

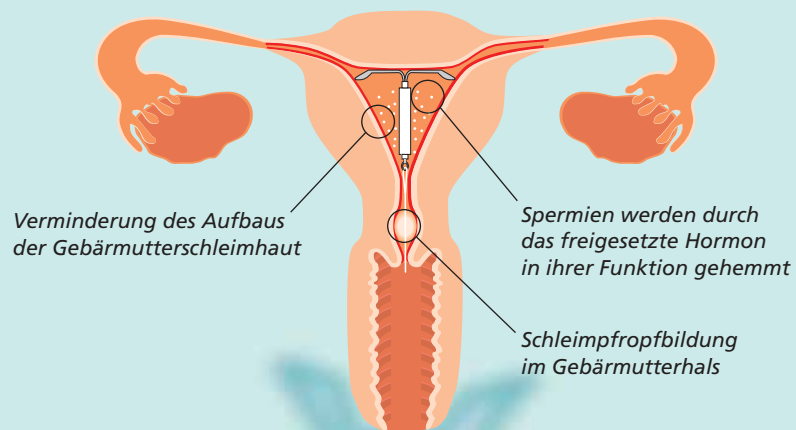
So wirkt die Hormonspirale

Die empfängnisverhütende Wirkung der Hormonspirale beruht auf der lokalen und gleichmäßigen Freisetzung geringer Mengen des Gelbkörperhormons Levonorgestrel in der Gebärmutterhöhle.

Der Schleimpfropf im Gebärmutterhals verdickt sich. Dadurch können die Spermien nicht mehr in die Gebärmutter vordringen. Dennoch aufsteigende Spermien werden zusätzlich in ihrer Funktion und Beweglichkeit gehemmt.

Alle diese Einflüsse sind vollständig umkehrbar, wenn die Hormonspirale entfernt wird. Sie können schon im ersten Zyklus nach der Entfernung schwanger werden.

Im Unterschied zu anderen Verhütungsmethoden mit dem Gelbkörperhormon (z. B. 3-Monats-Spritze, Implantat) behalten Sie mit der Hormonspirale Ihren natürlichen Zyklus bei, der Eisprung wird nicht unterdrückt.



Dreifach sicher mit der Hormonspirale

Die dreifache Wirkung der Hormonspirale macht sie zu einer der zuverlässigsten Methoden der Schwangerschaftsverhütung. Umfangreiche Studien haben gezeigt, dass von 1.000 Frauen, die die Hormonspirale über 1 Jahr angewandt haben, nur 1–2 Frauen schwanger wurden. Diese hohe Sicherheit ist vergleichbar mit der Sterilisation, bei der 1–4 von 1.000 Frauen pro Jahr schwanger werden.

Versagerquoten* verschiedener Verhütungsmethoden

Verhütungsmethode	Versagerquote*
Hormonspirale	1–2
Implantat	0–1
Sterilisation	1–4
Pille	1–9
3-Monats-Spritze	1–14
Kupferspirale	5–20
Kondom	30–50

*Anzahl der ungewollten Schwangerschaften, wenn 1.000 Frauen 1 Jahr lang die genannte Verhütungsmethode anwenden.

Die Verhütung mit der Hormonspirale hat viele Pluspunkte:

- Hohe Verhütungssicherheit
- So sicher wie die Sterilisation
- Minimale Hormondosierung durch die lokale verhütende Wirkung
- Verursacht wenig Nebenwirkungen
- Ihr natürlicher Zyklus bleibt erhalten
- Bequeme Anwendung:
keine Anwendungsfehler durch Vergessen oder reisebedingte Zeitverschiebungen
- Preisgünstige Langzeitverhütung mit einer Wirkung von bis zu 5 Jahren
- Angenehm:
Die Monatsblutung wird meist kürzer, schwächer und weniger schmerzhaft

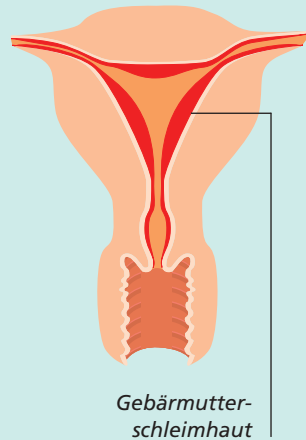


Die Veränderung der Monatsblutung

Normaler Zyklus

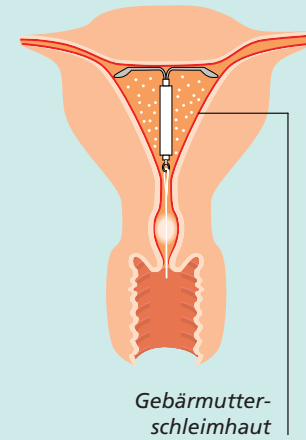
Im Verlauf Ihres Zyklus baut sich die Gebärmutter-schleimhaut auf und wird beim Ausbleiben einer Befruchtung, wenn sich also keine Eizelle einnistet, wieder abgestoßen.

