Kobberspiral

En kobberspiral er en lille T-formet plastikspiral med kobbertråd omkring, som lægges op i livmoderen. Kobberet hæmmer sædcellerne og gør, at et befrugtet æg ikke kan sætte sig fast. Den er **hormonfri**, virker godt og kan ligge i flere år. Den beskytter ikke mod kønssygdomme.

1
Hormonfri
Ingen hormonelle bivirkninger.

2
Virker i 5 år
Nogle typer kan ligge længere.

3
Kraftigere menstruation
Den mest almindelige bivirkning.

4
Også nødprævention
Op til 5 dage efter ubeskyttet sex.

Sådan foregår det

1 · Før
Kom i løbet af de første **12 dage** efter menstruationen er startet. Vi tager evt. en klamydiaprøve. →

2 · Smertestillende
Tag fx **600 mg ibuprofen (Ipren) 1 time før**, hvis du tåler det. →

3 · Oplægning
Ved en gynækologisk undersøgelse. Det tager få minutter. Det kan murre og bløde lidt bagefter. →

4 · Kontrol
Vi tilbyder kontrol efter **2–3 menstruationer**. Derefter er der ikke brug for faste kontroller.

Almindelige bivirkninger

- **Kraftigere og længere menstruation.** Det sker hos op til halvdelen
- Flere menstruationssmerter
- Pletblødning og lidt mere udflåd
- Ingen hormonelle bivirkninger

De første 48 timer

- Intet samleje
- Ingen tampon eller menstruationskop
- Ingen karbad, havbad eller svømmehal

Kobberspiral som nødprævention

Har du haft ubeskyttet sex, kan en kobberspiral lagt op **inden for 5 dage** forhindre graviditet. Tag en graviditetstest 3 uger efter. Kontakt os hurtigt, hvis det er aktuelt.

Tjek trådene

Trådene fra spiralen hænger lidt ned i skeden. Du kan selv mærke efter med en finger efter menstruationen, at spiralen sidder, som den skal.

Kontakt klinikken, hvis …

- du får **stærke eller tiltagende smerter**, **feber** eller ildelugtende udflåd
- du bløder **meget kraftigt**
- du **ikke kan mærke trådene**, eller du tror, spiralen er faldet ud
- du får en **positiv graviditetstest**. Det er sjældent, men så skal du undersøges hurtigt

Kort fortalt: hormonfri → oplægning i de første 12 dage af cyklus → 48 timer uden samleje, tampon og bad → kraftigere menstruation er almindeligt → virker i 5 år.

Kilder: Lægehåndbogen, sundhed.dk: *Spiral, intrauterin* · Patienthåndbogen, sundhed.dk: *Kobberspiral*.