

# Hörer-Information

## Service Gesundheit

### Was tun nach einer Verhütungspanne?

Von Anna Florenske

Wenn z. B. das Kondom abgerutscht oder gerissen ist, das Diaphragma falsch angewendet wurde, die Einnahme der Pille vergessen wurde, Erbrechen oder Durchfall die Wirkung der Pille beeinträchtigt oder gar nicht verhütet wurde, gibt es noch zwei nachträgliche Möglichkeiten, um zu verhüten - für den Notfall:

#### **1) Die „Pille danach“**

##### **Was ist die „Pille danach“?**

Ein Notfall-Medikament zur einmaligen Verhütung NACH einer Verhütungspanne.

##### **Wie wirkt die „Pille danach“?**

Das Medikament enthält ein Hormon. Es hemmt oder verzögert den Eisprung und verhindert so eine Befruchtung und eine ungewollte Schwangerschaft. Die Pille danach ist aber keine Abtreibungspille! Das heißt: Sie wirkt nicht, wenn sich bereits eine befruchtete Eizelle in der Gebärmutter eingenistet hat.

##### **Wie und wo bekomme ich sie?**

In vielen europäischen Ländern bekommt frau die Pille danach inzwischen rezeptfrei. In Deutschland muss sie aber von einem Arzt oder einer Ärztin verschrieben werden. Auch bei Beratungsstellen wie pro familia ist das Rezept erhältlich. Am Wochenende empfiehlt es sich, Notfallambulanzen der Krankenhäuser aufzusuchen. Auch Apotheken haben am Wochenende Notdienst.

##### **Wie sicher ist die Pille danach?**

Die Pille danach hat den größten Verhütungsschutz, wenn sie möglichst schnell nach dem ungeschützten Sex eingenommen wird. Je größer der zeitliche Abstand, umso unsicherer wird die Wirkung.

##### **Was muss ich noch beachten?**

- Es gibt derzeit zwei Typen von Nachverhütungspillen auf dem Markt. Zwei ältere Produkte mit dem Wirkstoff Levonorgestrel und ein neueres mit dem Wirkstoff Ulipristal. Wie sie sich unterscheiden, erfahren sie im Text weiter unten.
- Die verhütende Wirkung der Pille danach hält nicht an. Anschließend muss zusätzlich verhütet werden. Pro familia rät, nach der Pille danach bis zur nächsten Monatsblutung nicht-

**LEONARDO**  
Service Gesundheit

[www.wdr5.de/leonardo](http://www.wdr5.de/leonardo)

Redaktion Christina Sartori  
Dienstag, 02.03.2010  
ca. 16.50 – 17.00 Uhr  
ca. 22.50 – 23.00 Uhr

## Service

### **WDR 5-Hotline**

0180/ 56 78 555

### **Fax**

0180/ 56 78 550

jeweils 14 Cent pro  
Minute aus dem deutschen  
Festnetz

### **WDR 5 im Internet**

[www.wdr5.de](http://www.wdr5.de)

### **eMail**

[leonardo@wdr.de](mailto:leonardo@wdr.de)

### **Anschrift**

WDR 5  
Leonardo  
Appellhofplatz 1  
D-50667 Köln

# Hörer-Information

hormonelle Verhütungsmittel zu benutzen, zum Beispiel Kondome.

- Die Wirksamkeit der Pille danach kann bei Erbrechen und Darmerkrankungen oder während der Einnahme bestimmter Medikamente z.B. Antibiotika herabgesetzt sein. Fragen Sie dazu Ihre Ärztin/Arzt.
- Wenn Sie die Pille danach eingenommen haben, sollte spätestens nach drei Wochen eine Monatsblutung kommen. Geschieht dies nicht, am besten ärztlichen Rat suchen und einen Schwangerschaftstest machen.

## **Welche Nebenwirkungen können entstehen?**

Nebenwirkungen wie Übelkeit, Erbrechen, Kopfschmerzen, Schwindel, Zwischenblutungen und Bauchschmerzen können auftreten. Normalerweise lassen sie nach ein bis zwei Tagen nach. Falls nicht – oder auch bei stärkeren Schmerzen - am besten ärztlichen Rat einholen. Tipp: Pille danach nicht auf nüchternen Magen einnehmen – dann wird sie meist besser vertragen!

**Kosten:** Frauen über 20 Jahren müssen die Pille danach aus eigener Tasche bezahlen. Zusätzlich fällt eine Rezeptgebühr von 5 € an und gegebenenfalls die Praxis- oder Notfallgebühr von 10 €. Gesetzlich versicherte Frauen bis zu 20 Jahren bekommen die Pille danach kostenfrei. (Allerdings müssen Frauen bereits ab dem 18. Lebensjahr die Rezeptgebühr bezahlen und gegebenenfalls die Praxis- oder Notfallgebühr von 10 €).

