



jaydess. levonorgestrel

Jaydess<sup>®</sup>  
(levonorgestrel)  
minispiral



Brugervejledning

## Indhold

Hvad er en minispiral?

---

Virkning?

---

Påvirkning?

---

Opsætning?

---

Trådene?

---

Hvornår?

---

Kontakt læge, hvis?

---

Menstruation?

---

Sexliv?

---

Blødningsmønster/  
Ønsket graviditet?

---

Seksuelt overførte sygdomme?

---

Graviditet/Indikationer?

---

Generelt?

---

Bivirkninger?

---

## Velkommen

Alle har forskellige prioriteringer, og på det her tidspunkt i dit liv er graviditet ikke din prioritering. Du og din læge har besluttet at minispiralen skal være din beskyttelse mod uønsket graviditet i de næste 3 år.

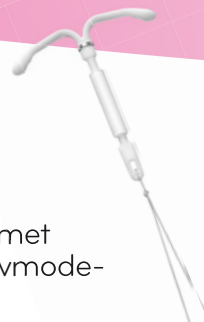
**Du har sikkert mange spørgsmål om minispiralen. Dette informationsmateriale vil:**

1. Introducere minispiralen for dig
2. Give dig information om, hvad du kan forvente dig af dine første måneder med minispiral
3. Give dig svar på dine spørgsmål om minispiralen

## Hvad er en minispiral?

Minispiralen består af en hormonkapsel som er fastsat på en T-formet stamme af plast. Minispiralen er blot 28 mm lang og indsættes i livmoderen ved hjælp af et indføringsrør.

Minispiralen er den mindste hormonspiral, som findes i Danmark, og indeholder en lav dosis hormon. Din læge placerer minispiralen i livmoderen, hvor den beskytter dig mod uønsket graviditet i op til 3 år.



## Hvordan fungerer minispiralen

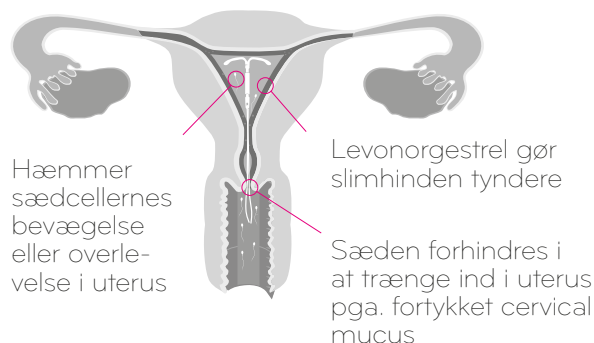
Når minispiralen er korrekt placeret i livmoderen afgives dagligt en lav dosis af hormonet levonorgestrel langsomt og kontinuerligt i livmoderen og beskytter mod graviditet på tre virkemåder:

1. Minispiralen gør sekretet i livmoderhalsen sejt, så det bliver vanskeligt for sædcellerne at trænge igennem
2. Minispiralen påvirker livmoderslimhindens vækst, så den bliver tynd og ufrugtbar
3. Minispiralen ændrer sædcellernes betingelser i livmoderen og æggelederne, så befrugtning vanskeliggøres

Tilsammen betyder disse tre virkemåder, at minispiralen er mere end 99% sikker mod graviditet fra den er sat på plads i livmoderen til den tages ud, senest 3 år senere.

## Hvordan kommer minispiralen til at påvirke min krop?

Det eneste hormon i minispiralen er levonorgestrel, et velkendt hormon, som også findes i andre præventionsmidler. Minispiralen indeholder ikke østrogen. Minispiralen virker hovedsagligt lokalt i livmoderen, og kun små mængder af hormonet afgives til blodbanen og dermed resten af kroppen. Levonorgestrel påvirker oftest ikke ægløsningen. Du kan opleve at få forskellige bivirkninger, specielt i starten. Se bivirkningsskema andet sted i teksten.



## Hvordan opsættes minispiralen

Når du har besluttet dig for at få en minispiral, kan den opsættes ved dit næste besøg hos enten din læge eller gynækolog. Ved en gynækologisk undersøgelse fører lægen minispiralen op i livmoderen gennem vagina ved hjælp af et tyndt fleksibelt indføringsrør.

