GyneFix®

... aus Liebe zur Frau entwickelt.

HORMONFREI | SICHER | UNBESCHWERT

Verhütung bis 5 oder 10 Jahre
Vorzeitige Entfernung jederzeit möglich

Hier erfährst Du:

- **Fakten zu GyneFIX®**
  Ein Klassiker neu erfunden 4
  Was ist die Kupferkette GyneFIX®? 5
  So wirkt GyneFIX® 8
  Wie sicher ist GyneFIX®? 9
  Vorteile von GyneFIX® 12
  Nachteile GyneFIX® 14
  Kosten GyneFIX® 15
  Voraussetzungen für GyneFIX® 18
  GyneFIX® ist nicht anzuwenden bei... 21
  GyneFIX ist mit Vorsicht anzuwenden bei... 22

- **Einsetzen & Entfernen von GyneFIX®**
  Die Auswahl vom passenden GyneFIX®-Modell 22
  Wie läuft das Einsetzen ab? 24
  Direkt nach dem Einsetzen von GyneFIX® 28
  Hinweise für die ersten Wochen mit GyneFIX® 29

- **Verträglichkeit – Risiken – Nebenwirkungen**
  Verträglichkeit & Einfluss auf Menstruation 31
  Unterleibsentzündungen 32
  Durchwanderung & Ausstoßung 33
  Schwangerschaft 34

- **Die Kupferkette GyneFIX® im Überblick** 35

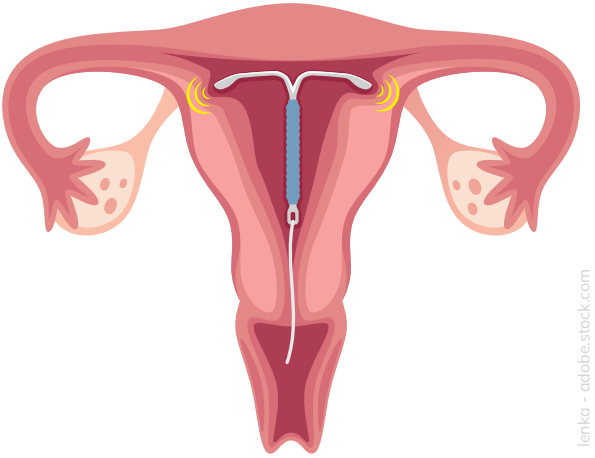
Bildquelle Cover: Syda Productions - adobe.stock.com

Deine Frauenärztin/Dein Frauenarzt hat mit Dir über unterschiedliche Verhütungsoptionen gesprochen.
Diese Broschüre beantwortet die häufigsten Fragen zur hormonfreien Verhütung mit der Kupferkette GyneFIX®. Sie ersetzt nicht das Aufklärungsgespräch mit Deiner Ärztin/Deinem Arzt, in welchem Deine persönliche Situation berücksichtigt wird. Diese Broschüre dient zur zusätzlichen Information. Sie ersetzt nicht die Gebrauchsinformation, welche alle wichtigen Angaben darüber enthält, was bei der Anwendung von GyneFIX® zu beachten, wann eine Anwendung ausgeschlossen ist und welche Nebenwirkungen auftreten können.

Für weitere Fragen steht Dir Deine Frauenärztin/Dein Frauenarzt gerne zur Verfügung.

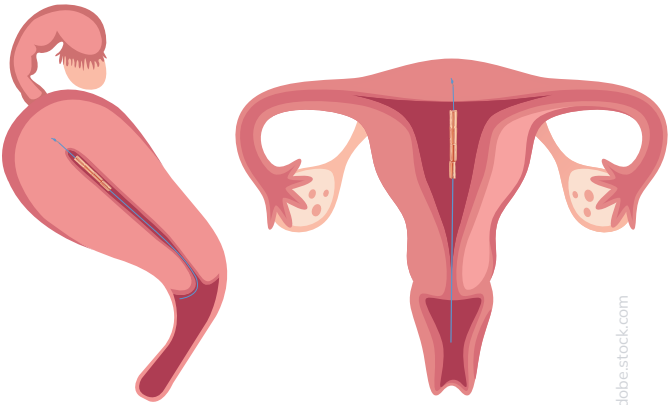
Ein Klassiker neu erfunden!

Jede Frau mit Verhütungsbedarf wünscht sich Zufriedenheit mit der gewählten Verhütungsmethode.
Bei der Entwicklung der Kupferkette GyneFIX® hatte der Erfinder stets das Wohlergehen der Anwenderin im Blick. Patientinnen, die ihn als Gynäkologe mit Krämpfen und Schmerzen aufgrund einer für ihre Gebärmutterform nicht passenden, häufig zu großen klassischen Spirale konsultierten, gaben ihm den Impuls, es besser machen zu wollen.



lenka - adobe.stock.com

Mit der Kupferkette GyneFIX® setzte er auf das bewährte Wirkprinzip der klassischen Kupferspirale, verzichtete aber bewusst auf einen starren Rahmen mit Querarmen. Das Ergebnis ist eine bemerkenswert kleine Spirale, welche sich flexibel ihrer Umgebung anpasst und in der Gebärmutter nicht „stört“. Sie nimmt wenig Platz in der Gebärmutterhöhle ein und die daraus resultierende geringere Fremdkörperwirkung sorgt dafür, dass die Kupferkette GyneFIX® im Vergleich zur klassischen Spirale von der Gebärmutter sehr gut toleriert wird und gefürchtete Nebenwirkungen wie starke Blutungen, Krämpfe und Schmerzen gar nicht oder deutlich reduziert auftreten.



Seitenansicht

Vorderansicht

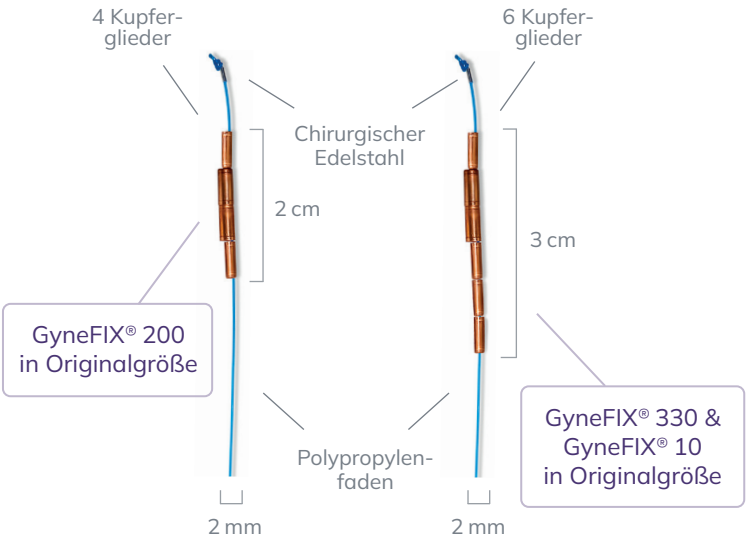
lenka - adobe.stock.com

Die meisten Anwenderinnen verhüten mit der Kupferkette GyneFIX® unbeschwert die gesamte Anwendungsdauer hindurch und entscheiden sich nach Ablauf aufgrund der hohen Anwendungszufriedenheit wieder für die Kupferkette GyneFIX® als Verhütungsmethode.

