The Royal Women's Hospital Information for Women

6. Контрацепција – Спирала (IUD)

Април 2004

6. CONTRACEPTION – INTRA UTERINE DEVICE (IUD)

Зошто користиме контрацепција?

Контрацепцијата е неопходна ако сакате да избегнете несакана бременост и инфекции кои се пренесуваат со сексуални односи.

Секој месец јајниците на жената произведуваат јајна клетка. Кога мажот ејакулира неговата сперма содржи милиони сперматозоиди. Треба само еден од овие сперматозоиди да ја оплоди јајната клетка и жената да остане бремена. Ако двојката има сексуален однос (пенис во вагина) и не превземе мерки, постои ризик од забременување. Користењето на контрацепција ви овозможува да имате сексуални односи и да избегнете несакана бременост.

Добор е ако секогаш се користи кондом

Во Австралија има повеќе од 20.000 случаи на нови инфекции од сексуални односи секоја година. Еден од најчестите симптоми е chlamydia, кој може да доведе до неплодност ако не се лекува. Кондомот е најдобрата заштита од инфекции. Ако секогаш користите кондом и лубрикант на водена база кога имате сексуални односи шансите да добиете сида и многу други полови инфекции се помали.

Спирала (Intra Uterine Device (IUD))

Што е спирала?

Спиралата е мала контрацептивна справа која се поставува во вагината. Постојат два вида спирали.

- **Бакарна спирала** – мала пластична справа покриена со бакар.
- **Прогестоген (Mirena) спирала** е мала справа во вид на Т со цилиндер кој содржи прогестоген.

Како функционира спиралата

Иако спиралата се користи повеќе од 30 години за спречување на бременост, како функционира сеуште не е јасно во целост. Спиралата влијае на движењето на спермата и нејзиното преживување во матката така што не може да дојде до јајцевата клетка за да ја оплоди. Спиралата исто така ја менува слузокожата на матката така што не е погодна за бременост и спречува јајната клетка да се оплоди.

Колку е ефикасна?

Спиралата е ефикасна од 95 до 99%, што е слично на пилулата (погледнете во брошурата бр. 3 *Пилула*)

Предности и недостатоци на спиралата

Предности
И двата вида на спирали бакарната и Mirena ги имаат следните предности:

- Ефикасна долгорочна контрацепција (најмалку 5 години)
- Лесна за одржување, не можете да заборавите да ја користите како со пилулите
- Поефтина е од другите начини на контрацепција (поскапа е на почетокот но поефтина е потоа на подолг рок).
- Ако сакате да останете бремена можете веднаш штом истата се отстрани.

Прогестоген (Mirena) спирала има додатни предности со намалување на менструалното крварење. Тоа е предност за жените кои обично имаат тешки и долготрајни менструации со бакарната спирала.

Недостатоци
И двата вида спирали ги имаат следните недостатоци:

- Иако ретко, ако спиралата откаже жената ќе остане бремена, тогаш таа мора да се отстрани што побрзо. Спирала во бремена жена предизвикува ризик од поментување
- Спиралата може да излезе од матката за подолг период. Жената може и да не знае дека тоа се случило, затоа треба секогаш да проверува дали конецот е на место
- Постои мал ризик од инфекција во првите три недели после поставувањето
- Важно е жената со спирала да биде особено внимателна од инфекции пренесени преку сексуални односи зашто тоа може да доведе до неплодност
- Спиралата може да го продупчи ѕидот на матката. Тоа е многу редок случај, а може да се случи кога се поставува спиралата
- Исто така, постои и ризик од тн. Ectopic бременост (кога оплодената јајцева клетка сраснува во јајцеводите) кога спиралата ќе откаже (ова се случува многу ретко со бакарната спирала и уште поретко со прогестоген спиралата)

Прогестоген спиралата може да ги предизвика и следните нус појави:

- Можни нередовни крварења или менструации во првите три до пет месеци. Со прогестоген спиралата најверојатно ќе имате само неколку менструации
- Може да предизвика мала сувост на вагината, топли бранови, главоболка, лошење и мозолчиња.

Бакарната спирала може да предизвика менструациите да станат потешки и поболни

Кој може да користи спирала?
- Жени кои веќе имаат деца
- Жени со мал ризик од пренесување на инфекции со сексуални односи
- Жени кои не сакаат или неможат да земаат пилули.

Кој не треба да користи спирала?
- Жени кои долгорочно се под ризик од инфекции пренесени со сексуални односи
- Жени кои имаат недијагностицирани вагинални крварења
- Жени со воспалителни болести на карличниот дел.

Поставување на спирала

Подготовка
Пред поставување на спиралата треба да:
- Ви се направи Pap тест и да се утврди дека немате инфекција на карличниот дел
- Да не сте бремени (што значи спиралата треба да се постави веднаш после менструацијата или пак да користите сигурна контрацепција додека се постави спиралата).

Како се поставува спиралата
Ќе бидете наместени во иста позиција во клиниката како да ви се прави Pap тест. Матката прво ќе се исчисти со антисептик. Се мери должината на вагината и се поставува спиралата. Конецот се сече за да остане во вагината. Ниту вие ниту вашиот партнер нема да го забележите конецот, но би требало да го почувствувате ако продрете повеќе во вагината.

После тоа ќе почекате оклу 15 минути за да се осигури дека не чувствувате непотребна непријатност или болка.

Важно е да немате сексуален однос или пак да користите тампони во наредните 48 часа за да се спречи инфекција.

Што треба да сторам ако чувствувам дека нешто не е во ред?
Појдете на лекар ако:

- Осетите дека конецот е пократок или подолг од обично зашто спиралата можеби се изместила. Треба да ја проверувате должината на конецот после секоја менструација
- Чувствувате постојана болка во стомакот, особено ако е пропратено со треска
- Добиете невообичаено излачување или крварење или пак болка при односите
- Ако вие или вашиот партнер имате сексуални односи со други што ја зголемува опасноста од инфекции
- Шест недели после поставувањето, а потоа еднаш годишно на контрола

Повеќе информации

Центар за здравје на жената (RWH)
(03) 9344 2007
1800 442 007 (бесплатен повик) ел. пошта: which@rwh.org.au
http://wellwomens.rwh.org.au

Choices Clinic при Royal Women's Hospital
Достапна услуга со совети, консултации и третман на сите барања за контрацепција и сексуални здравствени потреби.
Работно време: понеделник, вторник, четвртоk 8.30 - 11.30 час.
Телефон: (03) 9344 2717

Други брошури на RWH кои може да ви користат

RWH располага со повеќе брошури на различни јазици на интернет.
http://wellwomens.rwh.org.au

Можете да ја прашате и медицинската сестра во RWH да ви даде отпечатен примерок од други брошури за контрацепција. Побарајте ги:
Бр. 1 *Контрацепција – ваш избор*
Бр. 2 *Кондом и дијафрагма*
Бр. 3 *Пилули*
Бр. 4 *Depo Provera – инјекција за контрацепција*
Бр. 5 *Implanon – Контрацептивен имплант*