

INFORMATIEVOORZIENING KOPERSPIRAAL/HORMOONSPIRAAL EN PLAATSIING DOOR VERLOSKUNDIGE

	KOPERSPIRAAL	HORMOONSPIRAAL (MIRENA)	HORMOONSPIRAAL (KYLEENA)
<i>Werkzame stof</i>	Koper (de koperspiraal is hormoonvrije anticonceptie)	Levonorgestrel 0,02 mg/dag (synthetisch progestageen > zelfde eigenschappen als lichaamseigen progesteron) (De standaard voorgeschreven pil Microgynon 30 bevat 0,15 mg levonorgestrel/dag en daarnaast nog ethinylestradiol 0,03 mg/dag) Totale hoeveelheid levonorgestrel in reservoir (dus verdeeld over 5 jaar): 52 mg.	Levonorgestrel 0,012 mg/dag. Totale hoeveelheid levonorgestrel in reservoir (dus verdeeld over 5 jaar): 19,5 mg.
<i>Werking</i>	Geleidelijke afgifte van koper. - Koper maakt zaadcellen inactief, waardoor de zaadcel niet meer in staat is een rijpe eikel te bevruchten. - Koper maakt het baarmoederslijmvlies ongeschikt voor de innesteling van een bevruchte eikel. Wetenschappelijk onderzoek heeft laten zien dat de werking van de koperhoudende anticonceptiespiraal in beginsel berust op het voorkómen van de bevruchting door het inactiveren van de zaadcellen in de baarmoeder (dus de bevruchting voorkomt) (voor meer informatie: https://www.t-safe.nl/wp-content/uploads/2016/02/T-Safe.-De-werking-van-de-koperspiraal.pdf).	Geleidelijke afgifte van levonorgestrel, gevolg: - Het slijm dat zich in de baarmoederhals bevindt wordt 'taaiër', waardoor zaadcellen er moeilijker doorheen kunnen. - Zaadcellen worden minder beweeglijk; dit verkleint de kans op een bevruchting. - Baarmoederslijmvlies (dit is de 'binnenbekleding' van de baarmoeder) wordt niet of nauwelijks opgebouwd. Hierdoor kan een eventueel bevruchte eikel zich niet innestelen. - Bij sommige vrouwen wordt door het hormoon de eisprong onderdrukt. Als er geen eikel vrij komt, kan er geen bevruchting plaats vinden.	Hetzelfde als bij de Mirena spiraal.
	Mocht er wél een bevruchting plaats vinden (wat bij beide spiralen zeldzaam is) is de kans van innesteling van een bevruchte eikel heel klein door de aanwezigheid van een vreemd voorwerp in de baarmoeder (het spiraal).		
<i>Betrouwbaarheid Pearl-index</i>	Pearl-index 0,1-0,2% De betrouwbaarheid van koperspiraaltjes is zeer goed. Van de duizend vrouwen die het koperspiraaltje gebruiken raken per jaar maximaal 2 vrouwen zwanger.	Pearl-index 0,2% Ongeveer 2 van de 1000 vrouwen bij wie de Mirena correct geplaatst is, worden zwanger in het eerste jaar.	Pearl-index 0,16% Ongeveer 1,6 van de 1000 vrouwen bij wie de Kyleena correct geplaatst is, worden zwanger in het eerste jaar.
<i>'Levensduur'</i>	Betrouwbaarheid tot 10 jaar.	Werkingsduur maximaal vijf jaar.	Werkingsduur maximaal vijf jaar.
<i>Eerste maanden</i>	De eerste drie menstruatiecycli verlopen	In de eerste maanden na de plaatsing kan er	In de eerste maanden na de