GyneFIX® – aus Liebe zur Frau entwickelt.

Was ist die Kupferkette GyneFIX®?

Die Kupferkette GyneFIX® ist eine komfortable Verhütungsmethode nach höchsten Qualitätsstandards. Sie eignet sich für Frauen jeder Altersgruppe mit Wunsch nach einer hormonfreien Langzeitverhütung – auch für junge, kinderlose Frauen mit kleiner Gebärmutter. Sie bietet als Verhütungsmethode ohne Hormone eine hohe Verhütungssicherheit, denn Anwendungsfehler sind ausgeschlossen.
Je nach Modell ist die Kupferkette 5 oder 10 Jahre wirksam. Besteht schon vorher der Wunsch die Kupferkette GyneFIX® zu entfernen, z. B. bei aufkeimendem Kinderwunsch, dann kann dies unkompliziert in jeder gynäkologischen Praxis vorgenommen werden.



**Je nach Modell ist GyneFIX®
5 oder 10 Jahre wirksam.**

**Du entscheidest, wie lange!
Entfernung jederzeit möglich.**

Das filigrane intrauterine Device (IUD) besteht aus einem zarten, reißfesten Polypropylenfaden, auf welchem je nach Modell eine unterschiedliche Anzahl an Kupferglieder mit einer Gesamtlänge von 2 oder 3 cm aufgereiht sind. Im Gegensatz zu klassischen Spiralen mit einem T-förmigen Kunststoffstiel ist die Kupferkette nur 2 mm schmal und nimmt wenig Platz in der Gebärmutterhöhle ein. Sie ist rahmenlos und daher besonders flexibel.

contrastwerkstatt - adobe.stock.com

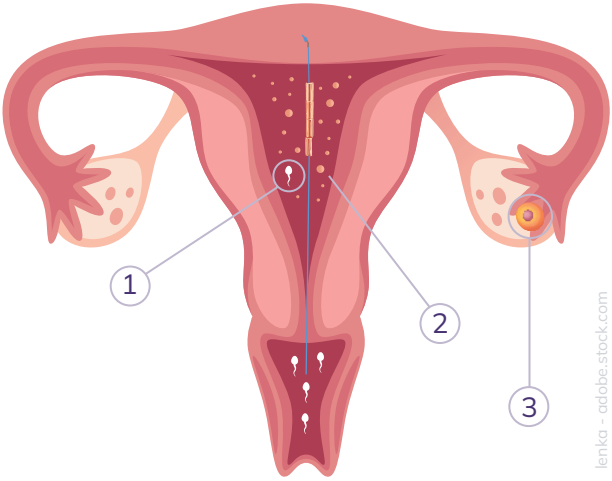
GyneFIX® passt sich harmonisch den gegebenen Verhältnissen in der Gebärmutter an – unabhängig von körperlichen Aktivitäten oder dem Zyklusgeschehen und ist somit sehr gebärmutterfreundlich.

Die hohe Reinheit des Kupfers von 99,99 % macht unerwünschte allergische Reaktionen sehr unwahrscheinlich.
Am oberen Ende befindet sich ein kleines Element aus chirurgischem Edelstahl, welches im Ultraschall sichtbar ist und der Lagekontrolle dient.

Hohe Sicherheit ohne Hormone.

So wirkt GyneFIX®

GyneFIX® verhütet dort, wo es wichtig ist – in der Gebärmutter. Es werden kleinste Mengen Kupferionen freigesetzt. Die Kupfermenge, welche Du mit Deiner Ernährung aufnimmst, ist weitaus größer als diejenige, die von der Kupferkette in Deine Gebärmutter abgegeben wird.



lenka - adobe.stock.com

Die Kupferionen

1. Vermindern die Lebensfähigkeit der Spermien und Eizellen. Sie sind nicht mehr so beweglich und können in Folge die Eizelle nicht befruchten.
2. Verändern das biochemische Milieu in der Gebärmutter und würden so einer Einnistung einer befruchteten Eizelle entgegenwirken.
3. Durch diese Doppel-Wirkung eignet sich GyneFIX® auch als Notfallverhütung, sofern das Einsetzen innerhalb von 5 Tagen nach dem ungeschützten Geschlechtsverkehr erfolgt.

contrastwerkstatt - adobe.stock.com

Wie sicher ist GyneFIX®?

GyneFIX® bietet eine Verhütungssicherheit von über 99 %.

Die Kupferkette GyneFIX® ist das Ergebnis von einer seit 1985 auf das Wohl der Frau fokussierten Forschung und Entwicklung. In dieser Zeit wurde die Erfahrung von mehr als 15.000 Frauen unterschiedlichen Alters, mit und ohne Kinder, wissenschaftlich ausgewertet.

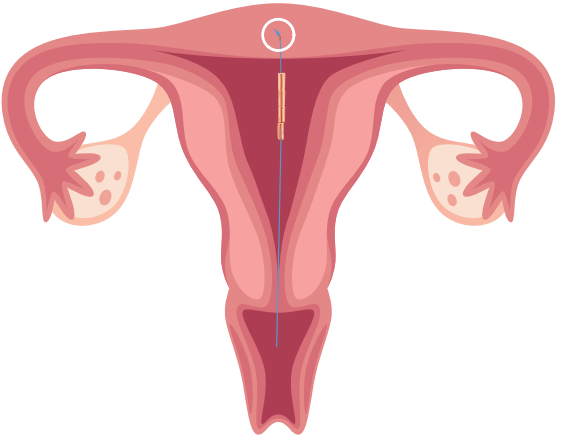
Ärztinnen/ Ärzte absolvieren ein Einlage-Training.

Um Patientinnen ein Höchstmaß an Sicherheit zu gewährleisten, werden Frauenärztinnen/Frauenärzte auf diese spezielle Insertionstechnik geschult und auf die Vermeidung möglicher Risiken trainiert. Daher solltest Du Dir GyneFIX® nur von medizinischem Fachpersonal einsetzen lassen, welches ein GyneFIX®-Training absolviert hat.

Die bemerkenswert geringe Schwangerschaftsrate mit GyneFIX® wird auf die hohe Abgabe der Kupferionen in die Gebärmutterhöhle zurückgeführt.
Die Kupferglieder von GyneFIX® geben innen und außen Kupferionen ab, während bei klassischen Spiralen der am Kunststoffstiel liegende Bereich des Kupferdrahtes inaktiv ist.

