

• **Controle, wanneer ?**

- de 1^e controle is 1 (één) maand na de menstruatie die volgt op het inbrengen van het spiraal, of 1 (één) maand na het inbrengen.
 - de 2^e controle is 3 maanden na het inbrengen.
 - verdere controles worden om de 6 maanden gedaan.
 - zelfcontrole is mogelijk en instructie daartoe kan worden gegeven door de arts of gezondheidswerker.
- Het is raadzaam om regelmatig een onderzoek naar baarmoederhalskanker en borstsonderzoek te (laten) doen.
 - Bij eventuele klachten hoeft u niet te wachten tot de volgende controleafspraak, maar meld u zich bij Stichting Lobi.

Let wel !

De kans op zwangerschap bij vrouwen die een jaar lang een spiraal gebruiken, is 1 op de 100 vrouwen.

Libi wan verantwoordu lobi libi !

Er zijn ook andere manieren om veilig te vrijen om zwangerschap en/of SOI of HIV te voorkomen, bijv. :

- condooms (erbij) gebruiken.
- er voor kiezen om (nog) geen omgang te hebben.
- houden aan 1 (één) partner

Pil, Prikpil, Condoom (mannen en vrouwen)
Spiraal (inbrengen, controle en verwijderen)
Emergency contraceptive (Morning after pill)
Baarmoederhalskanker onderzoek (Papsmeer of VIA)
Borst onderzoek,
Prostaat onderzoek
HIV-test + counseling
Familyplanning voor HIV+ koppels
Gonorroe en Chlamydia onderzoek (SOA)
Fluoranalyse (onderzoek naar vaginale afscheiding)
Sperma analyse
Zwangerschapstest
Kinderwens begeleiding
Intra Uterine Inseminatie
Echografie (zwangerschap en spiraal controle)
Bloedsuikertest (Glucose onderzoek)
Cholesterol test
Bloeddrukmeting
Counselingsgesprek
Consult bij de arts
Educatie & training



STICHTING LOBI

- Paramaribo : Fajalobistraat # 16 tel.: 400444
- Lelydorp : Fajalobilaan # 103 tel.: 367227
- Nickerie : Bharosstraat # 44 tel.: 231533
- Website : www.lobisuriname.org
- E-mail : lobi@lobi.sr
lobi@lobisuriname.org



**MEER
OVER HET
SPIRAAL**

Kiest u voor
een spiraal !

Voorkom zwangerschap



Wat is het spiraal

Een spiraal is een klein plastic voorwerp, in de vorm van een T of ankertje, dat omwonden is door een koperen draadje. Het wordt via de vagina in de baarmoeder ingebracht door de arts.

Het spiraal voorkomt zwangerschap, maar beschermt niet tegen HIV/AIDS en andere seksueel overdraagbare infecties (SOI)

Hoe werkt het spiraal :

* het remt de beweeglijkheid van zaadcellen naar de eileiders af, waardoor bevruchting voorkomen wordt.



Advies vooraf

Een spiraal kan een goede keus zijn als u weet waarvoor u kiest en gemotiveerd bent. Daarom is het belangrijk dat u vooraf hierover de nodige informatie heeft.

In het voorgesprek wordt er ook informatie gegeven over het inbrengen van het spiraal, en uw eventuele vragen worden beantwoord.

De arts of gezondheidswerker zal enige vragen stellen en onderzoek doen, o.a. :

- * Vragen over welke ziekten u heeft of in het verleden heeft gehad. o.a. menstruatieklachten, infecties, bloedarmoede.
- * Vragen over welke operaties u heeft gehad, bv. een baarmoederoperatie.
- * Onderzoek naar baarmoederhalskanker en onderzoek naar eventuele seksueel overdraagbare infecties m.n. gonorrhoe.

Als de resultaten van de onderzoeken goed bevonden zijn kan de arts het spiraal inbrengen.

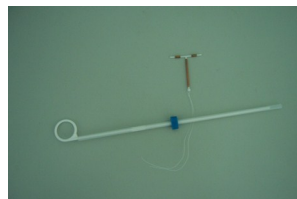
Het inbrengen

Het spiraal wordt via de vagina, door middel van een dun buisje (een inserter) in de baarmoeder geplaatst.

Dit gebeurt meestal vlak na de menstruatie, omdat het dan het gemakkelijkst gaat.

Het inbrengen geeft meestal even een onaangenaam gevoel, maar er is geen verdoving nodig.

Veel vrouwen voelen zich onzeker of zijn nerveus of gespannen, waardoor men tijdens het inbrengen of kort daarna wat last kan hebben van duizeligheid, zweten en eventueel misselijkheid. Dit is een normale reactie op spanning en daarom zal de arts u adviseren te blijven liggen tot u zich beter voelt.



Enkele voordelen

- Na verwijdering van het spiraal kunt u weer zwanger raken
- U hoeft niet elke dag aan het spiraal te denken
- Het spiraal zit voortdurend in de baarmoeder.
- Als het spiraal is geplaatst bent u direct beschermd tegen zwangerschap
- De betrouwbaarheid wordt niet beïnvloed als u heeft overgegeven of diarree heeft en ook niet door het gebruik van medicijnen.

Mogelijke nadelen

- Het is geen geschikt middel als u pijnlijke menstruaties heeft.
- Het spiraal beschermt niet tegen SOI, HIV/AIDS
- Het inbrengen en verwijderen kan pijnlijk zijn, vooral als u gespannen bent.

Mogelijke bijverschijnselen

Sommige vrouwen kunnen bij het gebruik van een spiraal last hebben van:

- kramp in de buik de eerste dagen nadat het spiraal geplaatst is.
- pijn tijdens de eisprong met eventueel wat gering bloedverlies
- een langer durende menstruatie periode met meer bloedverlies dan voorheen, vooral de eerste maand na het inbrengen.
- buikpijn tijdens of vlak voor de menstruatie
- iets meer vaginale afscheiding tussentijds bloedverlies

Belangrijk !

- Na 10 jaren moet een spiraal verwijderd cq. vervangen worden.
- **Regelmatige controle is belangrijk :**
 - in verband met eventuele uitstoting van het spiraal. Dit kan vooral tijdens de eerste maand gebeuren.
 - om eventuele infecties met grotere kans op complicaties tijdig te ontdekken.
 - voor de controle op eventuele zwangerschap.