



Wat is een
goede keuze?

Anticonceptie

Anticonceptie

Het medisch team van Stimezo Zwolle begeleidt vrouwen bij het maken van een goede keuze over het gebruik van anticonceptie. Anticonceptie wordt misschien wel enkele tientallen jaren gebruikt. Zij geven u graag een anticonceptieadvies op maat. In een persoonlijk gesprek wordt gezamenlijk gekeken welke vorm van anticonceptie het beste aansluit bij individuele omstandigheden, leeftijd en persoonlijke voorkeur. In deze brochure worden verschillende anticonceptiemethoden toegelicht.

Wat is anticonceptie?

Anticonceptie betekent letterlijk het tegengaan van bevruchting. Het voorkomen van een zwangerschap dus. Veel vrouwen denken bij anticonceptie als eerste aan de pil. Maar er zijn verschillende soorten van anticonceptiepillen beschikbaar en wat is dan een goede keuze? Er wordt bijvoorbeeld onderscheid gemaakt tussen de combinatiepil met of zonder stopweek, of de pil zonder oestrogeen.



Welke soorten zijn er?

In Nederland zijn er veel anticonceptiemethoden beschikbaar in een andere vorm dan de pil en allemaal met andere praktische eigenschappen.

Zo is er de wekelijkse of maandelijkse methode of de meerdere jaren anticonceptie met een staafje of een spiraaltje dat door de arts wordt ingebracht.

Het maken van de juiste 'anticonceptie keuze' is daarom van groot belang. Deze brochure geeft een overzicht van diverse anticonceptiemethoden en hun belangrijkste eigenschappen.





Welke methode past het best?

Geen vrouw is hetzelfde en ook haar persoonlijke omstandigheden kunnen verschillen. Er zijn bijvoorbeeld vrouwen die geen kinderen hebben, vrouwen die borstvoeding geven of vrouwen die al een compleet gezin hebben. Sommige vrouwen vergeten vaak de pil in te nemen of willen juist anticonceptie waar zo min mogelijk hormonen zitten.

Kortom, iedere vrouw heeft haar eigen specifieke situatie en individuele wensen. Er zijn een heleboel verschillende anticonceptiemiddelen beschikbaar. Het is daarom belangrijk om een goede keuze te maken.

Deze folder geeft een overzicht van de verschillende anticonceptiemethoden. Eerst wordt het verschil uitgelegd tussen zogenaamde 'combinatiemethoden' 'oestrogenen' en 'progestageen' en 'methoden zonder oestrogenen'.

Zelf in- of aanbrengen

Combinatiemethoden oestrogeen en progestageen

Een combinatiemethode bevat twee hormonen: ‘oestrogeen’ en ‘progestageen’. De beschikbare combinatiemethoden zijn de combinatiepil, de anticonceptiepleister en de anticonceptivering.

Twee belangrijke kenmerken van een combinatiemethode zijn: een meestal regelmatig menstruatiepatroon, de menstruatie (stopweek) overgeslagen, uitgesteld of verschoven kan worden. Combinatiemethoden zijn er in diverse doseringen en met verschillende soorten hormonen.

De meeste combinatiemethoden bevatten een synthetisch hormoon, maar er zijn ook methoden met een lichaamseigen hormoon. Deze zijn alleen in de vorm van een pil verkrijgbaar. Een combinatie-methode wordt in enkele situaties afgeraden, bijvoorbeeld als er borstvoeding gegeven wordt, of als er sprake is van oestrogeenintolerantie of trombose. Ook bij migraine kan een methode zonder oestrogeen een overweging zijn.



	Combinatiepil	Anticonceptiepleister	Anticonceptivering
Geschikt bij borstvoeding?	Nee	Nee	Nee
Hoe vaak gebruiken?	21 tot 28 keer per 4 weken	3 keer per 4 weken	1 keer per 4 weken
Wie, wat en waar gebruiken?	Zelf, pil om te slikken	Zelf, pleister op je huid	Zelf, ring in je vagina
Kan ik mijn menstruatie regelen?	Ja	Ja	Ja
Kan ik na stoppen snel weer vruchtbaar zijn?	Ja	Ja	Ja

Methoden zonder oestrogeen

Zoals de naam al zegt, bevat een methode zonder oestrogeen alleen het hormoon 'progestageen'. In Nederland is één pil zonder oestrogeen beschikbaar. Dit is net als de combinatiepil een betrouwbare pil die dagelijks wordt geslikt. Een methode zonder oestrogeen kan bij voorbeeld een uitkomst zijn voor vrouwen die borstvoeding geven of vrouwen met oestrogeen gerelateerde bijwerkingen.

Belangrijk om te weten is dat een methode zonder oestrogeen geen stop-week heeft en dat de menstruatie niet kan worden uitgesteld of worden overgeslagen.

Geen oestrogeen

Bovendien is het goed om te weten dat bij gebruik van de methode zonder oestrogeen de menstruatie kan veranderen of zelfs helemaal kan wegblijven.

Tot slot is nog er de sterilisatie. Dit is een permanente methode.



	Pil zonder oestrogeen (minipil)	Prikpil	Anticonceptie-staafje	Spiraal met of zonder hormoon
Geschikt bij borstvoeding?	Ja	Ja	Ja	Ja
Hoe vaak gebruiken?	28 keer per 4 weken	1 keer per 12 weken	1 keer per 3 jaar	Zonder hormonen, 1 keer per 10 jaar Met hormonen, 1 keer per 5 jaar
Wie, wat en waar gebruiken?	Zelf, pil om te slikken	De arts, injectie onderhuids of in spier	De arts, staafje in je arm	De arts, spiraal in de baarmoeder
Kan ik mijn menstruatie regelen?	Nee	Nee	Nee	Nee
Kan ik na stoppen snel weer vruchtbaar zijn?	Ja	Gemiddeld 5-6 maanden	Ja	Ja

Algemeen

Stimezo Zwolle werkt met NGvA geregistreerde abortusartsen, NVOG geregistreerde gynaecologen, NVA geregistreerde anesthesiologen en V&VN geregistreerde abortusverpleegkundigen. Alle behandelingen worden professioneel en veilig uitgevoerd de conform het wettelijk kader en volgens de geldende richtlijnen.

Persoonlijk advies op maat of contact opnemen?

Ga voor een persoonlijk anticonceptie adviesgesprek naar www.stimezo-zwolle.nl/contact, maak een afspraak en vraag vrijblijvend een prijsopgave.

Wij zijn telefonisch bereikbaar van maandag t/m donderdag van 8:15 - 16:15 uur en op vrijdag van 8:15 - 12:15 uur. Ons telefoonnummer is 038 4217000. Ook kunt u gebruik maken van het contactformulier www.stimezo-zwolle.nl/contact. Of kunt u uw vragen kenbaar maken door met ons te chatten.

Vergoeding van anticonceptie?

Anticonceptie zit sinds 1 januari 2011 niet meer in de basisverzekering. Vrouwen tot 21 jaar krijgen anticonceptie (met uitzondering van condoms) wel vergoed. Afhankelijk van het merk kan het zijn dat een bijbetaling verschuldigd is. Voor vrouwen vanaf 21 jaar kan het mogelijk zijn dat anticonceptie (deels) vergoed wordt vanuit een aanvullende verzekering. Neem contact op met de eigen zorgverzekeraar of raadpleeg www.zorgwijzer.nl/vergoeding/anticonceptie.



Stimezo-Zwolle

Oosterlaan 14
8011 GC Zwolle

T 038 4217000
vragen@stimezo-zwolle.nl
www.stimezo-zwolle.nl