GyneFIX® ist einzigartig. Das obere Ende des Fadens ist mit einem vorgeformten Knoten versehen, der bei der Insertion mithilfe eines speziell entwickelten Inserters wenige Millimeter in das obere Muskelgewebe geschoben wird. In den Tagen nach dem Einsetzen umschließt das Gewebe den Knote. Die Kupferkette GyneFIX® hängt dank dieser Fixierung flexibel in der Gebärmutter und kann nicht verrutschen.

Einzigartige Fixierungsmethode.



lenka - adobe.stock.com

Unmittelbar unterhalb des Verankerungsknotens befindet sich ein kleines Edelstahlelement, das bei der Ultraschalluntersuchung nach dem Einsetzen und den folgenden turnusmäßigen Nachuntersuchungen das Ermitteln der korrekten Position ermöglicht.

Die Sorge, dass die bewusst kleine Verletzung an der Verankerungsstelle des Knotens späteren Kinderwunsch beeinträchtigen könnte, konnte entkräftet werden.

contrastwerkstatt - adobe.stock.com

Bei späteren Gebärmutter-Gewebeuntersuchungen im Rahmen einer Hysterektomie bei Frauen, die bis zu 4 Jahre eine GyneFIX® getragen hatten, konnten keine signifikanten Veränderungen des Gewebes an der Stelle der Verankerung festgestellt werden. Die maximal messbaren Veränderungen waren minimal (<1 mm). Das bestätigt sowohl die Sicherheit des Materials als auch die Sicherheit des Insertionssystems.

Laut Studien unterscheiden sich die Schwangerschaftsraten von Frauen, die zuvor ein Kupfer-IUP verwendet haben, und solchen, die kein IUP verwendet haben, nicht. Nach dem Entfernen von GyneFIX® besteht sofort wieder die altersentsprechende Fruchtbarkeit und das Eintreten einer Schwangerschaft ist möglich.

contrastwerkstatt - adobe.stock.com

Vorteile GyneFIX®:

- Hormonfreie Verhütung nach höchsten Qualitätsstandards
- Hohe Verhütungssicherheit
- Unbeschwerte Langzeitverhütung ohne Hormone für 5 oder 10 Jahre
- Der natürliche Hormonhaushalt, Zyklus & Eisprung bleiben unbeeinflusst
- Filigran und stört selbst in einer kurzen oder sehr schmalen Gebärmutter nicht
- Durch die geringe Kontaktfläche zur Gebärmutterschleimhaut treten Irritationen gar nicht oder nur selten auf
- Eine vorzeitige Entfernung aufgrund von Schmerzen oder verändertem Blutungsmuster wird im Vergleich zu Anwenderinnen einer klassischen Spirale sehr selten gewünscht

- Hohe Fortsetzungsrate
- Präzisionshandwerk hergestellt nach hohen EU-Qualitätsstandards in Belgien
- Seit 2011 wird GyneFIX® mit sehr guten Erfahrungen in Deutschland vertrieben
- Seither ein stetig wachsender Anwenderinnen-Kreis, obwohl auf Werbung bewusst verzichtet wird. GyneFIX® drängt sich nicht auf, sondern empfiehlt sich von Frau zu Frau und ist eine bewusste Entscheidung

Nachteile GyneFIX®:

- 14-Tage Ruhepause: Damit der Knoten der GyneFIX® sicher einwachsen kann, ist nach dem Einsetzen 14 Tage lang auf Geschlechtsverkehr, Selbstbefriedigung, Sextoys und mit Erschütterungen und Beckenboden-Beanspruchung verbundener Sport zu verzichten
- Hohe Einmalkosten am Anfang. Langfristig betrachtet, auf die Anwendungsdauer von 60 beziehungsweise 120 Monate gerechnet wiederum günstiger als viele andere Verhütungsmittel
- Die Kupferkette GyneFIX® sollte aufgrund der speziellen Insertionstechnik nur von einer trainierten medizinischen Fachkraft eingesetzt werden. Eventuell verfügt die gynäkologische Stamm-Praxis nicht über eine solche Fortbildung. Unter https://www.verhueten-gynefix.de/aerztefinder findest Du GyneFIX®-Praxen in Deiner Umgebung. Die späteren Ultraschall-Kontrolluntersuchungen kannst Du dann wieder in Deiner gynäkologischen Stamm-Praxis durchführen lassen
- Einige Praxen setzen Spiralen / GyneFIX® erst ab einem bestimmten Alter ein, daher unbedingt am Telefon nachfragen. Signalisiere, dass Du darüber informiert bist, die Kosten gegebenenfalls privat tragen zu müssen
- Ebenso wie klassische Spiralen kann die Kupferkette GyneFIX® ausgestoßen werden. Im Verhältnis zur großen Anzahl der GyneFIX®-Insertionen tritt ein Verlust sehr selten auf. Aus diesem Grund erstatten wir die Kupferkette GyneFIX® bei einem Ereignis über die gesamte zugelassene Anwendungsdauer hinweg
- GyneFIX® bietet keinen Schutz vor einer HIV-Infektion (AIDS) oder anderen sexuell übertragbaren Erkrankungen. Zum Schutz vor sexuell übertragbaren Erkrankungen solltest Du Kondome anwenden

contrastwerkstatt - adobe.stock.com

Kosten GyneFIX®:

Die beiden Kupferkette GyneFIX®-Modelle für eine zugelassene Anwendungsdauer von 5 Jahren (GyneFIX®200 PZN 9254481 und GyneFIX® 330 PZN 9254498) kosten in der Apotheke 149 Euro.

GyneFIX® 10 mit der PZN 17568897, für eine zugelassene Anwendungsdauer von 10 Jahren, kostet in der Apotheke 279 Euro (Stand 04/22).

GyneFIX® ist somit teurer als eine klassische Kupferspirale. Ein Grund dafür ist, dass GyneFIX® per Präzisions-Handarbeit nach hohen EU-Qualitätsstandards in Belgien gefertigt wird. Zudem verursacht die langjährige und fortwährende Forschungsarbeit hohe Kosten.
Deine GyneFIX®-Praxis hat die Kupferkette GyneFIX® entweder vorrätig, oder wird Dir ein Rezept ausstellen, mit welchem Du Deine GyneFIX® in der Apotheke kaufen kannst.

Die Kosten, welche Deine GyneFIX®-Ärztin/Dein GyneFIX®-Arzt für das Einsetzen berechnet, variieren je nach gewähltem Leistungsumfang zwischen 250 – 450 Euro.

contrastwerkstatt - adobe.stock.com

Auf Dauer günstiger als viele andere Verhütungsmittel.