<i>na plaatsing</i>	doorgaans anders dan normaal. De menstruatie is vaak heviger, je kunt wat krampen krijgen en tussentijds wat bloed verliezen. Na drie maanden herstelt de menstruatie zich en verloopt deze (meestal) weer als vanouds (de menstruatie kan iets langer duren en is soms heftiger).	onregelmatig bloedverlies optreden. Meestal gaat het om druppelsgewijs bloedverlies (spotting). De hoeveelheid bloedverlies verschilt van vrouw tot vrouw, maar vermindert meestal geleidelijk. Amenorroe (geen bloeding hebben): 16% De vrouwen die wel een bloeding houden hebben ongeveer 3-5 dagen per 3 maanden licht bloedverlies. Bij de Mirena treedt er bij 57% van de vrouwen buiten deze reguliere bloedingen nog spotting op tussendoor.	plaatsing kan er onregelmatig bloedverlies optreden. Meestal gaat het om druppelsgewijs bloedverlies (spotting). De hoeveelheid bloedverlies verschilt van vrouw tot vrouw, maar vermindert meestal geleidelijk. Amenorroe (geen bloeding hebben): 12% De vrouwen die wel een bloeding houden hebben ongeveer 3-5 dagen per 3 maanden licht bloedverlies. Bij de Kyleena treedt er bij 26% van de vrouwen buiten deze reguliere bloedingen nog spotting op tussendoor.
<i>Verder verloop</i>	Na ongeveer drie maanden herstelt de menstruatiecyclus zich en verloopt deze meestal weer als vanouds. Je menstrueert dus in je normale cyclus zoals je deze van jezelf gewend bent (de menstruatie kan iets langer duren en is soms heftiger).	Het bloedverlies en de menstruatieduur verminderen aanzienlijk. Een jaar na het plaatsen van het hormoonspiraaltje heeft ongeveer 75% van de vrouwen licht bloedverlies gedurende twee dagen per maand, terwijl 20% van de vrouwen helemaal geen bloedverlies meer heeft. Het hormoonspiraaltje brengt het baarmoederslijmvlies als het ware in een 'rustfase'.	Ongeveer idem als bij Mirena.
<i>Kosten (±)</i>	70 euro (2017)	140 euro (2017)	140 euro (2017)
<i>Borstvoeding</i>	Alle drie veilig gebruik tijdens borstvoedingsperiode.		
<i>Fabels en feiten</i>	<ul style="list-style-type: none"> - het koperspiraaltje bedreigt op geen enkele manier de gezondheid of toekomstige vruchtbaarheid - er is geen verhoogd risico op infecties of buitenbaarmoederlijke zwangerschappen - de effectiviteit van het koperspiraaltje is niet minder dan die van de pil - het koperspiraaltje houdt de bevruchting tegen, er vindt dus géén maandelijks 	<ul style="list-style-type: none"> - Waar blijft het bloed als ik minder menstrueer? Bij gebruik van het hormoonspiraaltje bouw je minder baarmoederslijmvlies op, waardoor er tijdens je menstruatie minder wordt afgebroken. Je verliest dus minder bloed. - Is het hormoonspiraaltje te voelen tijdens het vrijen? Je hoort het spiraaltje niet te voelen tijdens het vrijen. Soms zijn de 	<p>Goed om te weten over Mirena vs. Kyleena:</p> <ul style="list-style-type: none"> - De Mirena is een betere hormoonspiraal bij hevig menstrueel bloedverlies zonder spiraal, de Mirena bevat meer hormonen waardoor het bloedverlies rustiger wordt. - De Mirena is een betere

