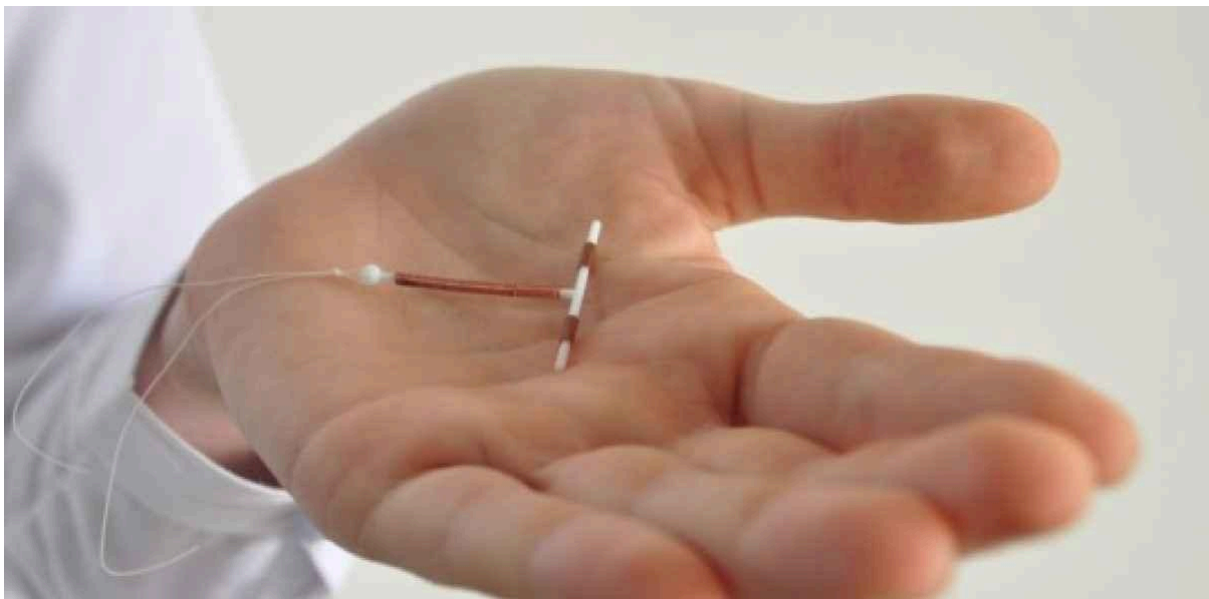


Spiral

En spiral er et fremmedlegeme, der placeres i livmoderhulen. Herved hindres det befrugtede æg i at sætte sig fast og udstødes i stedet sammen med menstruationsblodet.

Opdateret: 10. September 2024

Opdateret af: Christine Felding, speciallæge i gynækologi og obstetrik



Fakta om spiral

- En spiral er en form for prævention, der kan forebygge graviditet. Spiralen beskytter ikke mod kønssygdomme.
- En spiral er en lille t-formet plastikstav. Den findes i to former: kobberspiral og hormonspiral.
- Spiralen placeres i livmoderen og virker på sædcellerne, så de ikke når op i livmoderen eller ud i æggeledeerne og kan befrugte æggene.
- Spiralen er 98-99 procent sikker som svangerskabsforebyggende præventionsmiddel.

Hvad er en spiral?

En spiral er en lille t-formet plastikstav, som er omviklet med kobbertråd (kobberspiral) eller en hormoncylinder (hormonspiral).

En spiral er et præventionsmiddel, der sidder i livmoderen. Spiralen påvirker sædcellerne, så de ikke kan komme op og befrugte ægget, og derved hindres graviditet.

På engelsk hedder en spiral "Intrauterine Device" (IUD) altså en genstand, der ligger i livmoderen. Når vi i Danmark kalder det en spiral, er det fordi, nogle af de tidligere modeller var spiralformede, og det navn har hængt ved.

Hvilke spiraler findes der?

I Danmark anvendes to typer spiraler; kobberspiral og hormonspiral. Kobberspiralen virker i fem eller ti år. Hormonspiralen findes i 3 varianter, den traditionelle som irker i otte år, og så to mindre spiraler, en som virker i tre år og en, som virker i fem år. Minispiraler anbefales specielt til kvinder, der ikke har født.

Kobberspiral

Kobberet i kobberspiralen er giftigt for sædcellerne og påvirker deres evne til at bevæge sig, de kommer således ikke længere end til livmodermunden. Skulle en sædcelle komme forbi og befrugte et æg, vil det befrugtede æg sjældent kunne sætte sig fast i livmoderslimhinden, da denne også er påvirket af kobberet.

