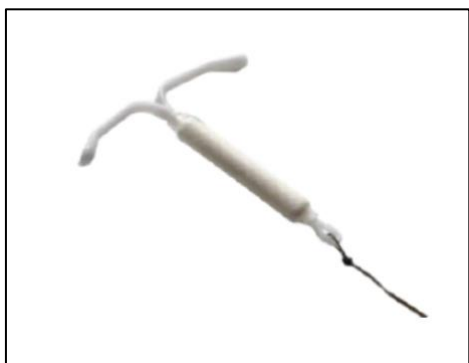


Hormonspiralerne – Mirena, Kyleena og Jaydess



Hvordan virker hormonspiraler?

Spiralen påvirker ikke din krops normale hormoncyklus, men frigiver dagligt en lille mængde af hormonet levonorgestrel (et gestagen), som gør slimhinden i livmoderen tyndere og ikke er så påvirket af dit eget østrogen eller tilført østrogen.

- Spiralen giver ikke vægtstigning (højest ca. 500 g).
- Kolesterolallet påvirkes ikke.
- Typer: **Mirena** (op til 8 år som prævention / 5 år som behandling), **Kyleena** (5 år), **Jaydess** (3 år).

Hvem kan anvende hormonspiral?

En hormonspiral kan bruges af næsten alle kvinder, herunder:

- Kvinder med kraftige menstruationer (spiralen kan også bruges som behandling).
- Kvinder med menstruationssmerter.
- Kvinder med forhøjet blodtryk eller tidligere blodpropper.

- Unge kvinder, kvinder der ikke har født samt kvinder, der lige har født.
- Ammende kvinder (spiralen påvirker ikke amning).
- Kvinder med cykliske hovedpiner, ADHD, endometriose eller blodmangel.

Fordele

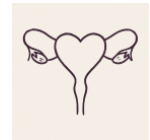
- Reducerer menstruationssmerter og blødninger markant.
- Kortere menstruation, ofte kun få dage.
- 20–40 % mister helt menstruationen inden for 1 år ved Kyleena og Jaydess. 60–80 % er blødningsfri efter 1 år med Mirena.
- Beskytter mod underlivsbetændelse. Beskytter ikke mod seksuelt overførte sygdomme.

Ulemper

- Pletblødninger de første 3–6 måneder.
- I starten kan forekomme uren hud, humørsvingninger eller ømme bryster (aftager normalt efter få måneder).
- Jaydess giver lidt højere risiko for graviditet uden for livmoderen end Mirena/Kyleena.
- Hjælper ikke mod cyklisk migræne eller ægløsningssmerter.

Sådan foregår oplægning

- Lægges typisk 4–8 dage efter menstruationens første dag.
- Hvis du tager minipiller eller P-piller i lang cyklus kan man lægge spiralen på et hvilket som helst



tidspunkt og skal ikke tage hensyn til menstruationen.

- Smertestillende anbefales ca. 1 time før (fx Pamol + Ipren).
- Før oplægning laves gynækologisk undersøgelse og ultralyd. Der tages eventuelt for bakterier.
- Spiralen placeres i livmoderen under lokalbedøvelse som virker i ca 2 ½ time. Placeringen kontrolleres med ultralyd med det samme.
- Menstruationslignende smerter kan forekomme i dagene efter.
- Du tilbydes kontrol med ultralysscanning efter nogle måneder.
- Hvis du i forvejen tager minipiller eller monofasiske p-piller kan du med fordel fortsætte 4-6 uger med dette efter oplægningen for at lette overgangen til spiral.

Kan jeg selv tjekke spiralen?

Hvis du ønsker det kan snorene klippes 2-3 cm lange. Så kan din egen læge kontrollere spiralen. Du kan eventuelt også selv mærke spiralsnorene med din finger. Hvis du ønsker snorene klippet helt korte kan en eventuel kontrol kun foretages med ultralyd.

Hvornår skal du kontakte læge?

- Ved feber, smerter eller ildelugtende udflåd.
- Hvis spiralen måske er udstødt eller sidder forkert.
- Ved mistanke om graviditet.
- Hvis eventuelle bivirkninger ikke forsvinder.

Vigtigt at vide

Hvis spiralen ikke kan lægges, får du ikke en erstatning fra producenten. Kun hvis spiralen er defekt, kan den erstattes via apoteket (med lægens dokumentation).

Når du har været til kontrol for spiralen, afsluttes dit forløb og du skal ved problemer derefter først kontakte din egen læge.

Pris

- Hormonspiraler koster ca. 1.200–1.400 kr. uden tilskud.
- Ved behandling af kraftige blødninger eller hvis der er celleforandringer i livmoderen kaldet hyperplasi kan der gives tilskud.
- Spiralen skal hentes på apoteket inden oplægning.

