

HORMONSPIRAL

Hormonspiral hindrer befruktning på flere måter. For det første vil slimhinnen i livmoren bli tynnere og mindre mottakelig for et befruktet egg, og for det andre vil slimet i livmorhalsen bli seigere, slik at sædceller ikke kommer inn i livmoren. Hos noen forhindres egglosning.

Det finnes flere typer hormonspiral på markedet. Mirena og Levosert varer som prevensjon i 8 år, Kyleena i 5 år og Jaydess i 3 år. De inneholder forskjellig mengde hormoner, og har litt ulik størrelse. De har alle svært høy sikkerhet mot graviditet.

Hormonkonsentrasjonen i blodet er lav og tilsvarer omtrent samme mengde som om man tar en minipille en gang i uken for Mirena, eller en minipille en gang annenhver uke for Jaydess.

Blødningsmønsteret vil oftest endre seg med en hormonspiral. Mange mister blødningene sine helt, mens andre får regelmessige eller uregelmessige blødninger.

De vanligste bivirkningene av hormonspiral som opptrer hos noen er hodepine, ømme bryster, tørrhet i skjeden, humørsvingninger, kviser, fet hud, fett hår, smerter i mage/rygg/bekken, mindre sexlyst. Noen få kan også oppleve å bli nedstemt.

Bivirkningene er alltid verst i begynnelsen, og går som regel over i løpet av de 3-6 første månedene. Hvis plagene ikke går over kan du bytte til en annen prevensjon. Det er bare du som kan avgjøre om plagene er ille nok til å slutte eller bytte.

Det er normalt å få menstruasjonssmerter og blødning de første dagene etter at spiralen er satt inn, og noen har smerter som kommer og går et par uker etterpå. Vi anbefaler at man tar 1g Paracet og 400mg Ibox (så lenge man tåler dette) ca en time før innsettelse. Hvis du trenger smertestillende etter at spiralen er satt inn kan du ta en kombinasjon av Paracet og Ibox inntil 4 ganger i døgnet, det vil si hver 6. time. Vi anbefaler også at du planlegger en rolig dag etter at spiralen er satt inn.

KOBBERSPIRAL

Kobberspiral inneholder ingen hormoner. Dette betyr at du ikke får hormonbivirkninger og det betyr at du har egglosning og menstruasjon. Det er vanlig at mensmen blir noe kraftigere og lengre enn du er vant til.

Det er normalt å få menstruasjonssmerter og blødning de første dagene etter at spiralen er satt inn, og noen har smerter som kommer og går et par uker etterpå. Vi anbefaler at man tar 1g Paracet og 400 mg Ibox (så lenge man tåler dette) ca en time før innsettelse. Hvis du trenger smertestillende etter at spiralen er satt inn kan du ta en kombinasjon av Paracet og Ibox inntil 4 ganger i døgnet, det vil si hver 6. time. Vi anbefaler også at man planlegger en rolig dag, etter at spiralen er satt inn. Det er ikke uvanlig med kraftigere og forlenget mensblødning og økte menssmerter, særlig de første tre månedene. Senere vil noen fortsette å ha kraftigere og forlenget mensblødning og økte menssmerter.