

## **Sehr geehrte, liebe Patientin,**

zur Empfängnisverhütung haben Sie sich für eine Spirale entschieden. Aus ärztlicher Sicht liegen bei Ihnen keine Bedenken gegen die Anwendung dieser Methode zur Verhütung vor. Wir möchten Sie mit diesem Merkblatt in Ergänzung zum persönlichen Gespräch zusätzlich informieren.

### **Welche Spiralen gibt es und wie wirken sie?**

Die heutigen modernen Spiralen sind kleine, meist T-förmige, Kunststoffstäbchen, die entweder mit **Kupfer** umwickelt sind oder ein **Gelbkörperhormon** (Gestagen) enthalten. Außerdem gibt es als Weiterentwicklung der Kupferspirale eine Kupferkette. Die Spirale wird von der Scheide aus durch den Muttermund in die Gebärmutterhöhle eingesetzt. Dort werden kleine Mengen des Kupfers oder des Gelbkörperhormons an die Umgebung abgegeben. Dies erschwert durch Behinderung der Spermien die Befruchtung einer Eizelle und, falls es doch zu einer solchen kommen sollte, das Einnisten einer befruchteten Eizelle. Bei der Hormonspirale wird überdies der monatliche Aufbau der Gebärmutter Schleimhaut verringert. Das führt zu kürzeren und leichteren oder ausbleibenden Monatsblutungen. Je nach Modell, können die Spiralen 5-8 Jahre liegen.

### **Wie sicher sind die Spiralen?**

Die Sicherheit einer Verhütungsmethode wird im **Pearl Index (PI)** angegeben. Dieser gibt die Anzahl ungewollter Schwangerschaften an, die auftreten, wenn 100 Frauen 1 Jahr lang mit einer bestimmten Methode verhüten.

**Die Kupferspirale hat einen PI von 0,6 – 2**  
**Bei der Hormonspirale liegt der PI bei 0,14**  
**Die Kupferkette hat einen PI von 0,1-0,5**

### **Wann und wie wird die Spirale eingelegt?**

Vor dem Einlegen der Spirale wird eine vollständige gynäkologische Untersuchung inklusive Krebsabstrich vom Gebärmuttermund durchgeführt. Wenn Sie sich für die Kupferkette entscheiden, muss dabei durch einen speziellen Abstrich auch eine Chlamydieninfektion ausgeschlossen werden. Die Spirale wird am besten während der Monatsblutung eingelegt, da dann der Gebärmutterhals etwas weiter geöffnet ist. Nach einer Geburt sollten wenigstens sechs Wochen mit dem Einlegen gewartet werden. Die Kupferkette wird zusätzlich als Schutz vor dem Verrutschen in der Gebärmuttermuskulatur verankert. Beim Einlegen liegen Sie auf dem gynäkologischen Untersuchungsstuhl. Die Haut im Intimbereich und die Scheide werden sorgfältig desinfiziert. Anschließend wird die Spirale mit speziellen Instrumenten unter sterilen Bedingungen von der Scheide aus durch den Gebärmutterhals in die Gebärmutterhöhle eingelegt. Das Einlegen kann etwas schmerzhaft sein, besonders wenn der Gebärmutterhals sehr eng ist. In solchen Fällen kann eine örtliche Betäubung oder Narkose sinnvoll sein. Wir geben Ihnen beim Vorgespräch üblicherweise **2 Tbl. Arthotec** mit nach Hause. Diese Tabletten sollten Sie 6 Stunden vor dem Einlegen einnehmen. Sie dienen zur Vorbereitung und Erweichung des Gebärmutterhalskanals. Kurzfristig nach der Einnahme können als Nebenwirkung vorübergehend Bauchschmerzen, Durchfall und/oder eine Verstärkung der Periodenblutung auftreten.

### **Welche Nebenwirkungen und Komplikationen können auftreten?**

Nach dem Einlegen kann es zu leichten Blutungen und/oder Schmerzen kommen. Diese sind harmlos und klingen rasch ab. In seltenen Fällen können auch Kreislaufreaktionen und Schwindel auftreten. Daher wird Ihr Kreislauf nach dem Einlegen sorgfältig von uns überwacht. Sehr selten kann die Gebärmutterwand verletzt werden. Dies ist nicht mit dauerhaften Schädigungen oder Beeinträchtigungen verbunden. Auch sehr selten ist das Ausstoßen, Verrutschen oder Wandern der Spirale. In diesen Fällen muss die Spirale entfernt werden.