Diesen Vorgang nehmen Sie als Monatsblutung wahr, wobei die Blutung unterschiedlich stark, lang und schmerzhaft sein kann.

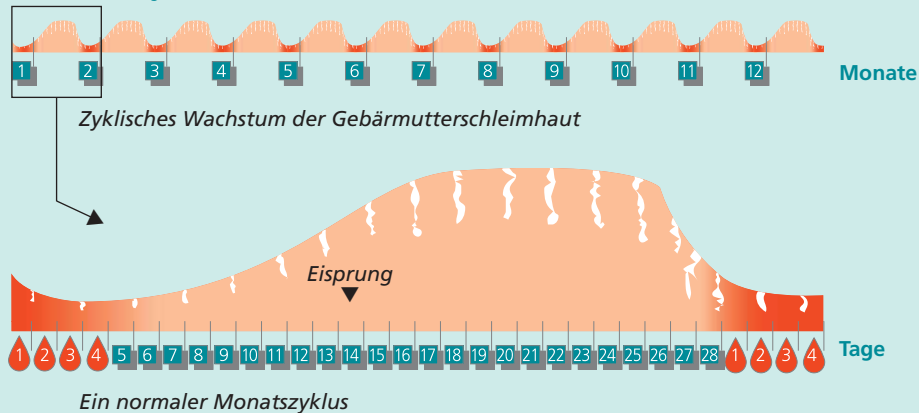


Zyklus mit der Hormonspirale

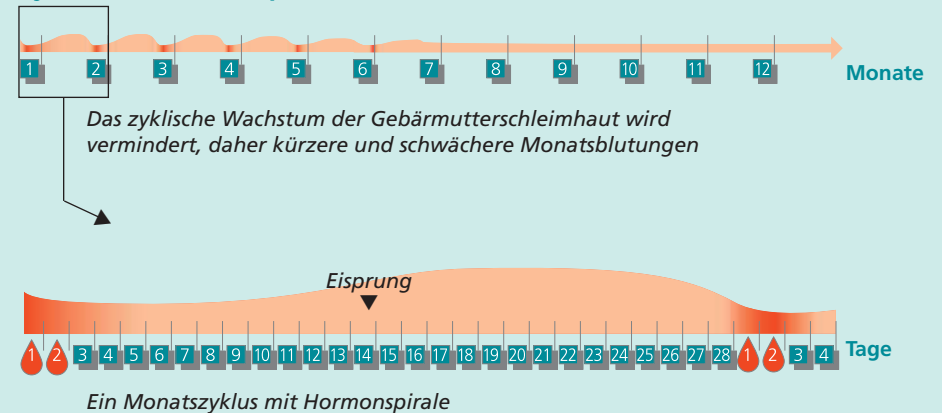
Ihr natürlicher Zyklus wird durch die Hormonspirale nicht beeinflusst – der Eisprung findet weiterhin statt. Durch die Wirkung der Hormonspirale baut sich die Gebärmutter-schleimhaut im monatlichen Zyklus nur schwach auf. Ihre Monatsblutungen werden dadurch kürzer, schwächer und weniger schmerzhaft. Nach einjähriger Anwendung tritt im Durchschnitt nur an 1–2 Tagen pro Monat eine schwache Blutung auf. Jede fünfte Anwenderin hat nach einjähriger Anwendung gar keine Blutungen mehr. Das ist kein Zeichen für eine Schwangerschaft, sondern liegt ausschließlich an der direkten Hormonwirkung auf die Gebärmutter-schleimhaut. Aus medizinischer Sicht ist das Ausbleiben der Monatsblutung völlig harmlos und kann mit der Blutungsfreiheit während der Stillzeit verglichen werden.



Normaler Zyklus:



Zyklus mit Hormonspirale:

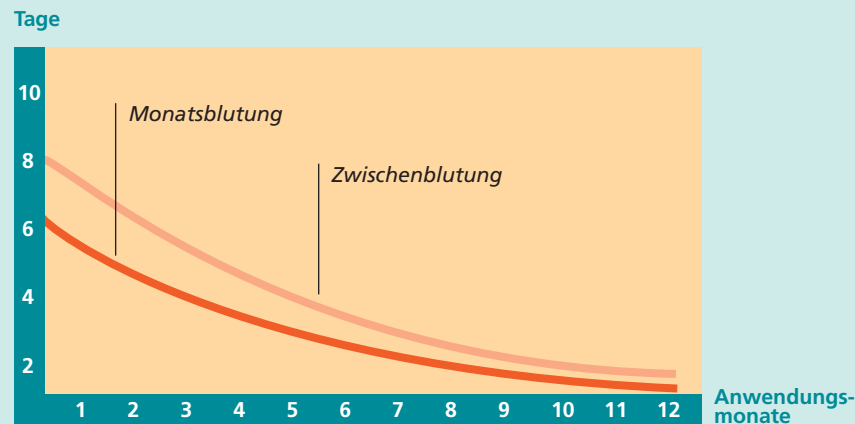


Die Anpassungsphase in den ersten 3–6 Monaten

In den ersten 3–6 Monaten nach der Einlage der Hormonspirale verändert sich die Gebärmutter Schleimhaut wie schon beschrieben. Während dieses Anpassungsprozesses können Sie häufig leichte Zwischenblutungen oder auch verlängerte Blutungen haben, die medizinisch unbedenklich sind.

