



DRAAG
WEER
WIT

HEB JIJ
LAST VAN
HEVIGE MENSTRUATIES

GEEN ZORGEN
WE KUNNEN JE HELPEN
EEN OPLOSSING TE VINDEN

ZET EEN PUNT ACHTER HEVIGE
MENSTRUATIEBLOEDINGEN.

NovaSure



Als je door hevige menstruatie niet optimaal van het leven kunt genieten, is endometriumablatie via NovaSure® misschien iets voor jou.

NovaSure® is speciaal ontwikkeld voor endometriumablatie; verwijdering van het baarmoederslijmvlies. De behandeling is veilig en eenvoudig, het doel is om hevige menstruatie bloedingen te verminderen. Vaak resulteert dit in normaal bloedverlies, minder bloedverlies of helemaal geen bloedverlies.² Hierbij zijn geen hormonen of een hysterectomie nodig. Deze brochure geeft antwoord op een aantal veelgestelde vragen over hevig menstrueel bloedverlies en de NovaSure® behandeling. Vraag goed na bij jouw gynaecoloog of deze behandeloptie geschikt voor je is.

STEL JEZELF EENS
DE VOLGENDE
VRAGEN:

- Duurt jouw menstruatie lang?
- Draag je vaak meerdere vormen van bescherming tegelijk?
- Is jouw bloedverlies zo hevig dat je maandverband en/of tampons om de paar uur moet verwisselen?
- Moet je 's nachts je maandverband verwisselen of maak je vlekken in de lakens?
- Komen er veel klonten (bloedstolsels) mee? Zijn deze klonten soms zo groot als een flessendop?
- Ben je de hele tijd moe?
- Draag je donkere kleding omdat je bang bent voor menstruatieongelukjes?
- Belemmert je bloedverlies je in je werk, op sociaal vlak of bij sport of seks?
- Zou je leven verbeteren als je elke maand minder of geen bloedverlies zou hebben?



ALS JE ÉÉN OF MEER VAN DEZE VRAGEN
MET 'JA' HEBT BEANTWOORD,
HEB JE MOGELIJK LAST VAN **MENORRAGIE**.

WAT IS MENORRAGIE?

Een op de vijf vrouwen heeft last van veel bloedverlies tijdens de menstruatie.¹ Dit wordt ook wel menorrhagie genoemd. Menorrhagie wordt gedefinieerd als ongewone, hevige en/of langdurige menstruatie.

Lichamelijk

De lichamelijke gevolgen van menorrhagie kunnen bestaan uit:

- Hevige menstruatie die meer dan een paar dagen aanhoudt
- Hevig bloedverlies waarbij dubbele bescherming nodig is of de bescherming elke 1 tot 2 uur moet worden vervangen
- Grote bloedklonten
- Erge krampen
- (Extreme) vermoeidheid
- Bloedarmoede
- Hoofdpijn
- Misselijkheid

Naast de lichamelijke klachten die gepaard gaan met menorrhagie, kan deze aandoening ook een behoorlijke invloed hebben op je sociale leven, dagelijkse activiteiten en op uw stemming.

Sociaal

Menorrhagie is meer dan alleen een lichamelijke aandoening; vrouwen worden vaak gedwongen om hun leven rond hun hevige menstruatie te plannen:

- meer dan 60% moet wel eens sociale gebeurtenissen of sport overslaan²
- ongeveer 80% vermijdt seksuele activiteiten¹
- 33% is wel eens gedwongen thuisgebleven van het werk²

"Mijn leven stond elke maand een week stil vanwege mijn menstruatie. Dankzij NovaSure kan ik nu elke 28 dagen 1 week meer functioneren. Die 90 seconden waren het meer dan waard."

MONICA



Emotioneel

Menorrhagie kan het leven van vrouwen ook op andere manieren verstoren. Van de vrouwen met een hevige menstruatie:

- heeft 77% last van depressie of humeurigheid¹
- maakt 75% zich zorgen²
- heeft 57% gebrek aan zelfvertrouwen²

Mocht je last hebben van deze symptomen, dan sta je niet alleen. Hoewel miljoenen vrouwen last hebben van hevige menstruatiebloedingen, laat maar een klein percentage zich hiervoor behandelen.¹

De reden hiervan is dat veel vrouwen zich schamen om over hun menstruatie te praten; ze denken dat hun bloedverlies normaal is omdat het altijd al zo is geweest, of ze zijn bang voor de behandelopties.