Auf den ersten Blick kostet die Kupferkette GyneFIX® inklusive des Einsetzens einen stattlichen Betrag, allerdings triffst Du diese Entscheidung der Wahl Deiner Verhütungsmethode für die nächsten Jahre und für Deine Zufriedenheit ist es wichtig, dass sie zu Dir passt. Rechnest Du einmal die monatlich anfallenden Verhütungskosten anderer Verhütungsmittel auf 60 Monate (für den Vergleich mit einem 5-Jahres-GyneFIX®-Modell) oder 120 Monate (für einen Vergleich mit 10-Jahres-GyneFIX®-Modell) hoch, dann schneidet GyneFIX® auf lange Sicht häufig deutlich preisgünstiger ab.

Die Kupferkette GyneFIX® bietet verglichen mit der klassischen Spirale viele Vorteile, ist jedoch i. d. R. eine Privatleistung: Die Praxis stellt Dir nach der Einlage eine Rechnung aus, welche Du selbst bezahlen musst.

Um Missverständnisse bei der der Terminvereinbarung in der GyneFIX®-Praxis zu vermeiden, solltest Du signalisieren, dass Du darüber informiert und bereit bist die Kosten gegebenenfalls privat zu tragen, auch wenn Du noch unter 22 Jahre alt bist.

Du kannst die Rechnung im Nachgang bei Deiner Krankenkasse einreichen. Manche Krankenkassen zeigen sich kulant und erstatten (teilweise) die Kosten. Einige GyneFIX®-Praxen bieten ihren Patientinnen an, die Kosten für die Kupferkette GyneFIX® in Raten abzuzahlen.

Solltest Du über 22 Jahre alt sein und Sozialleistungen (z. B. BAföG, Wohngeld, Hartz IV etc.) beziehen oder Geringverdienerin sein, dann ergibt sich eventuell in Deiner Stadt die Möglichkeit einer Kostenübernahme durch einen Verhütungsmittel-Fonds. Eine bundeseinheitliche Regelung zur Erstattung der Kosten für Verhütungsmittel gibt es bisher leider nicht. Frage bei Deiner für deinen Wohnort zuständigen pro familia Beratungsstelle, einer der anderen Schwangerschaftsberatungsstellen (Diakonie, donum vitae, caritas etc.), dem Landratsamt, dem Sozialamt, dem Sozialdienst, dem Jobcenter oder dem Gesundheitsamt nach, um zu erfahren, ob Du als bedürftige Frau mit geringem Einkommen die Kupferkette GyneFIX® als Verhütungsmittel kostenlos oder einen Zuschuss erhalten kannst.

contrastwerkstatt - adobe.stock.com

Voraussetzungen für GyneFIX®

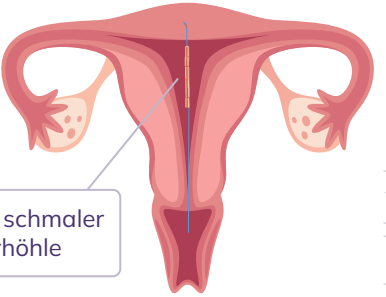
WICHTIG: Aufgrund des einzigartigen Designs von GyneFIX® und der damit verbundenen speziellen Insertionstechnik solltest Du das Einsetzen von einer trainierten GyneFIX®-Ärztin oder einem trainierten GyneFIX®-Arzt vornehmen lassen. Im Rahmen des Trainings vermitteln wir Fachwissen zu GyneFIX®, üben gemeinsam praktisch das Einsetzen und besprechen Maßnahmen zur Reduzierung möglicher Risiken. Die späteren Kontrolluntersuchungen können in Deiner gynäkologischen Stamm-Praxis durchgeführt werden.

Vorab: Für GyneFIX® gibt es kein Mindestalter. Studien konnten zeigen, dass IUDs grundsätzlich für alle Frauen im gebärfähigen Alter geeignet sind. Unabhängig davon, ob sie bereits Kinder geboren haben oder nicht.

GyneFIX® wird aufgrund geringer und selten auftretender Nebenwirkungen sehr gut vertragen und stellt für jede gesunde, nicht schwangeren Frau eine gute hormonfreie Verhütungsoption dar.

GyneFIX® passt sich Dir an!

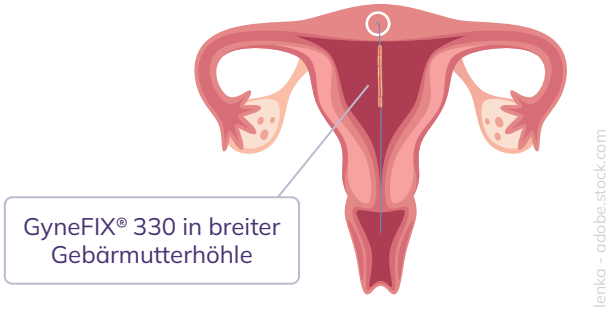
Für Frauen mit einer kleinen und/oder schmalen Gebärmutterhöhle ist die klassische Spirale häufig zu groß oder von der Form her nicht passend. Aufgrund der Flexibilität kann sich GyneFIX® besser an die vorhandene Gebärmutterform anpassen. Dies beugt in Kombination mit dem rahmenlosen und bemerkenswert kleinen Design Irritationen vor.



GyneFIX® 330 in schmaler Gebärmutterhöhle

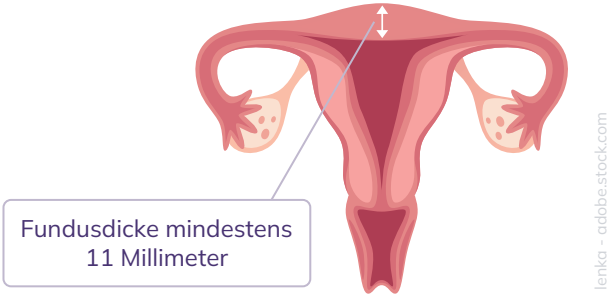
lenka - adobe.stock.com

Frauen mit großer Gebärmutterhöhle profitieren von der Fixierung im oberen Gebärmuttermuskel, weil auf diese Weise das Risiko einer Ausstoßung maßgeblich reduziert wird.



Um die Kupferkette GyneFIX® anwenden zu können, sind vor dem Einsetzen allerdings folgende Voraussetzungen im Rahmen einer gynäkologischen Untersuchung abzuklären:

Das Muskelgewebe im oberen Teil Deiner Gebärmutter muss eine Stärke (Fundusdicke) von mindestens 11 Millimeter aufweisen, damit der Knoten sicher eingesetzt werden kann.

