

Informatie over de spiraalplaatsing

Je hebt besloten dat je een spiraaltje wilt laten plaatsen. Je bent goed voorgelicht over de verschillende spiraaltjes. Mocht dit niet zo zijn, of als je na het lezen van deze informatie nog vragen hebt, neem dan contact op.

Wanneer is een spiraal **geen** goede keuze

- als je zwanger bent of kunt zijn
- als je een SOA hebt (laat je voor de zekerheid testen bij twijfel).
- als je onverklaarbaar bloedverlies hebt buiten je menstruaties om
- als je onbegrepen onderbuikspijn hebt
- als je weet dat je baarmoeder een afwijkende vorm of vleesbomen heeft
- als je eerder een expulsie hebt gehad (verzakt en/of verloren spiraal)
- als je borst- of baarmoederhalskanker hebt, of een ander hormoonafhankelijke tumor

Er kunnen verschillende spiralen worden geplaatst:

- Een koper spiraal zoals de Copper-T. Dit is een hormoonvrij spiraaltje dat 10 jaar lang betrouwbaar is. De Copper-T kost 50 NAf.
- Een hormoonhoudend spiraal zoals de Mirena of de generieke variant hiervan. Deze spiralen zijn 6 jaar lang betrouwbaar. De kosten van een Mirena zijn +/- 500 NAf en voor de generieke variant zijn de kosten 100,- NAf.

Voor het ophalen van het spiraaltje krijg je een recept van ons, de koperspiraal kan je ophalen bij Famia Plania of de Botika. De Mirena spiraal kan je ophalen bij Botika Sorsaka. De generieke variant van het hormoonspiraal kan je ophalen bij Famia Plania.

Wanneer kan een spiraal geplaatst worden?

Het spiraaltje kan in principe tijdens elk moment van je cyclus worden geplaatst. Het is wel heel belangrijk dat je niet zwanger bent of kunt zijn.

Na een bevalling kan een spiraal vanaf 6 weken geplaatst worden. De eerste 6 maanden en bij het geven van borstvoeding is de kans op perforatie (doorprikken van de baarmoederwand) verhoogd van 1 op 1000 naar 6 op 1000. Daarom plaatsen we liever iets later, bijvoorbeeld bij 8-12 weken, maar altijd in overleg met jou.

Vergoedingen

De meeste verzekeraars vergoeden het spiraaltje, de plaatsing en de echocontrole niet, vraag dit goed na goed na bij je verzekering. De SVB vergoed de plaatsing en de echocontrole wel. De kosten van de plaatsing zijn 135,- NAf en de echocontrole 75,- NAf.



Belangrijke adviezen m.b.t. de spiraalplaatsing

- Pijnstillers: Een uur voor de spiraalplaatsing kan je 1000 mg paracetamol of 400 mg ibuprofen om de krampen achteraf te verzachten. Deze medicatie mag ook genomen worden als je nog borstvoeding geeft. Ibuprofen geeft het beste effect.
- Een iets volle blaas duwt je baarmoeder in een handige positie voor de plaatsing. Maar liever leeg dan te vol.
- De procedure: Ik begin met een inwendig onderzoek om de ligging en grootte van je baarmoeder te controleren. Daarna, met behulp van een speculum (eendenbek), wordt het spiraaltje geplaatst. Het plaatsen van het spiraaltje zelf duurt een paar minuten.
- Bloedverlies en buikkrampen: Na de spiraalplaatsing kun je wat bloedverlies hebben en (soms heftige) menstratiekrampen. Ook dan mag je pijnstillers gebruiken. Het is verstandig een maandverbandje mee te nemen. Als je borstvoeding geeft kan je wat meer last hebben van krampen. Bloedverlies kun je de eerste 6 weken wat onregelmatig en vaker hebben dan anders, na 3 tot hoogstens 6 maanden is het vaak weer normaal of minder.

Mogelijke complicaties

zwangerschap (ondanks goede positie spiraal)	0,2-0,4%
ontsteking van de baarmoeder	0,16%
hevig bloeden van de baarmoedermond	<0,5%
perforatie van de baarmoederwand < 6 mnd na de bevalling of bij borstvoeding	0,1% 0,6%
expulsie (het verliezen of verzakken van de spiraal) bij gebruik menstruatie cup	3-5% 17%

Nacontrole

Na de plaatsing maken we een afspraak voor een nacontrole, welke zes weken na de plaatsing plaatsvindt. Ik kijk dan met de echo of het spiraaltje op de juiste plek in je baarmoeder ligt.

Neem contact op als je vragen hebt of tegen problemen aanloopt.

Voor een afspraak mag je contact opnemen via de mail: lysanne@mirasoon.com of telefonisch op +5999-4650673