Door met je arts te praten komt de oplossing mogelijk een stapje dichterbij.

OVER NOVASURE®

WAT HOUDT DE NOVASURE® BEHANDELING IN?

Tijdens de NovaSure® behandeling verwijdert de gynaecoloog onder plaatselijke of algehele verdoving het slijmvlies van de baarmoederwand met behulp van een nauwkeurige hoeveelheid radiofrequentie-energie. De afgifte van radiofrequentie-energie duurt circa 90 seconden.

Endometriumablatie is gebaseerd op het feit dat de slijmvliesbekleding van de baarmoederholte (endometrium) elke menstruatiecyclus wordt opgebouwd en weer afgebroken. Als deze bekleding nu wordt weggenomen (ablatie), neemt de menstruatie sterk af of verdwijnt, terwijl de hormonale cyclus wel gewoon door gaat.

WAT GEBEURT ER TIJDENS DE NOVASURE® BEHANDELING?

De NovaSure® behandeling kan menstruaties bloedingen verminderen of stoppen door permanente verwijdering van het baarmoederslijmvlies via snelle afgifte van gecontroleerde radiofrequentie-energie.

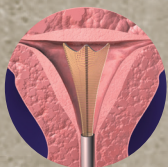
- 1 DE BAARMOEDERMOND WORDT VERDOOFT
(afhankelijk van de gekozen anesthesie).
- 2 DE BAARMOEDERMOND WORDT IETS OPGEREKT.
- 3 DE BAARMOEDERHOLTE WORDT OPGEMETEN.

Neem voor meer informatie contact op met je arts of ga naar www.hevigbloedverlies.nl

WAT ZIJN DE BELANGRIJKSTE VOORDELEN VAN DE NOVASURE® BEHANDELING?

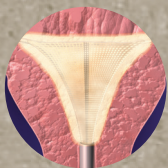
NovaSure® is een behandeling die minimaal invasief is. Dit houdt in dat er geen incisies gemaakt hoeven te worden waardoor je als patiënt minder risico loopt op complicaties tijdens en na de behandeling. Het is een zeer korte procedure in vergelijking tot andere methodes voor endometriumablatie.

Bij NovaSure® worden de bijwerkingen van een hormoonbehandeling of risico's van een baarmoederverwijdering vermeden. In tegenstelling tot andere methodes voor endometriumablatie kan de NovaSure® behandeling op elk moment tijdens de menstruatiecyclus plaatsvinden en is hiervoor geen hormonale voorbehandeling nodig.



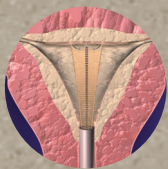
4

VIA DE BAARMOEDERHALS WORDT EEN DUN BUISJE IN DE BAARMOEDER GEBRACHT.



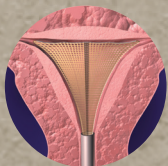
5

EEN INSTRUMENT VAN GAAS WORDT DOOR HET BUISJE GESCHOVEN, WAARNA HET UITVOLT EN DE AFMETING VAN DE BAARMOEDER AANNEEMT.



6

MAXIMAAL 2 MINUTEN KRIJGT DE BAARMOEDERWAND RADIOFREQUENTIE-ENERGIE TOEGEDIEND.



7

HET INSTRUMENT VAN GAAS WORDT TERUGGETROKKEN IN HET BUISJE EN UIT DE BAARMOEDER VERWIJDERD.

HOE WORD JE TIJDENS DE BEHANDELING VERDOOFD?

De NovaSure® behandeling kan op de operatiekamer (OK) of op de poliklinische operatiekamer (POK) worden uitgevoerd, afhankelijk wat je met je arts afspreekt. Het verschil is de verdoving.

Operatiekamer

Op de operatiekamer word je verdoofd onder volledige narcose of met een ruggenprik.