Bei ungewöhnlich starken, lang andauernden Blutungen sollten Sie Ihre Frauenärztin/Ihren Frauenarzt aufsuchen, um die Ursache dafür abklären zu lassen.

Bitte führen Sie einen Blutungskalender, damit Sie selbst und Ihre Frauenärztin/Ihr Frauenarzt die Veränderungen des Blutungsverhaltens nachvollziehen können.



Durchschnittliche Anzahl der Tage mit Monats- und Zwischenblutungen im ersten Anwendungsjahr

Das Ausbleiben der Monatsblutung

Nach dem ersten Jahr ist etwa jede fünfte Anwenderin blutungsfrei. Diese Blutungsfreiheit ist eine Wirkung des Gelbkörperhormons auf die Gebärmutter Schleimhaut und kein Zeichen für eine Schwangerschaft. Sollte die Monatsblutung bei Ihnen länger als 6 Wochen ausgeblieben sein, so brauchen Sie sich keine Sorgen zu machen. Sie können sicherheitshalber einen Schwangerschaftstest bei Ihrer Frauenärztin/Ihrem Frauenarzt vornehmen lassen, brauchen diesen aber nicht zu wiederholen, wenn Sie weiter blutungsfrei sind.

Nur wenn zusätzliche Anzeichen einer Schwangerschaft, wie z. B. Übelkeit und Brustspannen, auftreten, sollten Sie umgehend Ihre Frauenärztin/Ihren Frauenarzt aufsuchen.

So verändert sich Ihr Blutungsverhalten mit der Hormonspirale

- Ihre Monatsblutung wird kürzer, schwächer und weniger schmerzhaft.
- Jede fünfte Anwenderin hat nach einem Jahr keine Blutung mehr, was aus medizinischer Sicht völlig harmlos ist.
- In den ersten 3–6 Anwendungsmonaten, vor allem zu Beginn, können Sie häufig leichte Zwischenblutungen und/oder verlängerte Monatsblutungen haben.



Die Einlage der Hormonspirale

Die Hormonspirale wird durch Ihre Frauenärztin/Ihren Frauenarzt eingelegt. Um sicherzustellen, dass keine medizinischen Gründe gegen das Einlegen einer Hormonspirale sprechen, wird Sie Ihre Frauenärztin/Ihr Frauenarzt zuerst gynäkologisch untersuchen. Hierbei wird auch die Lage und Größe der Gebärmutter bestimmt. Um das Einlegen zu erleichtern, wird die Hormonspirale während der Monatsblutung eingelegt. Zum einen ist dann der Gebärmutterhals noch etwas geöffnet, zum anderen ist zu diesem Zeitpunkt eine Schwangerschaft ausgeschlossen.

Zuerst werden Scheide und Gebärmuttermund keimfrei gemacht. Dann wird die Hormonspirale mit Hilfe eines dünnen Röhrchens vorsichtig durch den Gebärmuttermund in die Gebärmutterhöhle eingeführt. Beim Herausziehen des Einführungs Röhrchens entfalten sich die Arme der Hormonspirale und geben ihr einen sicheren Halt in der Gebärmutterhöhle. Zum Schluss werden die Rückhol-fäden auf die passende Länge gekürzt.

Beim Einlegen kann ein leichtes Ziehen im Unterbauch auftreten, ähnlich wie bei einer Monatsblutung. Wenn Sie besonders schmerzempfindlich sind, sollten Sie mit Ihrer Frauenärztin/Ihrem Frauenarzt über eine vorbeugende schmerzstillende Behandlung sprechen. Unmittelbar nach dem Einlegen der Hormonspirale können menstruationsähnliche Beschwerden auftreten, die erfahrungsgemäß nach kurzer Zeit abklingen.



Die Hormonspirale nach der Geburt / während der Stillzeit

Viele Frauenärztinnen/Frauenärzte empfehlen die Hormonspirale nach der Geburt. Sie kann eingelegt werden, sobald die Gebärmutter wieder ihre normale Größe erreicht hat. Meistens ist das nach 6–8 Wochen der Fall. Wann dieser Zeitpunkt bei Ihnen erreicht ist, wird Ihre Frauenärztin/Ihr Frauenarzt feststellen. Zu beachten ist, dass es auch bei der Anwendung der Hormonspirale während der Stillzeit zu den in der Anpassungsphase beschriebenen leichten Zwischenblutungen kommen kann.