	bevruchting plaats	draadjes te voelen; mocht dit een probleem zijn, neem dan contact op met degene die de spiraal heeft geplaatst om de touwtjes korter af te laten knippen.	hormoonspiraal bij onregelmatig bloedverlies bij overgangsklachten.
<i>Niet geschikt</i>	Beide spiralen kunnen niet worden gebruikt als je: <ul style="list-style-type: none"> - zwanger bent of zou zwanger kunnen zijn; - in de afgelopen drie maanden een abortus hebt ondergaan waarna er een infectie is opgetreden; - een ontsteking van de geslachtsorganen hebt; - een soa (seksueel overdraagbare aandoening) hebt; - een kwaadaardige aandoening in het genitale gebied (baarmoeder of baarmoederhals) hebt; - abnormale bloedingen uit de vagina hebt waarvan de oorzaak onbekend is; - een (aangeboren) misvorming van de baarmoeder hebt; - vleesbomen (myomen) in de baarmoeder hebt; - acute of steeds terugkerende ontstekingen in het kleine bekken (onderbuik) hebt, of hebt gehad. 		
	Aanvullende factoren waarbij koperspiraal niet geschikt, in geval van: <ul style="list-style-type: none"> - een eerdere eileiderzwangerschap; - een koperallergie. 	Aanvullende factoren waarbij hormoonspiraal niet geschikt, in geval van: <ul style="list-style-type: none"> - een kwaadaardige aandoening doe voor de groei afhankelijk is van progestageenhormonen, zoals bepaalde vormen van borstkanker; - ontsteking baarmoederslijmvlies na een bevalling; - een aandoening die je weerstand langdurig vermindert of die kan verergeren door bacteriën in de bloedbaan; - het slijmvlies van de baarmoederhals zich ook op plaatsen buiten de baarmoederhals bevindt (cervixdysplasie); - een acute leverziekte of –tumor; - allergie voor levonorgestrel of bepaalde typen plastic (te vinden in bijsluiter). 	Idem als Mirena.

Bijwerkingen

Onderstaande zijn de meest voorkomende bijwerkingen. Alle bijwerkingen, ook de bijwerkingen die minder vaak voorkomen, staan vermeld in de bijsluiter.

<p>De bijwerkingen die je kunt verwachten zijn:</p> <ul style="list-style-type: none">- de menstruatie kan wat langer duren en is soms heftiger;- je kunt wat krampen krijgen en tussendoor wat bloed verliezen. <p>Bij aanhoudende hevige pijnen, krampen of duizeligheid moet worden onderzocht of het spiraaltje zich in de juiste positie bevindt. Indien nodig moet het worden verwijderd.</p>	<p>Zoals elk geneesmiddel kan het hormoonspiraaltje bijwerkingen hebben, al krijgt niet iedereen daarmee te maken. De bijwerkingen die bij het hormoonspiraaltje het vaakst kunnen voorkomen zijn:</p> <ul style="list-style-type: none">- veranderingen in de menstruatie, waaronder meer of minder bloedverlies, onregelmatig bloedverlies ('spotting'), onregelmatige menstruaties of het uitblijven van menstruaties; of meer of minder vaginale afscheiding dan normaal, vooral aan het begin van de behandeling. Bij één op de vijf vrouwen komen de menstruaties juist minder vaak of stoppen zelfs geheel;- hoofdpijn;- buikpijn/pijn in het kleine bekken (onder in de buik);- rugpijn;- vaginale afscheiding;- ontsteking van de schaamlippen of vagina (vulvovaginitis).	<p>Idem als bij Mirena.</p>
--	--	-----------------------------

AANVULLENDE INFORMATIE PLAATSING SPIRALEN BIJ VERLOSKUNDIGENPRAKTIJK ENKHUIZEN-ANDIJK

Plaatsing spiraal

1. Informatie over voor- en nadelen spiraal en plaatsingsprocedure via de mail toegestuurd. Checken of keuze voor spiraal gemaakt is op basis van juiste informatie, procedure plaatsing doorlopen en nagaan of er vragen zijn.
2. Spiraal ophalen: de aanschaf van de spiraal is voor eigen rekening (check je verzekeringspolis voor vergoedingen). Je krijgt nadat je je keuze voor een spiraal hebt doorgegeven van ons een recept toegestuurd, het is de bedoeling dat je met dit recept zelf de spiraal ophaalt bij de apotheek en deze mee neemt naar de plaatsing.
3. Planning plaatsing bij verloskundige Ellen Zwagerman, [spiraal zelf meenemen naar de plaatsing!](#)
4. Plaatsing bij Verloskundigenpraktijk Enkhuzen-Andijk | Westerstraat 138a | 1601 AN Enkhuzen.
5. Controle met echografie direct na plaatsing.
6. Nacontrole na 6-8 weken: bespreken hoe ervaring met spiraal is, checken of spiraal nog goed zit met een vaginale echo.

