

## Andra eventuella funderingar

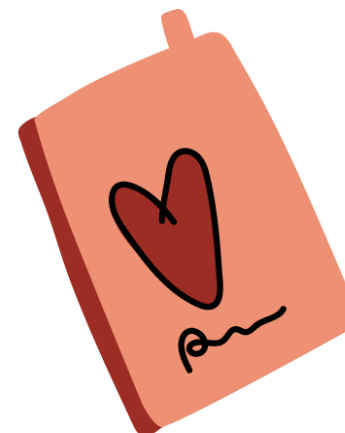
- Lev som vanligt, det är inget speciellt att tänka på. Du kan använda menskopp eller tampong om du behöver.
- Du kan känna efter spiraltrådarna själv så du vet att den sitter där. Barnmorskan visar gärna hur du gör.
- Kom på återbesök om och när du vill, kontakta oss för frågor som eventuellt dyker upp.
- När det är dags för byte eller uttag av spiralen, kontaktar du oss igen.

## Ungdomsmottagning Västra Götaland

[www.vgregion.se/ungdomsmottagning](http://www.vgregion.se/ungdomsmottagning)



## Information inför spiralinsättning



## Insättning av spiral

En spiral (koppar- eller hormonspiral) kan sättas in när som helst under menstruationscykeln.

Kopparspiral kan användas som "dagen-efter-metod" och förhindra graviditet upp till fem dygn efter ett oskyddat samlag.

Om du sätter in hormonspiral inom sju dagar från mensens första dag så ger den ett skydd mot graviditet direkt. Om hormonspiral sätts in under annan del av menstruationscykeln så behöver du skydda dig extra de första sju dagarna.

### Graviditetstest

Graviditetstest (urinprov) tas ofta i samband med insättning. Ett nytt graviditetstest behöver tas fyra veckor senare om du inte har haft en säker preventivmetod före insättning.

### Innan och under insättning

- Hormonspiral hämtar du ut på apoteket. Du får ett recept av din barnmorska. Spiralen är liten, men paketet är stort eftersom att det innehåller en införare.
- Kopparspiral finns på ungdomsmottagningen.
- Just när spiralen sätts på plats kan det göra ont, vi rekommenderar därför att du tar smärtstillande läkemedel innan du kommer för insättning. Ta t.ex ibuprofen 400mg eller paracetamol 1g 1 timme innan din bokade tid.
- Smärtan brukar gå över snabbt och när spiralen väl är på plats ska den inte kännas.
- Vissa upplever snabbt övergående illamående under och/eller efter insättning.

### Se film om insättning av Hormonspiral här:

Textad: [Länk](#)

Syntolkad: [länk](#)