## **1a) Die alte Pille danach**

**Präparate:** Unofem (Preis: ca. 17,50 €) und Levogyon (Preis: ca. 17,80 €) – zusätzlich zu der Rezeptgebühr und der Praxisgebühr

**Wirkstoff:** Levonorgestrel

## **Was muss ich beachten?**

Muss innerhalb von drei Tagen nach dem ungeschützten Sex eingenommen werden. Am besten jedoch, so schnell es geht nach dem ungeschützten Sex.

**Beurteilung** (laut dem Pharmakologen Gerd Glaeske und pro Familia):

Bewährter Wirkstoff, zu dem jahrzehntelange Erfahrungen vorliegen. Sichere Möglichkeit der Nachverhütung.

# Hörer-Information

## **1b) Die neue Pille danach**

**Präparat:** Ellaone (Preis: ca. 35,30 €) – zusätzlich zu der Rezeptgebühr und der Praxisgebühr

**Wirkstoff:** Ulipristal

### **Was muss ich beachten?**

Muss innerhalb von fünf Tagen nach dem Geschlechtsverkehr eingenommen werden. Ist also eine Alternative zur Nachverhütung mit der „alten Pille danach“, wenn mehr als 72 Stunden nach dem ungeschützten Sex verstrichen sind.

### **Beurteilung** (laut Pharmakologe Gerd Glaeske)

Neuer Wirkstoff, zu dem erst sehr wenige Erfahrungen und wissenschaftliche Untersuchungen vorliegen. Niemand weiß zum Beispiel bislang, inwieweit die neue Pille danach gefährlich wirkt, falls eine Frau – ohne es zu wissen – zum Zeitpunkt der Einnahme bereits schwanger ist. Nur bei den alten Produkten mit Levonorgestrel ist sicher: hier besteht keine Gefahr für die Frau und den Embryo.

## **2) Die "Spirale danach"**

Als Alternative zur Pille danach. Nur die Kupferspirale eignet sich zur Nachverhütung – nicht die Hormonspirale!

### **Wie wirkt die „Spirale danach“?**

Die Spirale danach ist eine herkömmliche Kupferspirale, die auch langfristig zur Verhütung weiter genutzt werden kann. Das Kupfer stört die Befruchtungsfähigkeit von Spermien und das Einnisten einer befruchteten Eizelle.

### **Vorteile**

Muss innerhalb von fünf Tagen nach dem Geschlechtsverkehr eingesetzt werden. Ist also eine Alternative zur Nachverhütung mit der „alten Pille danach“, wenn mehr als 72 Stunden nach dem ungeschützten Sex verstrichen sind. Auch geeignet, wenn Frauen keine hormonellen Verhütungsmittel einnehmen wollen oder sollen. Oder, wenn Frau ohnehin weiter mit der Spirale verhüten möchte.

### **Wann nicht geeignet?**

Bei Unterleibsentzündungen, Fehlbildungen der Gebärmutter oder bei einer zu kleinen Gebärmutter ist die Spirale danach nicht geeignet.

# Hörer-Information

**Was muss ich noch beachten?**

Muss von einem Arzt oder einer Ärztin eingesetzt werden.

**Beurteilung:** laut pro familia Sicherheit von 99 Prozent

**Preis:** zwischen 130 bis 180 Euro.

**Informationen allgemein zur Pille danach:**

- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung: **Faltblatt** „**Pille danach**“ als kostenloser Download unter <http://www.bzga.de/?uid=a197d33e370540c65fa59cfd7b9b3f6&id=medien&sid=123>
- 
- **pro familia:** „Pille danach – ich brauche Hilfe“ unter <http://www.profamilia.de/article/show/835.html> und **weitere Informationen** unter <http://www.familienplanung.de/verhuetung/verhuetungspannen/die-pille-danach/> und unter <http://www.profamilia-nrw.de/koeln-zentrum/seiten/ueber.htm>
- **pro familia - örtliche Beratungsstellen** [http://www.profamilia.de/outputdb/10Beratungsstellen\\_&Med.Zentren/10/354?PHPSESSID=4e48cc6bdfcee22be5838e0571d2a43](http://www.profamilia.de/outputdb/10Beratungsstellen_&Med.Zentren/10/354?PHPSESSID=4e48cc6bdfcee22be5838e0571d2a43)
- **Infotelefon zur "Pille danach" von pro familia**, in vier Sprachen (Türkisch, Russisch, Englisch, Deutsch). Dieser Informationsservice der pro familia erfolgt durch eine automatische Ansage rund um die Uhr unter der Nummer 0 18 05 / 77 63 26 (12 Cent/min aus deutschem Festnetz).

**Informationen speziell zur neuen „Pille danach“**

- <http://www.imabe.org/index.php?id=1366>
- <http://www.ema.europa.eu/humandocs/PDFs/EPAR/ellaone/emea-combined-h1027de.pdf>
- <http://www.gutepillen-schlechtepillen.de/Ulipristal-neue-Pille-danach.90.0.html>