Kosten

De kosten van de plaatsing van de spiraal door de verloskundige zijn in 2019 63,53 euro, bij deze kosten zijn bovenstaande stappen inbegrepen.

Na de plaatsing wordt de declaratie ingediend bij de zorgverzekeraar, dit gaat automatisch. Tot op heden is gebleken dat niet elke zorgverzekeraar bereid is een spiraalplaatsing door een verloskundige te vergoeden (ondanks dat de verloskundige wettelijk bevoegd en bekwaam is sinds 1 oktober 2015). Mocht de declaratie afgewezen worden sturen we achteraf nog een factuur op van de plaatsingskosten van 63,53 euro, deze kun je dan naar ons overmaken. Als je vooraf zeker wilt weten of je de plaatsing vergoed krijgt kun je contact opnemen met je verzekeraar.

- Indien de plaatsing door een huisarts wordt verricht wordt deze wel altijd vergoed door de zorgverzekeraar.
- Indien de plaatsing door de gynaecoloog wordt verricht zijn de kosten minimaal rond de 400 euro, dit wordt verrekend met uw openstaande eigen risico.

De plaatsingskosten staan los van de aanschaf van het spiraal zelf (kosten staan in de tabel beschreven).

Belangrijke adviezen vòòr de plaatsing

- **Ben je pas bevallen?** Plaatsing mag plaats vinden minimaal 12 weken na de bevalling.
- **Menstruatie ten tijde van plaatsing** is geen probleem, zelfs een voordeel (maar niet noodzakelijk).
- **Pijnstillers** Indien gewenst kun je 30 minuten voor de plaatsing 1000 mg Paracetamol of 400 mg Ibuprofen innemen, aangezien de plaatsing onaangenaam kan zijn. Deze medicatie mag ook genomen worden als je nog borstvoeding geeft. Na de spiraalplaatsing kun je wat bloedverlies hebben en (heftige) menstruatiekrampen. Ook dan mag je pijnstillers gebruiken. Als je borstvoeding geeft, kan dit soms leiden tot wat meer krampen.
- **SOA-test?** Het is belangrijk om voor de plaatsing van een spiraaltje in je baarmoeder er zeker van te zijn dat je geen SOA (seksueel overdraagbare aandoening; geslachtsziekte) hebt. Tijdens je zwangerschap wordt dit NIET getest met de standaard bloedtest. Het kan alleen getest worden met een vaginale kweek. Je kunt een zelftest op Chamydia, Gonorrhoe en Trichomonas bestellen via www.soa-care.nl en thuis de test doen (kost ± 30 euro, wordt verzonden in blanco doosje). De test kan ook door de huisarts worden afgenomen. De test moet minimaal 1,5 week van tevoren worden gedaan, zodat je de uitslag op tijd binnen hebt.
- **Voorlichtingsvideo** De fabrikant van de koperspiraal (T-safe) heeft een animatie gemaakt voor de zorgverlener hoe een spiraalplaatsing in zijn werk gaat. Er worden wat medische termen gebruikt en de voorlichting is dus van toepassing op de koperspiraal (zoals de werkingsduur van 10 jaar! Dit is bij een hormoonspiraal 5 jaar). De procedure van het inbrengen van een koper- en hormoonspiraal gaat hetzelfde en is in deze video inzichtelijk gemaakt.
Link naar de video: <https://www.youtube.com/watch?v=RUCG6odh-kg&feature=youtu.be>

Verwijdering

- Verwijdering kan weer plaats vinden bij Verloskundigenpraktijk Enkhuzen-Andijk. Dit kost 25 euro wat niet vergoed wordt door de zorgverzekeraar, je kunt dit per pin of contant betalen.
- Alle spiralen beïnvloeden de natuurlijke hormooncyclus niet, je kunt en mag direct na het verwijderen van een spiraaltje weer zwanger worden.

Verloskundigenpraktijk Enkhuzen-Andijk | Westerstraat 138a | 1601 AN Enkhuzen
www.vpea.nl | praktijk@vpea.nl | www.facebook.com/verloskundigenenkhuzenandijk



VERLOSKUNDIGENPRAKTIJK
ENKHUIZEN & ANDIJK