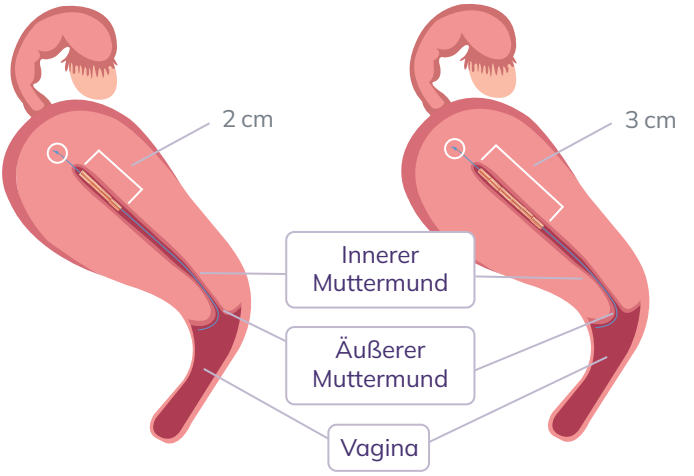


Die Fundusdicke variiert im Zyklusverlauf. Der beste Zeitpunkt zum Ausmessen per Ultraschall ist in der 2. Zyklushälfte kurz vor erwarteter Menstruation oder/ und direkt vor dem geplanten Einlagetermin.

Solltest Du längere Zeit hormonelle Verhütungsmittel angewendet haben, dann kann dies eine Atrophie hervorgerufen haben und die Ursache für ein dünnes Myometrium sein. Nach Absetzen der hormonellen Verhütungsmittel bildet sich die Gebärmutter zurück und der Muskel baut sich wieder auf. Am besten lässt Du die Fundusdicke dann in der 2. Zyklushälfte nach der ersten natürlichen Menstruation (daher nach der zweiten Blutung nach Absetzen, denn die erste Blutung nach Absetzen ist eine Abbruchblutung) messen.

Ungefähr bei jeder fünften Frau im Alter unter 20 Jahren reicht die Fundusdicke für GyneFIX® nicht aus und eine Verhütungsalternative ist zu wählen. Die Fundusdicke kann mit zunehmendem Alter zunehmen.

Je nach Modell hängen die Kupferglieder circa 2,5 oder 3,5 cm in die Gebärmutterhöhle hinein und es ist zu gewährleisten, dass das unterste Kupferglied nicht am inneren Muttermund angrenzt.



GyneFIX® ist nicht anzuwenden bei...

- Bestehender oder vermuteter Schwangerschaft
- Einer Fundusdicke von weniger als 11 mm
- Anomalien der Gebärmutter (T-förmiger Uterus, Uterus bicornis, dysmorpher Uterus, vollständig septierter U2b-Uterus, bicorporaler U3-U6-Uterus)
- Akute Zervizitis (Infektion der Gebärmutter oder Vaginitis – eine Infektion sollte ausgeschlossen werden)
- Blutgerinnungsstörungen (z. B. Von-Willebrand-Krankheit)
- Krebs der Gebärmutter oder des Gebärmutterhalses
- Chronischer Kortikosteroid- oder Immunsuppressionstherapie
- Bösartigem Endometrium- oder Zervixkarzinom
- Genitaler Aktinomykose
- Trophoblastischer Gestationskrankheit
- Hypoplastischem Uterus (z. B. nach Anwendung injizierbarer Kontrazeptiva)
- Bekannter oder vermuteter Allergie gegen Kupfer
- Leukämie
- Unterleibsinfektionen (PID)
- Urogenitaltuberkulose
- Postpartaler Endometritis oder infizierter Frühabort in den letzten 3 Monaten
- Sexuell übertragbarer Krankheit (STD)
- Ungeklärten genitalen Blutungen
- Kupferspeicherkrankheit (Morbus-Wilson)

contrastwerkstatt - adobe.stock.com

GyneFIX® ist mit Vorsicht anzuwenden bei...

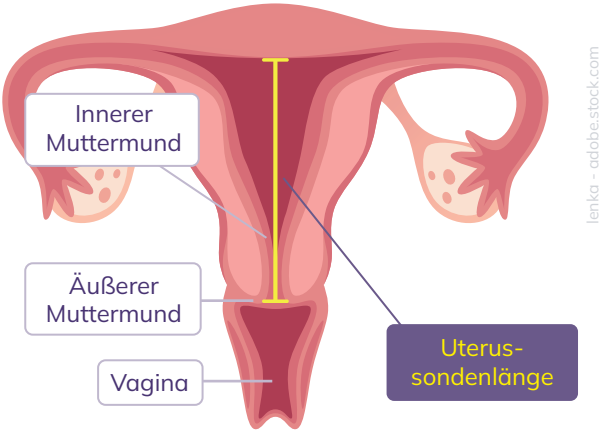
- Anämie (abhängig von der Ursache)
- Herzkrankheit (mit antibiotischer Abdeckung)
- Starker Menstruationsblutung
- Gebärmutter- oder Eileiteroperationen in der Vergangenheit
- Ektoper Schwangerschaft in der Vergangenheit
- Starken Menstruationskrämpfen
- Uterusmyomen (intramural, intracavitär oder submukös)

Auswahl vom passenden GyneFIX®-Modell

Deine GyneFIX®-Ärztin/Dein GyneFIX®-Arzt wird im Rahmen einer gründlichen gynäkologischen Voruntersuchung per Ultraschall einige Messungen durchführen, um das für Dich am besten geeignete Modell zu ermitteln.

Das Modell GyneFIX® 200 mit 4 Kupferglieder kann von Frauen mit einer Uterussondenlänge bis 8 cm angewendet werden. GyneFIX® 200 hängt circa 2,5 cm in die Gebärmutterhöhle hinein. Für GyneFIX® 200 konnte nachgewiesen werden, dass sich die Menstruation nach der Gewöhnungsphase wieder auf das normale Niveau einpendelt.

Das Modell GyneFIX® 330 mit 6 Kupferglieder hängt etwa 3,5 cm in die Gebärmutterhöhle hinein. Es ist zu gewährleisten, dass das unterste Kupferglied nicht am inneren Muttermund angrenzt.



GyneFIX® 200 und GyneFIX® 330 sind für eine Anwendungsdauer von 5 Jahren zugelassen. Das für eine Anwendungsdauer von 10 Jahren zugelassene Modell GyneFIX® 10 verfügt ebenfalls über 6 Kupferglieder mit einer Gesamtlänge von 3 cm und hängt nach der Insertion etwa 3,5 cm in die Gebärmutterhöhle hinab. Auch hier ist für eine hohe Anwendungszufriedenheit zu gewährleisten, dass das unterste Kupferglied nicht am inneren Muttermund angrenzt. Deine GyneFIX®-Ärztin/ Dein GyneFIX®-Arzt wird Dich beraten.

Wie läuft das Einsetzen ab?