De fleste synes, at oplægningen er relativt enkelt, men nogen kan opleve lidt smerte eller ubehag under oplægningen. Dette ubehag skal forsvinde indenfor det første døgn.

Hvis du har smerter udover dette, skal du kontakte din læge, da det kan være at minispiralen ikke er korrekt placeret. Dette kan kontrolleres ved ultralyd hos en gynækolog. Det må aldrig gøre ondt at have en spiral og det eneste du må kunne mærke er trådene, som du måske kan mærke ved hjælp af en finger i vagina.



## Hvorfor er der tråde på minispiralen

De to tynde tråde, som sidder fast på minispiralen, er for, at din læge let kan trække minispiralen ud, når det er tid. Din læge klipper trådene til, så de hænger et par centimeter ned i din vagina, og du vil ofte kunne mærke dem ved hjælp af en finger. Trådene er meget tynde og vil ikke genere ved samleje.

## Hvor hurtigt beskytter minispiralen mod graviditet?

Hvis minispiralen opsættes indenfor 7 dage fra din sidste menstruations første dag, så beskytter minispiralen dig fra første dag. Men anbefalingen er at vente 24 timer, efter den er opsat, så giver minispiralen dig effektiv beskyttelse mod graviditet i op til 3 år. Med minispiralen behøver du ikke tænke på prævention i hverdagen.

Din læge kan bede dig komme til et kontrolbesøg efter opsættelsen af minispiralen. Dette for at sikre, at minispiralen sidder korrekt og spørge, hvordan du fungerer med minispiralen. Det gør ikke ondt at få minispiralen kontrolleret, og det giver dig en mulighed for at få svar på eventuelle spørgsmål.

## Findes der grunde til jeg bør kontakte min læge?

### Foruden dit kontrolbesøg bør du kontakte din læge:

- Hvis du har svære smerter eller kraftig blødning efter oplægningen
- Hvis du tror, at du er gravid
- Hvis du har vedvarende mavesmerter, feber eller unormal udflåd
- Hvis du oplever smerte eller ubehag under samleje
- Hvis du pludselig oplever et forandret blødningsmønster (hvis du for eksempel har lidt eller ingen menstruation, og den pludselig bliver vedvarende eller kraftig)
- Hvis du har andre medicinske problemer fx. migræne, meget kraftig hovedpine, synsproblemer, gulsot eller højt blodtryk)

## Hvordan kommer minispiralen til at påvirke min menstruation?

Du kommer til at få mindre menstruationsblødning både i mængde og antal dage, du bløder hver måned. Det er helt normalt og ikke skadeligt på nogen måde.

De første 3-6 måneder skal din krop vænne sig til at have en minispiral, og dit blødningsmønster kan være noget uregelmæssigt. Nogle kan opleve at få længere eller kraftigere blødninger under denne periode, men allerede

efter de første 3 måneder har det justeret sig hos de fleste. Så i denne periode skal du være tålmodig. Tal med din læge, hvis du synes din menstruation begynder at blive kraftigere end den plejer.

Hos nogle ophører menstruationen helt, når de har anvendt minispiralen noget tid. Hvis du ikke har haft menstruationsblødning de sidste 6 uger og er urolig for, om du kan være blevet gravid,

så tag en graviditetstest. Minispiralen er 99% sikker, og hvis testen er negativ, behøver du ikke tage flere test, såfremt du ikke har graviditetssymptomer såsom utilpashed, kvalme, træthed eller brystspænding.

Hvis din menstruationsblødning ophører, mens du anvender minispiral, kommer den tilbage, når minispiralen tages ud, med mindre du får opsat en ny minispiral.

## Kommer minispiralen til at påvirke mit sexliv?

Når minispiralen er placeret korrekt i livmoderen, kommer hverken du eller din partner til at mærke den under samleje.

## Efter de første måneder, hvad kan du så forvente af minispiralen i de 3 år, den beskytter dig.

### Bør jeg føre kontrol med mit blødningsmønster?

Da du kommer til at opleve et forandret blødningsmønster, er det individuelt, om du har lyst til at føre kontrol med dit blødningsmønster. Du kan få udleveret en blødningskalender hos din læge. Den kan du udfylde og tage med til din læge, når I skal tale om din minispiral ved kontrolbesøget.

