



Informationen zur Hormonspirale

Wie sieht eine Hormonspirale aus?

Die Hormonspirale ist ein T-förmiger Kunststoffrahmen, in dem sich ein kleines Hormondepot befindet. Am unteren Ende befinden sich das Rückholfädchen. Aus dem Depot wird das Gestagen-Hormon Levonorgestrel direkt in die Gebärmutterschleimhaut abgegeben. Es gibt verschiedene Größen der Hormonspirale und auch verschiedene Dosierungen.

Wie wirkt die Hormonspirale?

Die Hormonspirale wirkt vor allem in der Gebärmutterhöhle, weil sie ihr Hormon direkt in die Gebärmutterschleimhaut abgibt. Dabei ist die Hormonmenge, die in den Körper gelangt, deutlich geringer als bei einer Pille. Aus diesem Grund kommt es meist weiterhin zu einem Eisprung und den Höhen und Tiefen was die Stimmung und die Libido in einem Zyklus angeht, was viele Frauen sehr schätzen.

Die Hormonspirale verhindert in zweifacher Weise eine Schwangerschaft: Erstens wird der Schleim im Gebärmutterhals so verändert, dass die Spermien kaum in die Gebärmutter hineingelangen.

Zweitens baut sich die Gebärmutterschleimhaut nur wenig auf. Eine befruchtete Eizelle könnte sich deshalb nicht darin einnisten. Eine Blutung ist daher oft nur sehr gering ausgeprägt und deutlich kürzer. Ebenso werden Periodenschmerzen deutlich weniger.

Wie sicher ist die Hormonspirale?

Von 1000 Frauen, die ein Jahr lang mit der Hormonspirale verhüten, werden je nach Modell 1 bis 3 Frauen trotzdem schwanger. Diese Zahl ist geringer, als bei der Kupferspirale.

Wie lange hält der Verhütungsschutz der Hormonspirale?

Es gibt unterschiedliche Modelle der Hormonspirale. Der Verhütungsschutz kann von 3-8 Jahren reichen.



Wie wird die Hormonspirale eingesetzt?

Vor dem Einsetzen wird eine gynäkologische Untersuchung mit sonographischer Untersuchung des kleinen Beckens sowie ein Muttermundabstrich durchgeführt. Eine bestehende Schwangerschaft, Unterleibserkrankungen und sexuell übertragbare Krankheiten müssen ebenfalls ausgeschlossen werden.

Zudem muss vorab die Größe der Gebärmutter gemessen werden und geprüft werden, ob eine Spirale eingelegt werden kann. Es ist optimal, die Spirale während der Regel einzusetzen, es ist aber kein Muss. Eine Hormonspirale kann prinzipiell auch schon bei jungen Frauen eingelegt werden.

Eine Kontrolluntersuchung sollte 4 Wochen nach dem Einsetzen oder spätestens nach der ersten Menstruation durchgeführt werden. Danach soll eine Kontrolluntersuchung einmal halbjährlich erfolgen.

Wird die Hormonspirale am ersten bis siebten Zyklustag nach der Periodenblutung eingelegt, besteht sofort Verhütungsschutz. Wird sie zu einem späteren Zeitpunkt eingelegt, muss für sieben Tage zusätzlich verhütet werden, zum Beispiel mit Kondomen. Wir empfehlen aber zunächst nach 4 Wochen eine Kontrolluntersuchung durchzuführen. Ist hier alles in Ordnung und liegt die Spirale korrekt, kann auf eine zusätzliche Verhütung verzichtet werden.

Wann kann ich eine Hormonspirale nach einer Entbindung einsetzen lassen?

Nach einer Geburt sollte ein IUD nicht vor Ablauf von sechs Wochen und nach einem Kaiserschnitt nicht vor Ablauf von 12 Wochen gelegt werden, da dies die Möglichkeit einer Perforation oder einer Ausstoßung erhöht. Mit einer Hormonspirale kann gestillt werden.

Wie wird die Hormonspirale entfernt?