GyneFIX® sollte nur von einer Ärztin/einem Arzt eingesetzt werden, der entsprechend geschult ist.

Das Einsetzen von GyneFIX® ist kein Grund nervös zu werden, denn eine trainierte GyneFIX®-Ärztin/ein trainierter GyneFIX®-Arzt ist routiniert. Das Einsetzen selbst dauert keine fünf Minuten und die meisten Patientinnen tolerieren es ohne weitere Maßnahmen.

Das Einsetzen dauert weniger als 5 Minuten.

Nach einer Geburt sollte ein Zeitraum von mindestens 6 Wochen abgewartet werden, bis die Gebärmutter wieder ihre normale Größe erreicht hat und Du mindestens eine normale Menstruation hattest. Wenn Du stillst, dann ist ein Zeitraum von mindestens 12 Wochen, noch besser die erste Menstruation nach der termingerechten Entbindung abzuwarten. Bei früherer Insertion von Spiralen weist die Studienlage auf ein höheres Perforationsrisiko hin.

Vor dem Einsetzen wird Deine Frauenärztin/Dein Frauenarzt mit Dir eingehend den Ablauf und die möglichen Risiken besprechen. Wie bei allen medizinischen Eingriffen unterschreibst Du ein Dokument, worin Du Dich mit dem Eingriff trotz möglicher Risiken einverstanden erklärst.
GyneFIX® kann jederzeit während des Menstruationszyklus eingesetzt werden. Es sollte ein unauffälliger PAP-Abstrich vorhanden und sexuell übertragbare Infektionen wie zum Beispiel eine Chlamydien-Infektion ausgeschlossen oder zunächst behandelt worden sein.

Als guter Zeitraum hat sich das Ende der Menstruation ab dem 4. Zyklustag erwiesen. Das Gewebe gewinnt in dieser Zyklusphase wieder an Festigkeit, was das Einwachsen des Knotens im Gebärmuttermuskel begüns-

tigt. Viele Arztpraxen bevorzugen das Einsetzen von Spiralen während der Menstruation, weil es durch den in dieser Zeit noch geöffneten Gebärmutterhals häufig leichter fällt und die Wahrscheinlichkeit einer Schwangerschaft am geringsten ist.
Ist die Insertion in der zweiten Hälfte des Menstruationszyklus geplant, ist eine Schwangerschaft zuvor auszuschließen.

Als Notfallverhütung ist GyneFIX® wirksamer als die Pille danach.

GyneFIX® ist als Notfallverhütung angewendet sicherer als die Pille danach, wenn das Einsetzen innerhalb von 5 Tagen nach dem ungeschützten Geschlechtsverkehr erfolgt. Solltest Du Dich in einer Situation nach Verhütungsunfall befinden, dann mach bei der Terminvereinbarung unbedingt darauf aufmerksam, dass Du so schnell wie möglich einen Termin benötigst, weil sich sonst dieses Zeitfenster schließt. Ein großer Vorteil ist, dass Du die Kupferkette GyneFIX® nicht gleich wieder entfernen lassen musst, sondern sie direkt eingesetzt lassen und so die kommenden Jahre von einer sehr sicheren Verhütungsmethode profitieren kannst.

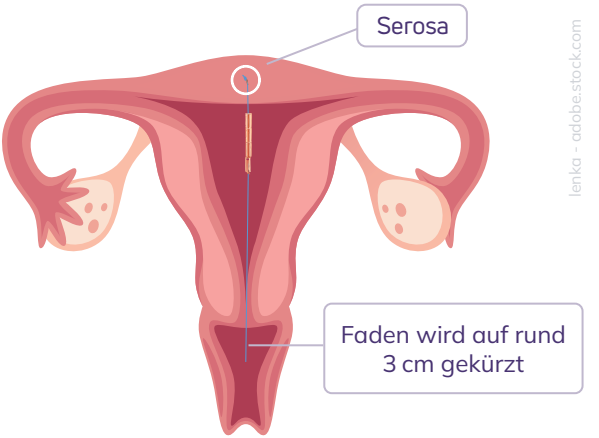
Du kennst Dich und Dein Schmerzempfinden am besten. Sprich im Beratungsgespräch über Deine Fragen und Ängste, damit darauf eingegangen werden kann. Die Ärztin oder der Arzt kann Dir zur Einnahme eines Schmerzmittels raten oder eine örtliche Betäubung durchführen.

Manchmal wird auch ein Medikament angewendet, das den Gebärmutterhals leicht öffnet, um das Einlegen bei einem engen Gebärmutterhals zu erleichtern.
GyneFIX® wird mit Hilfe eines dünnen Röhrchens von der Frauenärztin oder dem Frauenarzt durch die Scheide und den Gebärmutterhals in die Gebärmutterhöhle eingeführt. Wenn der Gebärmutterhals noch eng und fest ist, kann es zu einem Ziehen kommen wie bei stärkeren Regelschmerzen.
Im Röhrchen befindet sich die Kupferkette, welche über einen kleinen Knoten am oberen Ende verfügt. Dieser Knoten liegt auf einer feinen Nadel auf. Mittels dieser feinen Nadel wird der Knoten wenige Millimeter in den oberen Gebärmuttermuskel geschoben. Manche Gynäkologinnen/Gynäkologen bevorzugen das Einsetzen unter Sicht mit Hilfe eines abdominalen Ultraschalls (Ultraschall von außen über die Bauchdecke).

Der Fundus uteri ist nur wenig mit Nerven durchzogen, sodass dieser Moment des Vorschiebens häufig als nicht schmerzhaft empfunden wird. Der Inserter gibt vor, dass dies nicht tiefer als circa 8 Millimeter erfolgen kann. Genau aus diesem Grund ist es wichtig, dass die Fundusdicke 11 Millimeter beträgt.

Das Muskelgewebe umfasst den Knoten und dieser wächst in den kommenden Tagen ein. Dadurch entsteht die Fixierung, von welcher die Kupferkette flexibel in die Gebärmutterhöhle hinunter hängt. Diese Fixierung gewährleistet, dass GyneFIX® die nächsten Jahre in der korrekten Position bleibt und trotzdem nicht zum Störfaktor in der Gebärmutterhöhle wird.