Die Vorteile der Verhütung mit der Hormonspirale nach der Geburt

- Sichere und unkomplizierte Verhütung
- Sehr gute Verträglichkeit
- Die Anwendung ist schon während der Stillzeit möglich. Die in die Muttermilch übergehenden Wirkstoffmengen sind so gering, dass Wachstum und Entwicklung des Säuglings nicht beeinflusst werden. Auch Menge und Zusammensetzung der Muttermilch werden nicht nachteilig beeinflusst.



Die Begleiterscheinungen

Die Hormonspirale wird allgemein sehr gut vertragen. Da sie direkt in der Gebärmutter wirkt, wird für die zuverlässige Empfängnisverhütung eine kleinere Hormonmenge benötigt als z. B. bei Pille oder 3-Monats-Spritze. Die im Blut messbaren Hormonspiegel sind etwa 20- bis 100-mal geringer als bei anderen hormonellen Verhütungsmethoden. Daher treten nur selten hormonbedingte Begleiterscheinungen auf.

Manchmal können dennoch, meist beschränkt auf die ersten 3 Monate nach der Einlage der Hormonspirale, Begleiterscheinungen, wie z. B. Kopfschmerzen, Brustspannen, Übelkeit, Akne oder Stimmungsschwankungen, auftreten. Oft hängen diese unspezifischen Beschwerden eher mit Ihrem natürlichen Zyklus als mit der Hormonspirale zusammen.

Unerwünschte Begleiterscheinungen	Rate in % während der Anpassungsphase	Rate in % nach der Anpassungsphase
Unterleibsschmerzen	10,5	2,2
Akne	3,5	1,2
Rückenschmerzen	3,1	1,0
Brustspannen	3,1	1,0
Kopfschmerzen	2,8	1,6
Ausfluss	2,7	<1
Stimmungsschwankungen	2,5	<1
Übelkeit	2,4	<1
Ödeme	1,1	<1

Bei 12 % der Anwenderinnen können sich, wie auch bei anderen Gestagenmethoden (z. B. Minipille), nach der Einlage Eierstockzysten bilden. Diese sind in aller Regel harmlos, verursachen meist keine Beschwerden und bilden sich üblicherweise von allein zurück.

Bei der Umstellung von einer hautverbessernd wirkenden Pille auf die Hormonspirale sollten Sie beachten, dass die Hormonspirale kein Östrogen enthält und deshalb eine hautverbessernde Wirkung nicht zu erwarten ist.

In den ersten 3–6 Anwendungsmonaten können Sie Zwischenblutungen oder auch verlängerte Blutungen haben (siehe auch Abschnitt „Blutungsverhalten“).

Weitere Informationen zu Begleiterscheinungen finden Sie in der Gebrauchsinformation, die jeder Packung beiliegt.

Komplikationen mit der Hormonspirale sind sehr selten. Schmerzen können auftreten, wenn die Hormonspirale nicht korrekt liegt. Unerwartet starke Menstruationen oder Schmerzen im Bauch können Anzeichen für eine Eileiterschwangerschaft (das Wachstum eines befruchteten Eis außerhalb der Gebärmutter) bzw. für eine Verletzung der Gebärmutter sein. Studien zeigen, dass bei 10.000 Frauen, die die Hormonspirale über 1 Jahr angewandt haben, nur 6 Eileiterschwangerschaften aufgetreten sind. Das ist genauso selten wie bei Frauen, die sterilisiert sind. Ihre Frauenärztin/Ihr Frauenarzt kann solche Komplikationen durch eine Ultraschalluntersuchung abklären.



Vergleichen Sie mal mit anderen Methoden der Langzeitverhütung!