### Hvis jeg bestemmer mig for at blive gravid?

Minispiralen beskytter mod graviditet i op til 3 år men du kan når som helst bede din læge om at tage den ud, hvis du vil være gravid. Der er ingen ændring på din evne til at blive gravid, om du har haft en minispiral eller ej.

### Beskytter minispiralen mod seksuelt overførte sygdomme?

Nej. Minispiralen anvendes alene for at beskytte mod graviditet, og den beskytter ikke mod seksuel overførte sygdomme. Det er vigtigt at anvende kondom, hvis du ikke er i fast forhold.

### Hvad hvis jeg bliver gravid, mens jeg har en minispiral?

Risikoen for at blive gravid, mens du anvender minispiralen, er meget lille, under 1% men det kan ske. Hvis du ikke får en menstruationsblødning, når du har en minispiral, behøver det ikke at betyde, at du er gravid. Men du kan tage en graviditetstest første gang, du oplever ikke at få en menstruation for at få det afkræftet.

Hvis du samtidig med en manglende menstruationsblødning har symptomer på graviditet såsom utilpashed, kvalme, træthed eller brystspænding, bør du kontakte din læge. Hvis du skulle blive gravid, er der en risiko for at graviditeten sidder udenfor livmoderen, og det skal straks behandles.

### Disse symptomer kan indikere en graviditet udenfor livmoderen:

- Din menstruation er ophørt, og pludselig får du en vedvarende blødning og ondt i maven
- Du har svære eller vedvarende smerter i nedre del af maveregionen
- Du har graviditetssymptomer, bløder og føler dig svimmel

Hvis du oplever noget af dette, skal du straks kontakte en læge.

### Kan jeg benytte minispiralen mellem mine børnefødsler?

Ja. Du kan allerede 6 uger efter din fødsel få opsat en minispiral, som beskytter dig de næste 3 år. Hvis du vil være gravid indenfor de 3 år, skal din læge tage minispiralen ud.

### Kan jeg benytte tamponer, når jeg har en minispiral?

Dit blødningsmønster vil med stor sandsynlighed mindske dit behov for tamponer. Hvis du fortsat vil benytte tamponer, skal du være forsigtig, når du tager tamponen ud, så du ikke kommer til at trække i trådende, som sidder fast på minispiralen, i stedet for tamponen.

### Kan minispiralen falde ud?

Minispiralen kan stødes ud delvist eller fuldstændigt, men det er meget udsædvanligt. Hvis du oplever, at din menstruationsblødning er kraftigere, end den plejer at være, kan det være tegn på, at minispiralen ikke sidder korrekt længere. Du bør få det kontrolleret hos din læge. Sidder minispiralen ikke korrekt, kan du ikke være sikker på beskyttelsen.

### Hvilke er de mest almindelige bivirkninger med minispiralen?

Som med alle andre lægemidler kan nogle opleve at få bivirkninger. Nedenfor findes en tabel over de bivirkninger, som du kan opleve med minispiralen. Hvis du har flere spørgsmål, kan du læse indlægsedlen i pakningen eller kontakte din læge.

#### Meget almindelig bivirkning

(forekommer hos flere end 1 ud af 10)

Hovedpine

Mave-/ underlivssmerter

Akne/fed hud \*

Ændringer i blødningsmønstret

Ovariecyster

Inflammation i ydre kønsorganer eller slimhinden

#### Almindelige bivirkninger

(forekommer hos flere end 1 ud af 100)

Nedstemthed/depression

Migræne

Kvalme

Infektion i øvre kønsorganer

Menstruationssmerter

Smerter i brystet/ubehag

Udstødning af spiralen

Hårtab

Udflåd

*\*Kun 2,7 % af kvinderne i minispiral-studierne afbrød behandlingen pga. akne*



jaydess® levonorgestrel



**Bayer A/S - Danmark.** Arne Jacobsens Allé 13, 6. DK-2300 København S.  
Tlf.: +45 45 23 50 00. Fax: +45 45 23 52 55