Tijdens de NovaSure® behandeling zul je geen pijn ervaren bij deze vorm van verdoven. Bij een behandeling onder volledige narcose kun je na de anesthesie gedurende enkele uren misselijk zijn. Je kunt na drie tot vijf uur weer naar huis.

Poliklinische operatiekamer

Tijdens een poliklinische behandeling wordt de baarmoederhals plaatselijk verdoofd door middel van injecties. Eveneens kan er tijdens de behandeling intraveneus een kalmerend middel worden toegediend. Tijdens de behandeling voel je (soms hevige) druk in je onderbuik. Die druk kan maximaal 90 seconden duren. Afhankelijk van de dikte van het baarmoederslijmvlies kan dit ook korter zijn. Deze pijn neemt na de ingreep over het algemeen snel af, waardoor je direct na de behandeling weer naar huis kunt. Wij raden wel altijd aan om iemand mee te nemen die je thuis brengt. Het voordeel om deze behandeling poliklinisch te doen, is dat je geen last hebt van de narcose en dat over het algemeen hierdoor de periode van herstel korter is.

De keuze voor een algehele of plaatselijke verdoving is zeer persoonlijk. Bespreek deze opties daarom met je arts.

WELK RESULTAAT KUN JE VERWACHTEN NA DE NOVASURE® BEHANDELING?

De meeste vrouwen constateren dat hun menstruatiebloedingen sterk afnemen. Bij een klinisch onderzoek naar de NovaSure® behandeling na 1 jaar meldde 91% van de vrouwen dat hun bloedverlies normaal of minder dan normaal was, en meldde 41% dat ze helemaal niet meer bloedden.² Veel vrouwen hadden ook bijna 50% minder last van een pijnlijke menstruatie.

"Ik zou het wel van de daken willen schreeuwen: Vrouwen, lijdt niet langer in stilte. Er is nu een alternatief waarvoor geen zware operatie nodig is! Had ik maar eerder van deze behandeling geweten, dan had ik niet zo lang hoeven lijden..."

GAYNOR



WAT KUN JE VERWACHTEN NA DE BEHANDELING?

Direct na de NovaSure® behandeling kun je last krijgen van buikpijn, vergelijkbaar met hevige menstruatiekramp, misselijkheid en/of braken. Na 8 tot 12 uur nemen deze klachten meestal af. Tegen de pijn kunt u zo nodig pijnstillers innemen die zijn voorgeschreven door je gynaecoloog.

Daarnaast kun je last hebben van bruinige, soms stinkende afscheiding die langzaam maar zeker waterig zal worden. De afscheiding kan tot 6 weken na de ingreep duren.

Sommige vrouwen kunnen zich moe voelen na de behandeling, maar zulke restverschijnselen verdwijnen normaal gesproken zodra het lichaam volledig is hersteld.

De meeste vrouwen zullen zich binnen een dag of twee na de behandeling weer normaal voelen. Na de eerste 24 uur kan je arts je toestaan om weer lichte tot matig-zware activiteiten uit te voeren. Je kunt misschien nog beter even wachten met zwaardere activiteiten, zoals hevige inspanning of zwaar tillen en je merkt wel aan je lichaam hoeveel je aankunt.

Hoewel je je al kort na de behandeling beter kunt voelen, heeft je lichaam een paar weken nodig om van binnen volledig te herstellen. Om het risico op infectie te voorkomen raden wij het af om de eerste drie weken in bad te gaan (douchen kan wel), te zwemmen of geslachtsgemeenschap te hebben.

Zoals bij elke chirurgische behandeling geldt dat het lichaam gemakkelijker zal kunnen herstellen naarmate je gezonder bent en minder stress ervaart. Goede voeding zal helpen om ervoor te zorgen dat je lichaam de bouwstoffen krijgt die het nodig heeft om te genezen. Zorg ook dat je genoeg slaapt en neem wat extra rust als dit nodig is. Wij adviseren de instructies van de gynaecoloog goed op te volgen voor een spoedig herstel.

IS DE NOVASURE® BEHANDELING GESCHIKT VOOR MIJ?