Das Einlegeröhrchen wird entfernt und der Rückholfaden auf etwa 3 cm gekürzt. Der Faden sollte am Anfang etwas länger gelassen werden. Zum Kontrolltermin kann er problemlos weiter eingekürzt werden.
Nun wird per Ultraschall überprüft, ob sich der Knoten in der richtigen Position befindet. Dies ist der Fall, wenn der Knoten 2 Millimeter entfernt von der Serosa (die äußere Schicht der Wand der Gebärmutter zur Bauchhöhle hin). Das Risiko einer Ausstoßung ist reduziert, wenn es gelungen ist den Knoten mindestens 5 Millimeter tief im Gebärmuttermuskel zu platzieren.



lenka - adobe.stock.com

Beim Austasten der Gebärmutter mit der Sonde und/oder beim Einsetzen kann die Gebärmutterwand in sehr seltenen Fällen durchstoßen werden (Perforation). Ist GyneFIX® bereits gelegt, muss sie gezogen werden. Die Heilung der kleinen Wunde beginnt direkt nach dem Ziehen. Meist genügt dann eine kurzzeitige Überwachung. Nach kurzer Ruhezeit kann im selben Termin eine neue GyneFIX® eingesetzt werden, indem Deine Frauenärztin/Dein Frauenarzt die Richtung etwas verändert.

Direkt nach dem Einsetzen von GyneFIX®

In den meisten Fällen ist die GyneFIX®-Einlage unkompliziert und die Frauen kommen von Anfang an ohne Probleme gut mit GyneFIX® zurecht.

Es kann sein, dass Du noch einige Stunden menstruationsähnliche Beschwerden (Ziehen/Drücken im Bauch) verspürst und leichte Blutungen auftreten. Deine Gebärmutter befindet sich in einem Gewöhnungsprozess. Die auftretenden Schmerzen sind harmlos und klingen meistens schnell wieder ab. Sollte der Schmerz länger als einige Tage anhalten, dann wende Dich zur Abklärung an Deine Frauenärztin/Deinen Frauenarzt.

Du musst keine Angst davor haben, dass Du die Kupferkette GyneFIX® beim Stuhlgang auf der Toilette versehentlich herausdrückst.

Registriere Deine GyneFIX®, damit Du bei einem unerwarteten Ereignis einen kostenlosen Ersatz beantragen kannst:
https://www.verhueten-gynefix.de/registrieren

GyneFIX® bietet keinen Schutz vor sexuell übertragbaren Krankheiten (HIV, Hepatitis B u. a.). Zum Schutz vor sexuell übertragbaren Krankheiten solltest Du Kondome anwenden.
Lass Dir Deinen GyneFIX®-Pass aushändigen und mach Dir bewusst, wann Deine GyneFIX® gewechselt werden sollte. Ist die empfohlene Anwendungsdauer vorüber und GyneFIX® zum Wechsel fällig, dann kann direkt nach der Entfernung noch im selben Termin eine neue Kupferkette GyneFIX® eingesetzt werden.

Berichte uns über Deine Erfahrungen durch eine Teilnahme an der GyneFIX®-Zufriedenheitumfrage unter: https://www.verhueten-gynefix.de/zufriedenheitsumfrage

Hinweise für die ersten Wochen mit GyneFIX®

Vor allem in den ersten Wochen nach dem Einlegen ist das Risiko einer Infektion in der Gebärmutter und den Eileitern leicht erhöht. Nach dem ersten Monat sinkt das Risiko wieder.

Lass es in den Tagen nach dem Einsetzen etwas ruhiger angehen.

Nach dem Einsetzen solltest Du, um das Risiko einer Infektion/Ausstoßung zu minimieren, folgende Vorsichtsmaßnahmen beherzigen:

- Verzichte auf Sex, Sextoys, Selbstbefriedigung in den ersten 14 Tagen nach dem Einsetzen
- Verzichte 7 – 14 Tage auf beanspruchenden Sport (Erschütterungen durch Sport wie Joggen, Trampolin, PowerPlate bitte vermeiden, ebenso Übungen zur Stärkung von Beckenboden- und Bauchmuskeln)

contrastwerkstatt - adobe.stock.com

- Taste nicht nach dem Faden!
- Verwende in den ersten 2 Monaten nach dem Einsetzen keine Tampons oder Menstruationstassen
- Danach ist gegen die Benutzung von Tampons, Menstruationstasse oder Menstruationsschwamm nichts einzuwenden; wechsle diese bitte rechtzeitig gemäß den Anweisungen des Herstellers
- Verwende keine Tampons mit „Schutzmantel", weil damit GyneFIX® versehentlich entfernt werden könnte, wenn sich der Schutzmantel ins Scheidengewölbe verlagert
- Überprüfe Deine Binden während der ersten Menstruation, um sicherzustellen, dass GyneFIX® nicht ausgeschieden wurde
- Vereinbare einen Termin zur Nachuntersuchung nach 4 – 8 Wochen nach dem Einsetzen. Danach empfiehlt der Hersteller eine Kontrolle mindestens 1 x pro Jahr. Wie häufig Du den korrekten Sitz überprüfen lassen möchtest, hängt auch von Deinem persönlichen Sicherheitsbedürfnis ab
- MRT: Die Kupferkette GyneFIX® ist bedingt MRT sicher.Lass Dich in der radiologischen Praxis beraten. Zudem ist es wichtig, medizinisches Fachpersonal darüber zu informieren, dass Du die Kupferkette GyneFIX® trägst, damit die Untersuchungsergebnisse richtig gedeutet werden können. Nach erfolgter Magnetresonanztomographie (MRT) empfehlen wir, den korrekten Sitz Deiner GyneFIX® in der gynäkologischen Praxis überprüfen zu lassen, um auszuschließen, dass sich der Knoten der GyneFIX® aufgrund der Untersuchung gelockert hat. Um eine Schwangerschaft zu vermeiden, solltest Du zusätzlich verhüten, bis in der gynäkologischen Praxis die korrekte Position des GyneFIX®-Knotens per Ultraschall ermittelt wurde.

Verträglichkeit & Einfluss auf Deine Menstruation

Die meisten Anwenderinnen verhüten mit der Kupferkette GyneFIX® unbeschwert die gesamte Anwendungsdauer hindurch und entscheiden sich aufgrund der hohen Zufriedenheit nach Ablauf wiederholt für die Kupferkette GyneFIX® als Verhütungsmethode.
GyneFIX® nimmt wenig Platz in der Gebärmutterhöhle ein und passt sich durch ihre Flexibilität ihrer Umgebung an. Die daraus resultierende geringere Fremdkörperwirkung sorgt dafür, dass die Kupferkette GyneFIX® im Vergleich zur klassischen Spirale (häufig zu groß und weniger flexibel) von der Gebärmutter sehr gut toleriert wird und gefürchtete Nebenwirkungen wie starke Menstruationsblutungen, Krämpfe und Schmerzen gar nicht oder deutlich reduziert auftreten.

Gib Deinem Körper Zeit, sich an GyneFIX® zu gewöhnen.

