

Het spiraaltje / IUD

Het spiraal (of IUD: intra-uteriene-device) is een betrouwbaar voorbehoedsmiddel dat geplaatst wordt in de baarmoeder. Er bestaat een koperspiraaltje en een hormoonspiraaltje.

Hoe werkt het spiraal?

Een spiraaltje veroorzaakt een prikkelingsreactie van het baarmoederslijmvlies en van het slijmvlies in een deel van de eileiders. Hierdoor wordt de innesteling van een bevruchte eicel verhinderd. Koper vergroot de betrouwbaarheid van het IUD door versterking van deze prikkelingsreactie. Bovendien blijken de koperionen een remmende werking te hebben op de beweeglijkheid van de zaadcellen en het koper verhindert ook de verdere uitrijping van het baarmoederslijmvlies.

Het hormoonbevattende IUD (Mirena ®) geeft hormonen af. Deze hormonen zorgen ervoor dat het baarmoederslijmvlies niet wordt opgebouwd. Dit dunne baarmoederslijmvlies voorkomt innesteling van de bevruchte eicel, maar remt ook de doorgang van het sperma naar de baarmoeder en de eileiders. Daarnaast verandert het hormoon het slijmvlies van de baarmoedermond, waardoor dit ondoordringbaar voor spermacellen wordt. De meeste vrouwen hebben tijdens het gebruik van het hormoonspiraaltje nog wel een eisprong.

Hoe lang is een IUD werkzaam?

Het koperhoudende spiraaltje is ten minste 5 jaar werkzaam. Als het koperspiraal goed bevalt kan het 10 jaar blijven zitten.

De werkingsduur van het hormoonhoudende spiraaltje is 5 jaar.

Hoe betrouwbaar is het spiraal?

Geen enkel voorbehoedsmiddel is 100 % betrouwbaar, maar de betrouwbaarheid van beide soorten spiraaltjes is groot.

Bij het koperhoudend spiraaltje is het aantal onbedoelde zwangerschappen in het eerste gebruiksjaar 0.1-1.0%, vergelijkbaar met de anticonceptiepil.

Bij het hormoonhoudend spiraaltje is het aantal onbedoelde zwangerschappen in het eerste gebruiksjaar 0.1-0.2%

Bijwerkingen/ nadelen van het spiraal

Door de aanwezigheid van een koperhoudend IUD worden de menstruaties gewoonlijk iets heviger en langduriger. Dit geldt vooral voor de eerste 3 cycli.

Het hormoonhoudend spiraal veroorzaakt gewoonlijk binnen 3 maanden een duidelijke vermindering van de menstruele bloedingen. Bij sommige vrouwen blijven de menstruaties geheel uit (tot ca 30%). Bij het hormoonhoudend spiraal dient men rekening te houden met bijwerkingen zoals somberheid, hoofdpijn, acne, gewichtsveranderingen en pijnlijke borsten. Daarnaast kunnen het aantal ovariumcysten (met vocht gevulde holte) toenemen. Deze geven over het algemeen geen klachten en verdwijnen vrijwel altijd spontaan.

De eerste drie weken na plaatsing van het IUD is er meer kans op infectie. Dit is gerelateerd aan het plaatsen en de eventuele aanwezigheid van een seksueel overdraagbare aandoening (soa). Daarom wordt bij ons in de praktijk vóór plaatsing zo'n infectie uitgesloten d.m.v. een soa test tijdens het vooronderzoek (laboratoriumkosten hiervan vallen binnen het eigen risico van uw verzekering).

Omdat IUD's vrijwel alleen beschermen tegen zwangerschap in de baarmoeder, is er bij het optreden van een zwangerschap bij een vrouw met een IUD meer kans dat het om een buitenbaarmoederlijke zwangerschap gaat. Het risico van ontstaan van een buitenbaarmoederlijke zwangerschap is bij draagsters van een IUD overigens heel klein (kleiner dan zonder anticonceptie).

De keuze

Na afweging van de voor- en nadelen kunt u in overleg met de huisarts een keuze maken voor een koper- of hormoonspiraaltje. Belangrijk daarbij is dat er weinig verschil is in betrouwbaarheid tussen beide type spiraaltjes, maar wel een verschil in de invloed op het menstruatiepatroon. Bij het koperspiraaltje wordt de menstruatie mn. in de eerste cycli meestal wat heviger en langer. Bij het hormoonspiraaltje treedt m.n. tijdens de eerste drie maanden onregelmatig vaginaal bloedverlies op, na verloop van tijd wordt de menstruatie minder en blijft soms helemaal weg. Mirena[®] is veel duurder dan de koperhoudende IUD's.

De plaatsing

Plaatsing binnen 7 dagen na de eerste dag van de menstruatie is het meest praktisch, omdat zwangerschap dan uitgesloten is en het spiraaltje direct bescherming biedt tegen zwangerschap. Na een bevalling wordt minimaal zes weken gewacht met plaatsing. Veel voorkomende reacties bij plaatsing zijn buikpijn en duizeligheid. Beiden zijn meestal van korte duur. Wij schrijven één uur voorafgaand aan de plaatsing pijnmedicatie voor om de pijn die kan optreden tijdens en in de eerste uren na de plaatsing te verminderen. Zes weken na plaatsing van het IUD vindt controle plaats door de huisarts.

Vervanging of verwijderen

Bij vervanging van het IUD kan onmiddellijk na verwijdering van het oude een nieuw IUD worden geplaatst. Na het verwijderen van een koper- of hormoonspiraaltje blijkt er nauwelijks verschil te zijn in het herstel van de vruchtbaarheid. De gemiddelde tijd dat het duurde voor een vrouw zwanger werd, was vier maanden na gebruik van het hormoonspiraaltje en drie maanden na gebruik van het koperspiraaltje.

De afspraak

Wilt u bij het maken van een afspraak vermelden dat het om een vooronderzoek, het plaatsen of verwijderen van een IUD gaat? Wij houden hiermee dan rekening in de planning.

Huisartsen Oude Turfmarkt / Studentenartsen