	Hormonspirale	Sterilisation	Hormonimplantat	Kupferspirale
Wirkung	<p>Da das Hormon direkt in die Gebärmutter abgegeben wird, ist nur eine geringe Hormondosis notwendig. Der natürliche Zyklus (Eisprung) bleibt erhalten. Die Hormone in der Gebärmutter bewirken Folgendes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Schleimpfropf im Gebärmutterhals bildet eine Barriere • Spermienbewegung in der Gebärmutter wird verhindert • Aufbau der Gebärmutter-schleimhaut wird vermindert 	<p>Die Sterilisation ist eine mechanische oder chirurgische Unterbrechung der Eileiter.</p>	<p>Hier wird das Hormon direkt in das Blut abgegeben. Dadurch wird Folgendes ausgelöst:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Verhinderung des Eisprungs • Schleimpfropf im Gebärmutterhals bildet eine Barriere • Spermienbewegung in der Gebärmutter wird verhindert • Aufbau der Gebärmutter-schleimhaut wird vermindert 	<p>Kupferanteile werden in die Gebärmutter abgegeben, dadurch wird Folgendes ausgelöst:</p> <ul style="list-style-type: none"> • lokale Entzündungsreaktion • Spermien werden unbeweglich
Anwendungsart	Die Hormonspirale wird in die Gebärmutter eingelegt.	Operation unter Narkose (Betäubung)	Das Stäbchen wird in den Oberarm eingelegt. Dazu ist ein Schnitt mit lokaler Betäubung nötig. Das Stäbchen ist fühl- und sichtbar.	Die Kupferspirale wird in die Gebärmutter eingelegt.
Anwendungsdauer	bis zu 5 Jahre	unbegrenzt	bis zu 3 Jahre	2–3 Jahre
Verhütungssicherheit	1–2 Schwangerschaften auf 1.000 Frauen innerhalb eines Jahres	1–4 Schwangerschaften auf 1.000 Frauen innerhalb eines Jahres	0–1 Schwangerschaften auf 1.000 Frauen innerhalb eines Jahres	5–20 Schwangerschaften auf 1.000 Frauen innerhalb eines Jahres
Zusätzliche Vorteile	Die Monatsblutung wird reduziert: Sie wird schwächer, kürzer und weniger schmerzhaft.	Keine	Meist wird die Stärke der Monatsblutung reduziert.	Keine
Möglichkeit der Schwangerschaft nach Anwendung	Die Hormonspirale kann leicht vom Frauenarzt gezogen werden. Eine Schwangerschaft ist sofort nach dem Entfernen möglich.	Durch eine Operation unter Narkose muss die Durchgängigkeit der Eileiter wieder hergestellt werden; die Erfolgsrate liegt bei 40–90%. Evtl. wird eine künstliche Befruchtung notwendig.	Durch einen Schnitt unter lokaler Betäubung wird das Hormonstäbchen aus dem Oberarm entfernt. Eine Schwangerschaft kann 1–3 Monate nach dem Entfernen eintreten.	Die Kupferspirale kann vom Frauenarzt gezogen werden. Eine Schwangerschaft ist sofort nach dem Entfernen möglich.
Nebenwirkungen	In den ersten 3–6 Monaten: Zwischenblutungen, Akne bei ca. 3%, Brustspannen bei ca. 3%, Kopfschmerzen bei ca. 3% der Anwenderinnen, danach liegen alle genannten Nebenwirkungen unter 1%.	Zuweilen: vorzeitiger Eintritt in die Wechseljahre, Blutungsprobleme, psychische Probleme	Zwischenblutungen über den gesamten Anwendungszeitraum sind möglich; Akne bei ca. 16%, Brustspannen bei ca. 11%, Kopfschmerzen bei ca. 7%, Gewichtszunahme bei ca. 7% der Anwenderinnen, Narbe am Arm evtl. sichtbar.	Evtl. längere und stärkere Regelblutungen, erhöhte Infektionsgefahr
Kosten	ca. 350–450 €, die privat zu bezahlen sind (ca. 5,50–7,50 € pro Monat)	ca. 800–2.000 €, die privat zu bezahlen sind	ca. 350–450 €, die privat zu bezahlen sind (ca. 9,50–12,50 € pro Monat)	ca. 150–200 €, die privat zu bezahlen sind (ca. 4,00–8,30 € pro Monat)



Der Unterschied zu Kupferspiralen

Die Kupferspirale besteht aus einem mit Kupfer umwickelten Kunststoffträger (meist in T- oder Hufeisenform).

Die verhütende Wirkung entsteht durch eine leichte Entzündungsreaktion der Gebärmutter Schleimhaut und durch die spermienabtötende Eigenschaft des Kupfers. Dadurch kann die Monatsblutung stärker und schmerzhaft werden.

Die Hormonspirale enthält statt des Kupfers ein Hormondepot. Dieses gibt gleichmäßig minimale Dosen eines Gelbkörperhormons (Levonorgestrel) in der Gebärmutter ab. Dadurch verhütet die Hormonspirale sicherer, und die Monatsblutungen werden leichter, kürzer und weniger schmerzhaft. Der Wechsel von einer Kupfer- zu der Hormonspirale ist jederzeit möglich. Ihre Frauenärztin/Ihr Frauenarzt wird Ihnen vorzugsweise während Ihrer Monatsblutung die Kupferspirale ziehen und direkt danach eine Hormonspirale einlegen.



Der Unterschied zur Pille, zur 3-Monats-Spritze und zum Implantat

Durch die Hormonspirale wird das Gelbkörperhormon dort freigesetzt, wo es wirken soll – in der Gebärmutter. Deshalb ist zur sicheren Verhütung nur eine minimale Hormondosierung notwendig. Die im Blut messbare Hormonkonzentration ist etwa 20- bis 100-mal geringer als bei der Pille und den anderen Methoden. Ihr natürlicher Zyklus wird nicht unterdrückt, und es gibt wenig hormonbedingte Nebenwirkungen.