Vrouwen in de premenopauze met hevige menstrueel bloedverlies en zonder kinderwens, kunnen in aanmerking komen voor de NovaSure® behandeling. Je arts kan een diagnostische test doen om andere baarmoederlijke afwijkingen uit te sluiten om te controleren of je hevige menstruatie geen andere oorzaak heeft. Ook moeten je baarmoederhalsuitstrijkje en endometriumbiopsie normaal zijn om in aanmerking te komen voor deze behandeling.

KUN JE NOG STEEDS ZWANGER WORDEN NA DE NOVASURE® BEHANDELING?

Na elke behandeling met endometriumablatie bestaat er nog steeds een kans op zwangerschap. Zwangerschap na ablatie is voor zowel de moeder als de foetus gevaarlijk, aangezien het baarmoederslijmvlies niet in staat is de foetale ontwikkeling goed te ondersteunen. Het gebruik van anticonceptie is daarom noodzakelijk, wij adviseren je dit met je arts te bespreken.

"Deze eenvoudige behandeling heeft mijn leven veranderd – ik ben weer actief en heb meer energie. Ik ben minder gestrest, maak me minder zorgen en heb meer zelfvertrouwen. Mijn boodschap aan andere vrouwen met hevige menstruaties: in stilte lijden is niet nodig. Ik wil alle vrouwen die last hebben van hevige bloedverlies, zoals ik, aanraden om met hun arts te praten over behandelopties die hun leven kunnen veranderen"

HEIDI

OVER NOVASURE®

ZIJN VROUWEN TEVREDEN OVER NOVASURE®?

Dankzij de uitstekende resultaten is het tevredenheidspercentage onder patiënten die zijn behandeld met de NovaSure® erg hoog. Twaalf maanden na de NovaSure® behandeling was 93% van de patiënten tevreden over de resultaten en zei 97% dat ze de NovaSure® behandeling bij een vriendin zouden aanbevelen.

VERANDERINGEN IN DE LEVENSTIJL VAN DE PATIËNTEN DOOR DE NOVASURE® BEHANDELING

In deze tabel staan de percentages weergegeven van patiënten die hebben geantwoord met 'Altijd', 'Vaak', of 'Soms' op de onderstaande vragen	Voor de NovaSure® behandeling	Na de NovaSure® behandeling
Heb je gebrek aan zelfvertrouwen vanwege je menstruatie?	57%	16%
Heb je problemen bij het werk vanwege je menstruatie?	66%	10%
Werk je minder lang of besteedt je minder tijd aan andere activiteiten?	61%	9%
Maak je je zorgen om je menstruatie?	75%	24%
Mis je sociale activiteiten door je menstruatie?	63%	9%
Mis je sportieve activiteiten door je menstruatie?	66%	9%
Kun je niet buitenshuis werken vanwege je menstruatie?	33%	6%
Heb je minder energie of totaal geen energie?	84%	24%

VEILIGHEID EN RISICO'S

Na endometriumablatie met de NovaSure® behandeling kun je wat kramp en pijn voelen; dit is normaal. In de meeste gevallen kan dit een paar uur aanhouden en kan dit worden verlicht met vrij verkrijgbare niet-steroïdale ontstekingsremmers (NSAIDS). Je kunt een waterige en/of bloederige afscheiding hebben na de NovaSure® behandeling. Dit kan op elk moment beginnen: van direct na de behandeling tot een paar weken daarna. De afscheiding kan van korte duur zijn of wel een paar maanden doorgaan. De afscheiding kan ook verdwijnen en weer terugkomen of toenemen na bepaalde activiteiten, maar stopt normaal gesproken volledig wanneer je geheel bent hersteld. Dit is heel normaal en is te verwachten bij elke behandeling voor endometriumablatie. Een roodachtige, bruinige of gelige afscheiding is normaal en terwijl je herstelt kan deze er anders uit gaan zien.

Aan elke medische ingreep zijn risico's verbonden. Je arts zal voor elke behandeloptie uitleggen wat de risico's zijn. Tot de risico's van endometriumablatie behoren een gat in de baarmoeder, bloedingen, infecties, of letsel aan organen in de buik of rond de baarmoeder. Deze problemen komen zeer zelden voor.