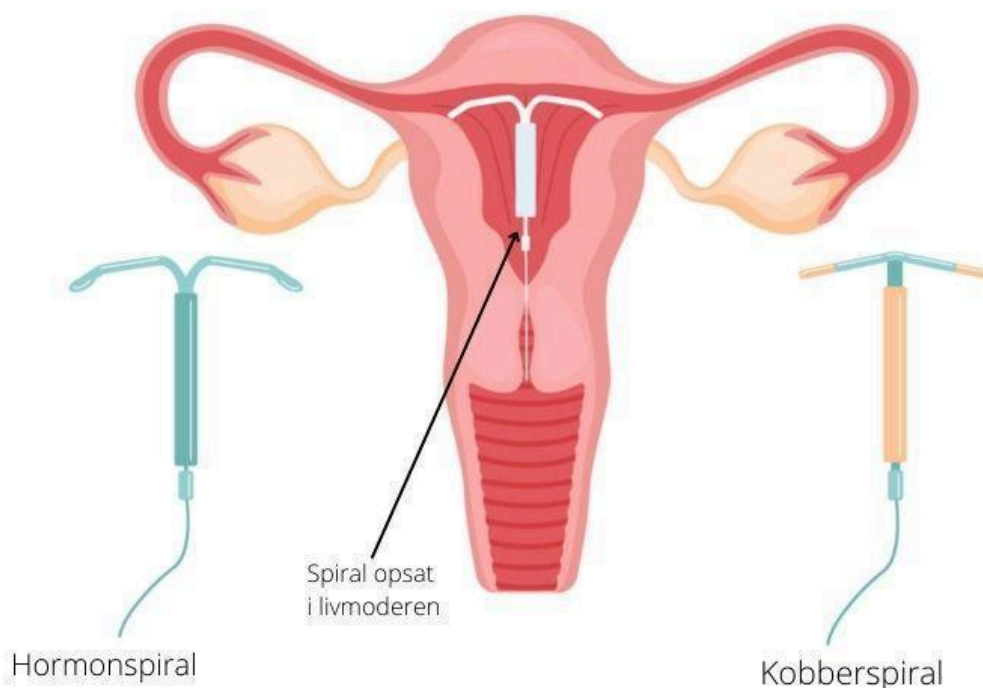
Læs mere: Kobberspiral

Hormonspiral

Gestagenet i hormonspiralen virker på sekretet ved livmoderhalsen, så sædcellerne (og bakterier) ikke kan trænge igennem og således ikke kommer længere end til livmodermunden. Skulle en sædcelle komme forbi og befrugte et æg, vil det befrugtede æg sjældent kunne sætte sig fast i livmoderslimhinden, da denne også er påvirket af gestagenet. Kobberet og gestagenet er således lokalt virkende – kun ganske lidt af hormonet i en hormonspiral spredes i hele kroppen.

Læs mere: Hormonspiral

Spiral



Billede: IStock.com

Hvordan får man en spiral?

Spiralen opsættes hos lægen ved en gynækologisk undersøgelse.

Gør det ondt at få spiral?

Hos kvinder, der har født vaginalt, er opsætningen relativt smertefri, fordi den indre livmodermund har været udvidet før.

Hos kvinder, der aldrig har været gravide eller har født, anbefales det at lægge lokalbedøvelse i livmoderhalsen før oplægningen, fordi det gør ondt, når spiralen skal passere den indre livmodermund og ikke sjældent også et kortvarigt alment ubehag (besvimelsestendens). Dette varer typisk kun et øjeblik, men kan ledsages af **menstruationsagtige smerter** i et til to døgn, hvor livmoderen trækker sig sammen om spiralen. Ubehaget ved oplægningen kan minimeres, hvis man cirka én time før tager en smertestillende pille som for eksempel 400-600 milligram Ipren, som har en afslappende virkning på livmoderen.

Hvornår skal den sættes op?

Spiralen sættes op i slutningen af en menstruation eller de første dage efter dens ophør. En spiral kan også opsættes i tilslutning til en provokeret abort, hvorimod

man skal vente cirka seks til otte uger, efter man har født. Det gælder både kobber- og hormonspiral.

Der er mange myter om, hvor smertefuld en spiraloplægning er. Faktum er, at det er en procedure, som er hurtigt overstået, og med den rette smertestillende behandling er en hurtigt overstået proces, som man kan få glæde af i mange år bagefter.