Der Wechsel von der Pille oder anderen Verhütungsmethoden zur Hormonspirale ist jederzeit möglich. Bitte sprechen Sie Ihre Frauenärztin/Ihren Frauenarzt auf den besten Wechseltermin an.

Der Unterschied zur Sterilisation

Wegen der sicheren Langzeitwirkung und des komfortablen Blutungsverhaltens ist die Hormonspirale eine Alternative zur Sterilisation. Im Gegensatz zur Sterilisation können Sie Ihre Entscheidung jederzeit rückgängig machen.



Die Fortsetzung der Verhütung nach 5 Jahren

Spätestens nach 5 Jahren müssen Sie die Hormonspirale durch Ihre Frauenärztin/Ihren Frauenarzt wechseln lassen. Die „alte“ Hormonspirale wird dann leicht durch Ziehen an den Fäden entfernt. Bei den regelmäßigen Kontrolluntersuchungen wird Ihre Frauenärztin/Ihr Frauenarzt feststellen, wann der Wechsel aus medizinischer Sicht empfehlenswert ist.

Wenn Sie bei der Hormonspirale bleiben möchten, wird Ihre „neue“ sofort nach dem Entfernen der „alten“ eingelegt. Der Vorteil: Sie haben ununterbrochene Verhütungssicherheit, und die Anpassungsphase, wie sie nach Einlage der ersten Hormonspirale auftrat, entfällt.

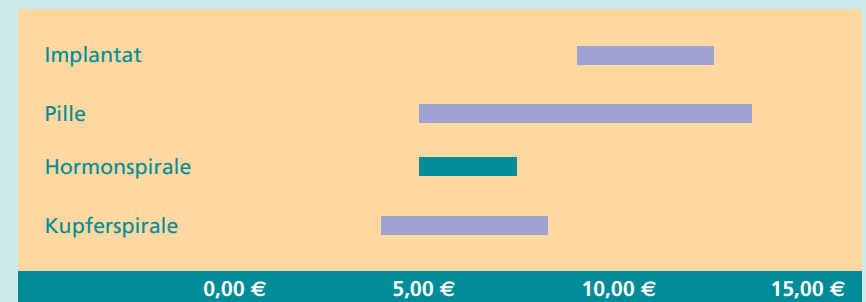
Wenn Sie noch Monatsblutungen haben, empfiehlt sich ein Wechsel während der Blutung. Wenn Sie blutungsfrei sind, kann die Hormonspirale jederzeit gewechselt werden. Die Blutungsfreiheit behalten Sie auch nach dem Wechsel.

Bei Wiedereinlage erhalten Sie von Ihrer Frauenärztin/Ihrem Frauenarzt einen neuen Anwenderin-Pass, auf dem das neue Einlage- und Entfernungsdatum notiert werden. Bewahren Sie diesen Pass sorgfältig auf, und bringen Sie ihn zu den regelmäßigen Kontrolluntersuchungen mit. Auch Ihre Frauenärztin/Ihr Frauenarzt wird Sie an den Wechselzeitpunkt erinnern.

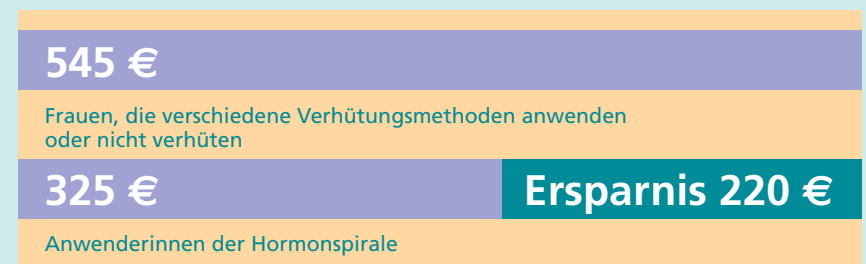
Die Kosten der Hormonspirale

Die Kosten für bis zu 5 Jahre Verhütung mit der Hormonspirale sind individuell verschieden und betragen etwa 350–450 €. Wie auch bei anderen Verhütungsmethoden tragen Sie als Anwenderin die Kosten selbst. Durch die lange Anwendung rechnet sich die Hormonspirale bereits nach 3 Jahren; das macht sie günstiger als viele andere Verhütungsmethoden. Außerdem sparen Sie durch die leichtere Monatsblutung Hygienekosten (in 5 Jahren ca. 220 €), trotz der möglichen Zwischenblutungen in den ersten 3–6 Monaten.

