***Patientvejledning spiral:***

**OPLÆGNING AF SPIRAL – HVAD SKER DER VED GYNÆKOLOGEN?**

Spiral lægges i slutningen af en menstruation, også hvis du bløde lidt fortsat og op til 7 dage efter sidste menstruation. Således ligger man spiralen op i en slank slimhinde og vi ved du ikke er gravid.

Tag gerne 2 Pamol/Panodil og 400 mg Ipren/Ibuprofen ca. 1 time før din tid hos os.

Hent hormonspiralen på apoteket inden du kommer i klinikken, er du i tvivl om hvilken spiral du skal have eller har du glemt den, kan du købe den i klinikken på mobilepay.

**PROCEDUREN**

Vi forklarer dig om undersøgelsen og du kan stille spørgsmål inden. De fleste piger og kvinder er nervøse for proceduren, men vi tager det i dit tempo og lytter til dig.

Du får først lavet en ultralydsskanning gennem skeden, herefter gynækologisk undersøgelse. Er det tid for celleskrab laver vi dette i samme ombæring.

Der lægges lokalbedøvelse omkring livmoderhalsen.

Spiralen oplægges.

Spiralens placering kontrolleres med ultralyd.

Du kan have menstruationslignende smerter i dagene efter. Vi anbefaler Panodil & Ipren mod smerterne, og en varmepude kan også lindre.

Det første døgn efter spiralen er lagt anbefaler vi at bruge kondom og ikke bade i svømmehal.

Spiralen beskytter dig mod graviditet så snart den er lagt.

Du tilbydes ultralyds kontrol 2-4 måneder efter oplægning af hormonspiral.

**HORMONSPIRAL KAN ANVENDES AF NÆSTEN ALLE KVINDER**

Kvinder med kraftige blødninger, spiralen er også en behandling.

Kvinder med forhøjet blodtryk.

Kvinder der tidligere har haft blodpropper.

Kvinder med cyklisk hovedpine/ migræne

Kvinder med endometriose, spiralen er behandling

Kvinder med blodmangel pga kraftige blødninger

***Unge og kvinder der ikke har født og er jomfru, også hvis du er teenager – bliv endelig henvist til en præventionssnak, hvis egen læge eller du er i tvivl om spiral er en mulighed for dig.***

**FORDELE VED HORMONSPIRALEN**

Hormonspiralen nedsætter menstruationssmerter og blødningen drastisk. Menstruationerne forkortes til få dage. Mange holder helt op med at bløde indenfor det første år. Spiralen beskytter mod underlivsbetændelse da den ændrer slimet i livmoderhalsen, så det bliver mere uigennemtrængeligt.

**DU BØR KONTAKTE LÆGE**

Ved mistanke om at spiralen er udstødt eller ikke sidder korrekt.

Ved mistanke om graviditet.

Ved feber, smerter og ildelugtende udflåd.

Ved pludselige ændringer i dit blødningsmønster.

Ved bivirkninger der ikke ophører.

**VIRKNING AF HORMONSPIRALEN**

Hormonspiralen afgiver dagligt en lille mængde levonorgestrel, som er et gestagen. Hormonet mindsker slimhinden i livmoderen, men ikke din normale hormoncyklus. Hormonspiralen giver ikke vægtstigning på over 500 gram i talrige undersøgelser. Spiralen påvirker ikke kolesteroltallet. Der er 3 typer hormonspiraler, Mirena, Kyleena og Jaydess. Mirena og Kyleena kan ligge i 5 år, Jaydess i 3 år (bruges stort set ikke mere).

**ULEMPER**

Mange har pletblødninger i 3-6 måneder i indkøringsfasen. Enkelte kan have øget uren hud på Mirena. Ganske få har humørsvingninger og brystspænding i starten, men det forsvinder som regel efter nogle måneder.

**PRIS**

Hormonspiral koster ca. 1200 kr uden tilskud. Får du spiralen pga. kraftige blødninger giver Lægemiddelstyrelsen og Danmark tilskud på 200-700 kr. Er du under 18 år kan egen læge også søge tilskud pga. kraftige blødninger /smerter.

**KAN JEG SELV TJEKKE AT SPIRALEN ER PÅ PLADS**

Du kan med en finger mærke de to tråde der hænger et stykke ned i skeden. Kan du ikke mærke trådende og kan din læge ikke se trådene, bør du have udført en kontrol ultralydsscanning.

**SPIRAL APP:**

Når du har fået anlagt spiral kan du downloade en appen minspiral, koden til appen er:

Kylena spiral: 5555

Mirena spiral: 6666

Ønsker du at læse mere om forskellige præventionsformer og spiraler kan du også tjekke hjemmesiden [www.minprævention.dk](http://www.minprævention.dk)