Die Hormonspirale wird durch vorsichtiges Ziehen an den Rückholfäden nach sonographischer Kontrolle entfernt. Sind die Fäden nicht zu sehen und das IUD befindet sich in der Uterushöhle, sollte das Entfernen ggf.



bis nach der nächsten Menstruationsblutung verschoben werden, da die Fäden üblicherweise unmittelbar nach der Menstruationsblutung wieder sichtbar werden. Sind die Fäden auch dann nicht sichtbar, kann das IUD unter Verwendung eines schmalen Instruments entfernt werden. Nach dem Entfernen kehrt die normale Empfängnisbereitschaft unmittelbar wieder zurück.

Wünschst Du weiterhin ein IUD zur Empfängnisverhütung, so kann zum gleichen Zeitpunkt ein neues oder auch anderes IUD eingesetzt werden.

Wie kann ich prüfen, ob die Spirale noch richtig sitzt?

Man kann anhand des Rückholbändchens selbst fühlen, ob die Spirale noch da ist. Spürst Du bei der Selbstuntersuchung die Fäden nicht oder fühlst Du außer den Fäden auch das IUD selbst, stelle Dich bitte sofort bei Deiner Ärztin vor. Es ist dann wahrscheinlich, dass sich die Spirale nicht mehr korrekt in der Gebärmutter befindet, wodurch eine erhöhte Wahrscheinlichkeit einer Schwangerschaft besteht.

Wenn Du Zweifel an der korrekten Lage der Spirale hast, melde Dich bitte bei Deiner Ärztin. Ebenfalls sollte eine sonographische Untersuchung durchgeführt werden, wenn die Spirale auf einmal Beschwerden und ungewohnte Symptome verursacht.

Mögliche Komplikationen und Vorsichtsmaßnahmen:

Du solltest Deine Ärztin aufsuchen, wenn:

- Du die Rückholfäden des IUDs nicht spüren kannst
 - Du oder Dein Partner das untere Ende des IUDs spüren kann
 - Du denkst, dass Du schwanger bist
 - Du Schmerzen im Bauchraum, Fieber oder übelriechenden Ausfluss hast
 - Du oder Dein Partner Schmerzen oder Unbehagen beim Geschlechtsverkehr verspüren
 - Deine Menstruation verspätet einsetzt. Bitte mache dann einen Schwangerschaftstest.
 - das IUD entfernt werden soll und / oder Du schwanger werden möchtest.
- Bei Frauen, die eine Menstruationstasse verwenden, wurde vereinzelt



über einen Ausstoß des IUDs berichtet. Es besteht hier die Möglichkeit einer Saugwirkung, welches sich auf das IUD auswirkt, wenn die Menstruationstasse nicht korrekt entfernt wird. Bitte frage Deine Ärztin bezüglich der korrekten Anwendung der Menstruationstasse. Tampons können weiterhin benutzt werden.

Nebenwirkungen der Hormonspirale

Hormonbedingte Nebenwirkungen sind zwar seltener und geringer als bei anderen Hormonpräparaten, können aber auftreten, vor allem in den ersten Monaten. Dazu gehören vor allem bei den hoch dosierten Hormonspiralen (Mirena ®) Kopfschmerzen, ein Spannungsgefühl in den Brüsten, Nervosität, sexuelle Unlust, depressive Verstimmungen und Akne sowie Eierstockszysten.

Bei vielen Frauen werden die Blutungen durch die Hormonspirale kürzer, schwächer und weniger schmerzhaft; bei manchen bleiben sie nach einigen Monaten fast ganz aus. Die Hormonspirale wird deshalb oft Frauen mit starken Blutungen und Menstruationsbeschwerden empfohlen.

Anders als bei der Pille und den anderen Verhütungsmitteln mit kombinierten Hormonen ist das Risiko für Thrombosen, Herzinfarkt oder Schlaganfall bei der Hormonspirale nicht erhöht.

Wegen der geringen Hormondosis kann die Hormonspirale in vielen Fällen angewendet werden, in denen die Kombinationspille zu risikoreich ist. Fehlbildungen der Gebärmutter oder Erkrankungen, bei denen die Form der Gebärmutterhöhle verändert ist (z. B. Myome), können dazu führen, dass die Einlage einer Spirale nicht möglich ist. Hier kann es möglich sein, dass die Spirale auch wieder ausgestoßen wird. Lass uns darüber sprechen.