Vertel het aan je arts als je een pacemaker of een ander elektrisch apparaat in je lichaam hebt.

Neem direct contact op met je gynaecoloog indien je last hebt van een van de volgende symptomen:

- Koorts hoger dan 37,5 °C
- Toenemende pijn in het bekken dat niet wordt verlicht door inname van NSAIDS of andere voorgeschreven medicijnen
- Aanhoudende misselijkheid, braken, kortademigheid, duizeligheid
- Darm- of blaasproblemen
- Een groenige of helder rode vaginale afscheiding (roodachtig, geelachtig of bruinachtig is normaal)

DE JUISTE BEHANDELING KIEZEN

	Endometriumablatie via NovaSure®	Medicamenteuze behandeling	Hormoonafgevend spiraaltje
BESCHRIJVING	Eenvoudige, veilige en effectieve behandeling waarbij het slijmvlies van de baarmoeder wordt verwijderd in ongeveer 90 seconden*	Lage doses vrouwelijke geslachtshormonen, bijv. in de vorm van anticonceptiepillen	Hulpmiddel dat in de baarmoeder wordt geplaatst en een vrouwelijk geslachtshormoon afgeeft dat op progesteron lijkt
VOORDELEN	<ul style="list-style-type: none"> - Meer dan 9 op de 10 vrouwen hebben na de behandeling normaal of minder dan normaal bloedverlies² - Duurt doorgaans minder dan 5 minuten - Kan in het ziekenhuis of poliklinisch worden uitgevoerd - Kan onder plaatselijke of algehele verdoving worden uitgevoerd - Kan op elk moment tijdens de cyclus zonder hormonale voorbehandeling plaatsvinden - Herstel in 1 tot 2 dagen - Verwijdert het slijmvlies, maar laat de baarmoeder intact - Bij 97% van de vrouwen was 5 jaar na de behandeling geen hysterectomie nodig³ 	<ul style="list-style-type: none"> - Vermindert het bloedverlies bij ongeveer de helft van de vrouwen⁴ - Ingenomen via de mond of toegediend via injectie - Omkeerbaar door te stoppen met de pillen of injecties 	<ul style="list-style-type: none"> - Vermindert het bloedverlies voor korte tijd - 39% werkzaamheid na 5 jaar⁷ - U hoeft geen pillen in te nemen - Ingebracht in de praktijk van uw arts - Minder bijwerkingen dan hormonen die oraal worden ingenomen - Omkeerbaar door het spiraaltje te verwijderen
NADELEN	<ul style="list-style-type: none"> - Alleen geschikt voor vrouwen die geen kinderwens meer hebben - Chirurgische risico's in verband met minimaal invasieve behandelingen - Kan niet ongedaan worden gemaakt - Na een ablatie is je baarmoeder niet in staat om de foetale ontwikkeling goed te ondersteunen, waardoor een vorm van anticonceptie nodig is 	<ul style="list-style-type: none"> - Het kan tot 3 maanden duren voordat de hormonen beginnen te werken⁴ - Kans op hormonale bijwerkingen (bijv. depressie, acne, hoofdpijn, gewichtstoename, gevoelige borsten, verhoogd risico op baarmoederhalskanker)⁵ - Doorlopende kosten - Inname/toediening mag niet worden vergeten - Van de gebruiksters kiest 77% uiteindelijk voor een chirurgische oplossing⁶ - Vrouwen met bepaalde medische aandoeningen mogen geen hormonen gebruiken 	<ul style="list-style-type: none"> - Het kan tot 6 maanden duren voor het spiraaltje begint te werken⁴ - Kan bloedingen tussen menstruaties veroorzaken - Kans op hormonale bijwerkingen (bijv. depressie, acne, hoofdpijn, gewichtstoename)⁹ - Moet na 5 jaar worden verwijderd of vervangen - Van de gebruiksters moet 42% binnen 5 jaar worden geopereerd⁷

