen van toegenomen bloedverlies en pijn tijdens de menstruatie.

Vervangen na 5 of 10 jaar

Het Mirena spiraal moet na 5 jaar worden vervangen door een nieuw spiraal. Het koperhoudende spiraal moet na 5-10 jaar worden vervangen.

Voor het vervangen wordt weer een kweek gemaakt. Het verwijderen van het oude spiraal en het plaatsen van het nieuwe spiraal geschiedt in 1 sessie.

Bij kinderwens of klachten dient u uiteraard eerder het spiraal te laten verwijderen. Dit is zeer eenvoudig en wordt door de huisarts of de doktersassistente gedaan.