Kobberspiralen er meget effektiv som nødprævention, hvor den virker næsten 100 procent, hvis den sættes op indenfor de første fem dage efter et ubeskyttet samleje.

Hvad koster en spiral?

Hormonspiralerne er receptpligtige, det er kobberspiraler ikke. En hormonspiral koster tre til fire gange mere end en kobberspiral. Der er intet tilskud til hormonspiraler anvendt til **prævention**. Men hvis man får hormonspiral som behandling for kraftige menstruationsblødninger, kan lægen søge om individuelt tilskud. Tilskuddets størrelse afhænger af, hvor mange andre udgifter man har til receptpligtig medicin.

Må hormonspiralen fjernes på grund af bivirkninger er der ingen mulighed for erstatning.

Hvilke bivirkninger er der ved spiral?

Nogle få kvinder får **underlivsbetændelse** i forbindelse med spiral, enten i forbindelse med oplægningen af denne, eller når den ligger. Ligesom hos kvinder uden spiral stiger risikoen for underlivsbetændelse med antallet af seksualpartnere, og metoden kan derfor være mindre egnet til kvinder med mange skiftende seksualpartnere. Får man underlivsbetændelse, kan man forsøge at behandle den uden at fjerne spiralen, men virker behandlingen ikke med det samme, skal spiralen fjernes. Hos spiralbrugere - som ved alle andre præventionsformer - anbefales kondom i forbindelse med nye partnere.

Hvor sikker er en spiral?

Kobberspiralen er cirka 98 procent sikker, og hormonspiralen lidt over 99 procent.

Hvad skal man være opmærksom på?

Hvis du har en spiral, skal du være opmærksom på din krops signaler med hensyn til en eventuel graviditet, som jo kan forekomme hos et par procent.

Hvis man bliver uønsket gravid med en spiral, kan man vælge at fortsætte graviditeten, forudsat at graviditeten sidder, som den skal inde i livmoderen. I de fleste tilfælde vil man forsøge at fjerne spiralen, fordi den øger risikoen for spontan abort. Det kan lade sig gøre, hvis en skanning viser, at spiralen sidder neden for graviditeten i livmoderen. Er spiralen placeret ovenover graviditeten, må spiralen blive siddende og komme ud i forbindelse med fødslen.

Vælger kvinden/parret ikke at fortsætte graviditeten, foretages en provokeret abort med fjernelse af spiralen.

I tilfælde af graviditet med spiral er det vigtigt ved skanning at få konstateret, hvor graviditeten sidder, idet cirka 1 ud af 10 graviditeter med spiral sidder udenfor livmoderen. Så hvis du får kvalme, brystspænding eller andre **graviditetssymptomer** under spiralanvendelse, skal du altid kontakte din læge og blive henvist til skanning, så det kan konstateres, om det er en **graviditet udenfor livmoderen**. En graviditet uden for livmoderen kan udvikle sig til en farlig situation for kvinde, og det er vigtigt, at den bliver opdaget og behandlet.

Hvem egner spiralen sig mest til?

Spiral er egnet både til kvinder, som tidligere har født, og til kvinder som aldrig har været gravide. Oplægningen af spiralen kan være lidt vanskeligere hos kvinder, der ikke har været gravide (se ovenfor).

Minispiralerne har opnået stor popularitet hos teenagere og kvinder under 25 år.

Når spiralen er på plads, virker den med det samme - dag og nat og i tre til fem år, uden at der kræves særlig kontrol. En eller to tråde fra spiralen hænger ud gennem livmoderhalsen i den øverste del af skeden. Snorene kan mærkes med fingerspidserne. Du kan selv mærke snorene oppe i toppen af skeden - eller de kan ses af lægen ved en gynækologisk undersøgelse. At mærke efter selv er en god kontrol af, at spiralen stadig er på plads og i orden. Snorene skal bruges, når spiralen skal fjernes igen.

Efter særligt kraftige menstruationer kan det være hensigtsmæssigt at kontrollere, at snorene er på plads, da en spiral i disse tilfælde kan udstødes. I øvrigt skal spiralsnorene ikke kunne mærkes af din partner eller dig selv ved samleje. Hvis din partner kan mærke trådene, kan man klippe den helt korte, så de ikke stikker ud gennem livmodermunden.

Hormonspiralen er et godt alternativ til kvinder, der ikke kan tage **p-piller** på grund af risiko for blodpropper, og til kvinder, der gerne vil være fri for eller ikke kan huske

en p-pille eller **minipille** hver dag, et **p-plaster** hver uge eller en **p-ring** hver tredje uge. Begge typer spiraler er velegnede i perioder mellem fødsler.