In seltenen Fällen kann die Menstruationsblutung stärker, länger und/oder schmerzhafter sein als zuvor. Außerdem können Schmierblutungen auftreten. Sobald sich Dein Körper an die Kupferkette gewöhnt hat, treten diese Nebenwirkungen eher selten auf. Nach einigen Zyklen wird sich Dein normales Blutungsmuster allmählich wieder einstellen. Dein natürlicher Hormonhaushalt, Zyklus & Eisprung bleiben unbeeinflusst.

contrastwerkstatt - adobe.stock.com

Wenn Du direkt von einer hormonellen Verhütungsmethode auf GyneFIX® umgestiegen bist, dann kannst Du die Blutungen stärker empfinden, weil die hormonelle Verhütung während der Anwendungsdauer häufig die Blutungsstärke verringert.
Der Grund für die Verstärkung ist dann nicht GyneFIX®, sondern das Absetzen der hormonellen Verhütungsmethode. Ebenso können durch das Absetzen zyklusbedingte Symptome zurückkehren, welche während der Anwendungsdauer der hormonellen Verhütungsmethode unterdrückt wurden.

Aufgrund der kleinen Größe wirst Du GyneFIX® weder im Alltag noch während des Geschlechtsverkehrs spüren. Solltest Du oder Dein Partner den Faden als störend empfinden, dann kann Deine Frauenärztin/Dein Frauenarzt diesen kürzen.

WICHTIGE HINWEISE

Unterleibsentzündungen

Unterleibsentzündungen kommen selten vor und entstehen meistens aus einer Infektion der Gebärmutter oder der Eileiter durch Keime. Diese können beim Sex übertragen werden. Das Risiko für eine Infektion hängt vor allem davon ab, mit wie vielen verschiedenen Personen eine Frau und ihr Partner Sexualkontakte haben. Dieses Risiko besteht für Frauen mit und ohne Spirale. Bei sexuellen Kontakten außerhalb einer festen Partnerschaft schützen Kondome vor sexuell übertragbaren Infektionen. Bei den ersten Anzeichen für eine Unterleibsentzündung (Bauchschmerzen, schmerzhafter Geschlechtsverkehr, unangenehmer Ausfluss, Fieber) solltest Du umgehend einen Arzt aufsuchen, damit eine Behandlung mit Medikamenten umgehend beginnen kann.

contrastwerkstatt - adobe.stock.com

Durchwanderung der Gebärmutterwand & Ausstoßung

Kann bei der Nachuntersuchung keine GyneFIX® in der Gebärmutter festgestellt werden und Du hast keinen Verlust bemerkt, dann ist ein bildgebendes Verfahren (Röntgen, MRT) zur eventuellen Detektion durchzuführen.

Es kommt – sehr selten – vor, dass sich die Position von GyneFIX® im Nachhinein verändert. Sie kann in die Gebärmutterwand eindringen, diese durchwandern (Perforation) und somit in die Bauchhöhle gelangen. Im Fall einer Perforation oder bei Verdacht auf eine Perforation solltest Du Dich an Deine Ärztin/Deinen Arzt wenden. Eine Bauchspiegelung kann notwendig werden, um GyneFIX® zu bergen.

In seltenen Fällen kann eine Spirale, auch die Kupferkette GyneFIX®, aus der richtigen Lage gebracht und ausgestoßen werden (Expulsion). Das Risiko ist am größten während der ersten Menstruation nach dem Einsetzen, weshalb Du beim Wechsel der Binden kontrollieren solltest, dass GyneFIX® nicht ausgeschieden wurde. Manchmal kann es auch später noch zu einem spontanen Abgang (Verlust) der Kupferkette kommen. Dies geschieht dann meistens während einer Menstruation innerhalb der ersten 3 Monate nach dem Einsetzen.

Kommt die Kupferkette GyneFIX® ganz aus der Gebärmutter heraus, ist sie manchmal als „etwas Hartes“ am Gebärmutterhals zu spüren. Auch Schmerzen oder ungewohnte Blutungen können auf ein solches Geschehen hinweisen. Befindet sich die Kupferkette GyneFIX® nicht in korrekter Position, dann ist der Schutz vor einer Schwangerschaft verringert. Nach einer Vollständigen Ausstoßung besteht kein Schutz vor Schwangerschaft.

Überlege Dir, ob Du zur Sicherheit im ersten Anwendungsjahr den 2. Kontrolltermin bereits nach einem halben Jahr und ab dann in einem jährlichen Turnus kontrollieren lassen möchtest.

Schwangerschaft

Eine Schwangerschaft ist sehr selten, wenn GyneFIX® verwendet wird. Bei den ersten Anzeichen einer Schwangerschaft (ausbleibende Menstruation, positiver Schwangerschaftstest, unerwartete Blutungen oder Schwangerschaftssymptome) solltest Du Deine Frauenärztin/Deinen Frauenarzt aufsuchen. Bei Feststellung einer Schwangerschaft wird sie/er Dich darüber beraten, ob GyneFIX® entfernt werden sollte oder nicht.

Die Kupferkette GyneFIX® im Überblick

- Verhütungsmethode ohne Hormone
- Hohe Verhütungssicherheit mit über 99 % ab dem ersten Tag*
- Anwendungsdauer je nach Modell 5 oder 10 Jahre (vorzeitige Entfernung jederzeit möglich)
- Erfordert keine Aufmerksamkeit – ein regelmäßiges daran denken müssen, entfällt
- Sehr gute Verträglichkeit durch filigranes flexibles Design
- Lokale Wirkung in der Gebärmutter – dort, wo es eine Schwangerschaft zu verhindern gilt
- Der natürliche Hormonhaushalt, Zyklus & Eisprung bleiben unbeeinflusst
- Kein Einfluss auf das sexuelle Lustempfinden, Körpergewicht und Knochenstoffwechsel – soweit bekannt
- Anwendbar von Frauen jeden Alters mit Verhütungsbedarf, auch von jungen, kinderlosen Frauen mit kleiner Gebärmutter
- Jederzeitige Entfernung möglich, die Fruchtbarkeit ist sofort wiederhergestellt & eine gewünschte Schwangerschaft bereits im folgenden Zyklus möglich
- Geringe monatliche Kosten verglichen mit anderen Verhütungsmitteln
- Sicherste Notfallverhütung**, wenn Einsetzen innerhalb von 5 Tagen nach ungeschütztem Geschlechtsverkehr erfolgt
- Zur Vermeidung einer Verhütungslücke kann das Einsetzen nach einem operativen Abort vor der 10. Schwangerschaftswoche erfolgen

* Bisher bietet keine Verhütungsmethode eine Verhütungssicherheit von 100 %
** Wirkt sicherer als die „Pille danach“

www.verhueten-gynefix.de

Bleib aktuell informiert und folge uns:
@gynefixdeutschland

GyneFix®

GYNLAMEDA GMBH
Raiffeisenstr. 27–29
70794 Filderstadt

info@gynlameda.de
0711 / 219 536 75
0711 / 219 536 64

HS00813 - VS220505