Verhütungskosten pro Monat im Vergleich



Kosten für 5 Jahre Monatshygiene



Die Erfahrungen der Anwenderinnen

In Deutschland verhüten rund eine Million Frauen mit der Hormonspirale (Stand Januar 2004). Fast jede Frau (98 %) würde sich wieder für die Verhütung mit der Hormonspirale entscheiden. Besonders schätzen die Anwenderinnen:

- die langfristige bequeme Anwendung
- die hohe Sicherheit
- die minimale Hormondosierung
- die komfortablen Blutungen



Die Vorteile der Verhütung mit der Hormonspirale im Überblick

✓	Hohe Sicherheit – so sicher wie die Sterilisation
✓	Langfristiger Empfängnischutz bis zu 5 Jahren
✓	Bequeme Anwendung
✓	Minimale Hormondosierung durch lokal verhütende Wirkung in der Gebärmutter, dadurch wenig Nebenwirkungen
✓	Monatsblutung wird kürzer, leichter und weniger schmerzhaft, es gibt weniger Einschränkungen in Beruf und Freizeit
✓	Keine Anwendungsfehler durch Vergessen, Zeitverschiebung oder Magen- und Darmbeschwerden
✓	Die Hormonspirale kann jederzeit entfernt werden
✓	Nach dem Entfernen der Hormonspirale können Sie sofort schwanger werden

Zu beachten ist:

✗	Die Hormonspirale ist eine langfristige Methode (Liegedauer bis zu 5 Jahre). Die Kosten rechnen sich schon ab dem 3. Anwendungsjahr.
✗	Die Hormonspirale hat keine hautverbessernde Wirkung, da sie, anders als Pillen, kein Östrogen enthält.
✗	In den ersten 3–6 Monaten nach der Einlage sind Zwischenblutungen und verlängerte Monatsblutungen möglich.
✗	Die Monatsblutung kann völlig aufhören. Etwa jede 5. Anwenderin ist nach einem Jahr blutungsfrei.

Häufige Fragen

Wie sicher verhütet die Hormonspirale?

Die Hormonspirale ist eine der sichersten Methoden der Empfängnisverhütung, genauso sicher wie die Sterilisation und die Pille (wenn sie regelmäßig eingenommen wird). Umfangreiche Studien haben gezeigt, dass von 1.000 Frauen, die die Hormonspirale ein Jahr anwenden, nur 1–2 schwanger werden.

Lokale Verhütung – was heißt das eigentlich genau?

Die Hormonspirale verhütet lokal, weil das Gelbkörperhormon direkt in der Gebärmutter abgegeben wird. Die dazu täglich nötige Dosis ist so gering, dass Ihr natürlicher Zyklus weitgehend unbeeinflusst bleibt. Pille und Implantate verhüten dagegen durch die Unterdrückung des Eisprungs.

Wie lange wirkt die Hormonspirale?

Bis zu 5 Jahre bietet Ihnen die Hormonspirale einen sicheren Schutz vor Schwangerschaft, dann nimmt die Sicherheit allmählich ab. Deshalb müssen Sie die Hormonspirale spätestens nach 5 Jahren wechseln lassen. Danach können Sie mit einer weiteren Hormonspirale oder einer anderen Methode verhüten. Ihre Frauenärztin/Ihr Frauenarzt wird bei den regelmäßigen Kontrolluntersuchungen feststellen, wann der Wechsel aus medizinischer Sicht empfehlenswert ist.

Was passiert, wenn ich meine Meinung ändere?

Sie können Ihre Frauenärztin/Ihren Frauenarzt jederzeit bitten, die Hormonspirale zu entfernen. Falls Sie nicht beabsichtigen, die Hormonspirale durch eine neue ersetzen zu lassen, sollten Sie 5 Tage vor dem Entfernen andere Verhütungsmethoden (z. B. Kondom) anwenden. Ungeschützter Geschlechtsverkehr während dieser Zeit könnte sonst nach dem Entfernen zu einer Schwangerschaft führen.

Wann wird die Hormonspirale eingelegt?

Ihre Frauenärztin/Ihr Frauenarzt wird Ihnen die Hormonspirale während der Monatsblutung einlegen, weil dann der Gebärmutterhals am weitesten ist, was das Einlegen erleichtert. Nach einer Geburt muss die Rückbildung der Gebärmutter abgewartet werden, was erfahrungsgemäß ca. 6–8 Wochen dauert.

Wie wird die Hormonspirale eingelegt?

Zuerst wird Ihre Frauenärztin/Ihr Frauenarzt Sie gynäkologisch untersuchen, um abzuklären, ob aus medizinischer Sicht eine Einlage möglich ist.

Mit Hilfe eines dünnen Röhrchens wird die Hormonspirale durch die Scheide in die Gebärmutter eingeführt. Wird das Röhrchen herausgezogen, entfalten sich die Arme der Hormonspirale und sichern so eine stabile Position in der Gebärmutter. Schließlich werden die Rückholfäden auf eine passende Länge gekürzt. Dies geschieht meist ambulant ohne Narkose.

Wie schnell wirkt die Hormonspirale?

Sofort, der Empfängnisschutz besteht unmittelbar nach der Einlage.



Ist das Einlegen schmerzhaft?

