

# Oplægning og skift af spiral

Du skal have oplagt eller skiftet en spiral.

## SÅDAN FOREGÅR OPLÆGNINGEN

Du bedes købe og udføre en graviditetstest, så vi er sikre på, at du ikke er gravid, når du skal have lagt spiral. Dette gælder dog ikke, hvis du har spiral i forvejen eller normal menstruationsblødning på dagen.

Når du møder i ambulatoriet, laver sygeplejersken eller lægen en gynækologisk undersøgelse og ultralydsskanner dig gennem skeden for:

- at vurdere livmoderens størrelse
- at undersøge for ømhed, som kan tyde på underlivsbetændelse
- eventuelt at pode for klamydia og gonorré.

Herefter føres spiralen op i livmoderen gennem et tyndt plastikrør. Der er fastsat tråde på spiralen, som afklippes i cirka 3 centimeters længde.

Når spiralen er lagt op, kontrollerer lægen spiralens placering med en ultralydsskanning.

Det er forskelligt fra kvinde til kvinde, om oplægningen gør ondt. Mange synes, det er lidt ubehageligt, og nogle får kortvarige smerter.

Når spiralen er lagt op, kan du mærke spiraltrådene med en finger i skeden. Trådene er et tegn på, at spiralen er på plads.

## SÅDAN FORBEREDER DU DIG

### Tag smertestillende medicin

Før du møder på sygehuset, kan du med fordel tage smertestillende håndkøbsmedicin (400 mg ibuprofen og 1 gram paracetamol).

### Medbring spiralen

Du skal selv medbringe spiralen. Du kan købe den på apoteket. Recepten kan du få hos din egen læge.

## NÅR DU KOMMER HJEM

### Tag smertestillende efter behov

Du kan have menstruationslignende smerter de første dage efter oplægningen. Du kan lindre smerterne med smertestillende medicin fra håndkøb (400 mg ibuprofen og 1 gram paracetamol maksimalt 3 gange om dagen).

### Forvent pletblødning

Du kan opleve pletblødning den første uges tid efter oplægning af spiralen. I denne periode fraråder vi samleje, brug af tampon samt karbad og badning i svømmehal. Du må gerne tage brusebad.

### Hvis du har brugt p-piller før oplægningen

Hvis du har brugt p-piller indtil oplægning af spiralen, anbefaler vi, at du fortsætter med den pakke, du er i gang med og herefter stopper.

### Kontakt din læge, hvis du oplever problemer

Kontakt din egen læge:

- ved mistanke om, at spiralen er udstødt eller ikke sidder korrekt
- ved mistanke om graviditet
- ved feber, smerter og ildelugtende udflåd
- ved pludselig ændring i blødningsmønster.

### Tag graviditetstest, hvis du mistænker graviditet

Spiral er det mest sikre præventionsmiddel, man kan anvende. Men ingen midler er 100 % sikre. Derfor kan der også opstå en graviditet med spiral. Det sker dog yderst sjældent.

Hvis du bliver gravid trods spiralen, er der en øget risiko for, at graviditeten sidder uden for livmoderen. Hvis du får mistanke om graviditet efter oplægningen, skal du derfor straks tage en graviditetstest. Hvis den er positiv, skal du hurtigt gå til læge for at få undersøgt, om graviditeten sidder i eller uden for livmoderen. Hvis graviditetstesten er negativ, bør du lave en ny test efter 1 uge. Hvis den fortsat er negativ, kan du regne med, at det er rigtigt. Ved tvivl eller fortsat mistanke om graviditet, skal du gå til læge.



## FJERNELSE AF SPIRAL

En kobberspiral kan ligge i 5 år.

En Jaydess-spiral kan ligge i 3 år.

En Mirena-spiral kan ligge i 5 år.

En Kyleena-spiral kan ligge i 5 år.

Du kan til enhver tid få fjernet spiralen hos din egen læge. Spiralen kan fjernes på et hvilket som helst tidspunkt i din menstruationscyklus.

Du kan blive gravid i den menstruationscyklus, hvor du har fået fjernet spiralen. Derfor er det bedst at få spiralen fjernet under en menstruation, hvis du ikke ønsker at blive gravid. Husk at anvende et andet præventionsmiddel fra den dag, hvor du får fjernet spiralen, hvis du ikke ønsker at blive gravid.

## KONTAKT OG MERE VIDEN

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte os.



### Kontakt

#### **Ambulatorium for Gynækologi**

Tlf. 97 64 07 41

Vi træffes bedst:

Mandag – fredag 8.15 – 11.00 og

13.30 – 14.30