Dilatatie en curettage	Resectie en ablatie met balvormige elektrode	Hysterectomie
<p>Operatie waarbij het slijmvlies van de baarmoeder wordt weggeschrapt en verwijderd</p>	<p>Operatie waarmee men het slijmvlies van de baarmoeder wegsnijdt en laat stollen</p>	<p>Operatie waarbij de baarmoeder wordt verwijderd</p>
<ul style="list-style-type: none"> - Vermindert het bloedverlies voor korte tijd - Belangrijk diagnosemiddel waarmee een stukje weggenomen weefsel op baarmoederkanker kan worden gecontroleerd 	<ul style="list-style-type: none"> - Wordt al meer dan 30 jaar gebruikt¹⁰ 	<ul style="list-style-type: none"> - Stopt hevige menstruaties definitief
<ul style="list-style-type: none"> - Moet mogelijk onder algehele verdoving plaatsvinden - De vermindering van het bloedverlies is tijdelijk - Chirurgische risico's in verband met minimaal invasieve behandelingen 	<ul style="list-style-type: none"> - Meestal is medicamenteuze of chirurgische voorbehandeling nodig² - Moet mogelijk onder algehele verdoving plaatsvinden² - Alleen geschikt voor vrouwen die geen kinderwens meer hebben - Chirurgische risico's in verband met minimaal invasieve behandelingen - Van de vrouwen heeft 27% binnen vijf jaar nog een operatie nodig⁶ - Kan alleen worden uitgevoerd door ervaren chirurgen - Na een ablatie is uw baarmoeder niet in staat om de foetale ontwikkeling te ondersteunen, waardoor een vorm van anticonceptie nodig is. 	<ul style="list-style-type: none"> - Alleen geschikt voor vrouwen die geen kinderwens meer hebben - Risico's van een zware operatie - Risico's van algehele verdoving - Herstel duurt 2 tot 8 weken - Kan niet ongedaan worden gemaakt

1. National Women's Health Resource Center. Survey of Women Who Experience Heavy Menstrual Bleeding. Hologic data on file; 2005.
2. Cooper J, Gimpelson R, Laberge P, et al. A Randomized, Multicenter Trial of Safety and Efficacy of the NovaSure® System in the Treatment of menorrhagia. *J Am Assoc Gynecol Laparosc.* 2002;9(4):418-428.
3. Gallinat A. An Impedance-Controlled System for Endometrial Ablation: Five-Year Follow-up of 107 Patients. *J Reprod Med.* 2007;52(6):467-472.
4. ACOG Committee on Practice Bulletins. ACOG Practice Bulletin: Management of Anovulatory Bleeding. *Int J Gynecol Obstet.* 2001;72(3):263-271.
5. Yasmin Prescribing Information. Wayne, NJ: Bayer HealthCare Pharmaceuticals Inc.; 2007.
6. Cooper KG, Jack SA, Parkin DE, Grant AM. Five-Year Follow-up of Women Randomised to Medical Management or Transcervical Resection of the Endometrium for Heavy Menstrual Loss: Clinical and Quality of Life Outcomes. *Br J Obstet Gynaecol.* 2001;108(12):1222-1228.
7. Hurskainen R, Teperi J, Rissanen P, et al. Clinical Outcomes and Costs With the Levonorgestrel-Releasing Intrauterine System or Hysterectomy for Treatment of Menorrhagia: Randomized Trial Five-Year Follow-up. *JAMA.* 2004;291(12):1456-1463.
8. Busfield RA, Farquhar CM, Sowter MC, et al. A Randomised Trial Comparing the Levonorgestrel Intra-uterine System and Thermal Balloon Ablation for Heavy Menstrual Bleeding. *BJOG.* 2006;113(3):257-263.
9. Mirena Prescribing Information. Wayne, NJ: Bayer HealthCare Pharmaceuticals Inc.; 2007.
10. ACOG Committee on Practice Bulletins. ACOG Practice Bulletin: Endometrial Ablation. *Obstet Gynecol* 2007;109(5):1233-48.
11. NovaSure® Instructions for Use. Bedford, MA: Hologic, Inc.

Ga naar www.hevigbloedverlies.nl voor meer informatie.



HOLOGIC®