Beim Einlegen kann ein vorübergehendes leichtes Ziehen, wie bei einer Monatsblutung, auftreten. Sind Sie leicht schmerzempfindlich, sprechen Sie Ihre Frauenärztin/Ihren Frauenarzt auf eine vorbeugende schmerzstillende Behandlung oder lokale Betäubung an. Unmittelbar nach dem Einlegen können menstruationsähnliche Beschwerden auftreten. Diese klingen erfahrungsgemäß nach kurzer Zeit wieder ab.

Wie oft muss die Lage der Hormonspirale kontrolliert werden?

Die Lage der Hormonspirale sollte unmittelbar nach der Einlage, nach der ersten Monatsblutung und danach alle 6–12 Monate durch Ultraschall kontrolliert werden.

Bin ich schwanger, wenn die Blutung ausbleibt?

Die Hormonspirale hat eine sehr hohe empfängnisverhütende Wirkung, vergleichbar mit der Pille und der Sterilisation. Nur wenn bei Blutungsfreiheit zusätzliche Anzeichen für eine Schwangerschaft auftreten, wie z. B. Übelkeit und Brustspannen, sollten Sie umgehend Ihre Frauenärztin/Ihren Frauenarzt aufsuchen. Sie können sicherheitshalber einen Schwangerschaftstest bei Ihrer Frauenärztin/Ihrem Frauenarzt machen, brauchen diesen aber nicht zu wiederholen, wenn Sie weiter blutungsfrei sind. Durch die Wirkung der Hormonspirale auf die Gebärmutter-schleimhaut wird diese im monatlichen Zyklus weniger als üblich aufgebaut. Die Monatsblutungen werden dadurch im Laufe der Anwendung kürzer und schwächer. Ein Fünftel der Anwenderinnen ist nach einem Jahr blutungsfrei.

Was tun, wenn ich schwanger werden möchte?

Die Hormonspirale kann jederzeit leicht von Ihrer Frauenärztin/Ihrem Frauenarzt entfernt werden. Die Möglichkeit, schwanger zu werden, besteht schon beim nächsten Eisprung, also bereits innerhalb des ersten Monats nach der Entfernung der Hormonspirale. Da alle Veränderungen im Körper innerhalb kürzester Zeit vollständig reversibel sind, verläuft die Schwangerschaft so, als wäre zuvor keine Hormonspirale angewendet worden.

Für welche Frauen ist die Hormonspirale empfehlenswert?

Die Hormonspirale eignet sich besonders für Sie, wenn Sie:

- über längere Zeit sicher und bequem verhüten wollen
- nach einer Schwangerschaft vorerst kein weiteres Kind planen
- Ihre Familienplanung abgeschlossen haben

In einem ausführlichen Gespräch wird Ihre Frauenärztin/Ihr Frauenarzt Sie über die Anwendung der Hormonspirale beraten und abklären, dass keine medizinischen Gründe gegen das Einlegen der Hormonspirale sprechen.

Wird mein Partner die Fäden spüren?

Die Rückholfäden der Hormonspirale wird Ihr Partner normalerweise nicht spüren. Sollten diese dennoch als unangenehm oder störend empfunden werden, bitten Sie Ihre Frauenärztin/Ihren Frauenarzt, die Länge der Fäden zu kürzen.



Werde ich die Hormonspirale spüren?

Nein, die Hormonspirale ist so weich und flexibel, dass Sie diese auch bei intensiver sportlicher Betätigung nicht spüren.

Kann die Hormonspirale nach einer Geburt und in der Stillzeit angewandt werden?

Ja, viele Frauenärztinnen/Frauenärzte empfehlen die Hormonspirale während der Stillzeit, weil sie keinen negativen Einfluss auf Menge und Zusammensetzung der Muttermilch hat. Die Hormonspirale kann nach einer Geburt eingelegt werden, sobald die Gebärmutter wieder ihre normale Größe erreicht hat. Dies ist etwa nach 6–8 Wochen der Fall.

Wer erinnert mich daran, die Hormonspirale nach 5 Jahren entfernen oder ersetzen zu lassen?

Von Ihrer Frauenärztin/Ihrem Frauenarzt erhalten Sie einen Anwenderin-Pass, auf dem das Einlage- und Entfernungsdatum eingetragen werden. Bewahren Sie diesen Pass sorgfältig auf, dann vergessen Sie den Termin des spätesten Entfernens nicht. Auch Ihre Frauenärztin/Ihr Frauenarzt wird Sie bei den anstehenden Kontrollterminen an den Entfernungszeitpunkt erinnern.

Werden die Kosten von der Krankenkasse übernommen?

Nein, die Hormonspirale ist eine individuelle Gesundheitsleistung (IGeL), die Sie wie andere Methoden der Empfängnisverhütung ab dem 20. Lebensjahr selbst bezahlen. Durch die lange Anwendungsdauer ist die Hormonspirale günstiger als zahlreiche andere Verhütungsmethoden. Sie rechnet sich schon ab 3 Jahren Liegedauer.

