Gynaecologie

PATIËNTENINFO

Groene Hart Ziekenhuis
Open voor iedereen

Ondersteuning van de luteale fase

(De 2e helft van de menstruatiecyclus)

In deze folder lees je uitleg over de 2de helft van de menstruatie cyslus (luteale fase). Hoe je deze kunt ondersteunen tijdens of na een vruchtbaarheidsbehandeling, zoals IUI, IVF/ICSI of een cryocyclus.

Belangrijke punten:

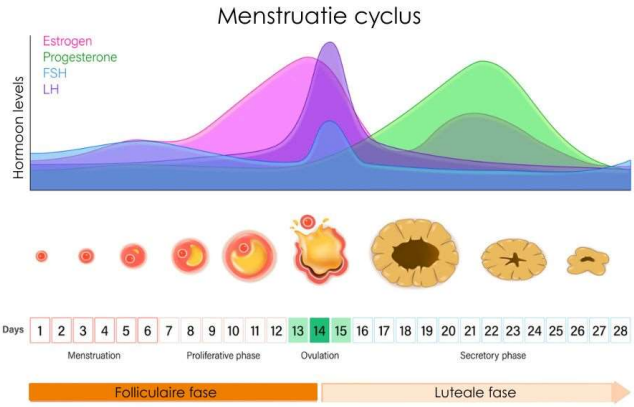
- Na een vruchtbaarheidsbehandeling stopt soms de aanmaak van progesteron te snel.
- Je krijgt medicijnen met progesteron.
- Je kunt kiezen tussen tabletten of medicijnen via de vagina.
- De medicijnen kunnen bijwerkingen hebben.
- Lees in deze folder hoe je de medicijnen moet gebruiken.
- Voor een aantal medicijnen moet je zelf bijbetalen.
- Vragen over vruchtbaarheid? Mail dan je gegevens naar afd.fertiliteit@ghz.nl. Je wordt teruggebeld.

Wat is de luteale fase?

De luteale fase is de 2e helft van je menstruatiecyclus. Deze fase begint bij je eisprong en eindigt bij je volgende menstruatie.

Na de eisprong maakt het overgebleven eiblaasje in je eierstok een hormoon aan: progesteron. Dit hormoon zorgt ervoor dat het baarmoederslijmvlies dik en stevig blijft. Dat is belangrijk, want zo kan een bevruchte eicel zich goed innestelen.

Als er geen zwangerschap ontstaat, stopt je eierstok na 10 tot 12 dagen met het maken van progesteron. Je baarmoederslijmvlies laat dan los, en je wordt ongesteld.



Als je wél zwanger bent, blijft je eierstok progesteron maken. Dan blijft het slijmvlies zitten en komt er geen menstruatie. Je lichaam maakt dan ook hCG aan (het zwangerschapshormoon). Dit hormoon helpt om de progesteron aanmaak op gang te houden.

Bij IUI

Bij IUI kun je een natuurlijke cyclus hebben of je krijgt hormonen.

- Als je een natuurlijke cyclus hebt is ondersteuning meestal niet nodig.

Gebruik je hormonen? Is de tijd tussen je eisprong en menstruatie korter dan 10 dagen? Dan is het wél verstandig om de luteale fase te ondersteunen.

Bij cryobehandeling (terugplaatsing van ingevroren embryo's)

Ook bij een cryobehandeling kun je een natuurlijke of een kunstmatige cyclus hebben.

- Bij een natuurlijke cyclus of alleen Pregnyl® of Ovitrelle®, is ondersteuning meestal niet nodig.
- Is de periode tussen je eisprong en menstruatie korter dan 10 dagen? Dan raden we wél ondersteuning aan.

Welke medicijnen zijn er?
1. Progesteron via de vagina
Utrogestan® capsules (200 mg of 300 mg)
Gebruik:
- Capsules van 200 mg: 3 keer per dag innemen
- Capsules van 300 mg: 2 keer per dag innemen

Bijwerkingen: afscheiding, hoofdpijn, slaperig zijn.

2. Progesteron als tablet (oraal, via de mond)
Nieuw onderzoek laat zien dat tabletten even goed werken als de vaginale vormen.
- Duphaston®
  Gebruik: 3 keer per dag innemen met water.
  Bijwerkingen: hoofdpijn, misselijk zijn.

Heb je geen voorkeur? Dan schrijven we standaard Duphaston® voor.

Wanneer begin je met progesteron?
- Bij IUI of cryobehandeling: begin op de dag van de eisprong (het liefst ná de inseminatie).
- Bij IVF of ICSI: begin 1 dag na de eicelpunctie.

Wanneer stop je met progesteron?
Uit onderzoek blijkt dat als je zwanger bent, je lichaam vanaf dat moment genoeg progesteron zelf aanmaakt. In overleg met je arts mag je ook later stoppen.

Heb je vragen?
Stuur vóór 11.00 uur een e-mail naar afd.fertiliteit@ghz.nl.
Zet in je e-mail:
- naam;
- geboortedatum;
- telefoonnummer.

We bellen je dezelfde dag tussen 11.00 en 13.00 uur.
In de e-mail beantwoorden we geen vragen.

Kun je niet naar de afspraak komen?
Laat dit dan minimaal 24 uur van te weten. Anders kunnen we kosten in rekening brengen.

Spoed buiten kantooruren?
Bel het Vrouw-Kind-Centrum: 0182 - 50 54 00.

Meer informatie
- Scan de QR-code voor de GHZ- Patient Journey app

- Of kijk op:
  www.ghz.nl
  www.ghz.nl/fertiliteit
  www.ghz.nl/hormonen
  www.mckinderwens.nl
  www.degynaecoloog.nl
  www.freya.nl

Groene Hart Ziekenhuis (GHZ)
Polikliniek Gynaecologie (route 32)
Bleulandweg 10
2803 HH Gouda

Algemeen telefoonnummer:
0182-50 50 50

Colofon
uitgave : Groene Hart Ziekenhuis, Gouda
productie : Marketing & Communicatie
april 2026
04.06.177