

Wir beraten Sie gerne!

### Hormonspirale

Sollten sie eine starke Regelblutung haben, kann es bei der Verhütung mittels einer Spirale erforderlich werden, ein Intrauterinpessar zu wählen, das zusätzlich zum Material der „Spirale“ einen Hormonmantel (Gestagen) enthält.

Bei ca. 40% der Frauen, die sich dieser Verhütungsmethode bedienen, werden dadurch die Regelblutung und die damit verbundenen Beschwerden unterdrückt.

Die Wirkung ist überwiegend lokal (d.h. auf die Gebärmutter-schleimhaut beschränkt), so dass Nebenwirkungen im übrigen Körper äußerst selten auftreten.

Je nach Spiralentyp verhütet die Hormonspirale 3-5 Jahre und kann dann gewechselt werden.

Sollte eine Schwangerschaft erwünscht sein, wird die Spirale entfernt, und die Regelblutung sowie die Fruchtbarkeit setzen sehr schnell wieder ein.



Praxis für  
**frauenleben**  
GESUNDHEIT

Praxis für  
**frauenleben**  
GESUNDHEIT

#### Standort Hannover City:

Dr. Carsten Buckermann  
Dr. Evangelia Krauskopf

#### Standort Hannover Kleefeld:

Dr. Katrin Fronhoff  
Felicitas Hoppen

Karmarschstraße 40  
30159 Hannover  
Tel.: 05 11/2 20 63 93  
Fax: 05 11/2 20 63 99

Kirchröder Straße 92  
30625 Hannover/Kleefeld  
Tel.: 05 11/55 99 11  
Fax: 05 11/55 40 87

#### Öffnungszeiten:

Mo – Do 8 bis 18 Uhr  
Fr 8 bis 13 Uhr

#### Öffnungszeiten:

Mo – Do 8 bis 18 Uhr  
Fr 8 bis 13 Uhr

Empfängnisregelung  
**INFO**

Gemeinschaftspraxis für Frauenheilkunde

Dr. Carsten Buckermann  
Dr. Katrin Fronhoff  
Felicitas Hoppen  
Dr. Evangelia Krauskopf



# Familienplanung

Eine Empfängnisregelung ist die Basis für eine erfüllte Sexualität, wenn der Kinderwunsch noch nicht oder nicht mehr vorhanden ist. So individuell wie jede Frau sind auch die Möglichkeiten der Verhütung.

Oft hören wir in Gesprächen zur Schwangerschaftsverhütung Meinungen, wie „Ich will mich doch nicht mit Chemie vollstopfen!“ oder „Ich lasse mir doch keinen Fremdkörper einbauen!“. Diesen liegt der berechtigte Wunsch nach einer Verhütungsmethode zugrunde, die zwar absolut sicher vor dem Eintritt einer Schwangerschaft schützt, sonst jedoch keine Nebenwirkungen hat. Eine solche Verhütung gibt es leider nicht.

Grundlegend muss gesagt werden: Jede Verhütung ist ein Kompromiss. Somit lautet die Frage: Welcher Kompromiss ist für mich zu welchem Zeitpunkt der günstigste? Nach einer eingehenden Untersuchung sind wir bei unserer Beratung bemüht, den für Sie richtigen und kostengünstigsten Kompromiss herauszufinden.

Wir möchten Ihnen hier einige Methoden der Schwangerschaftsverhütung nach ihrer Sicherheit aufgelistet vorstellen. Die Sicherheit der verschiedenen Methoden wird mit dem Pearl-Index verglichen. Er gibt an, wie viele von 100 sexuell aktiven Frauen bei einer bestimmten Verhütung innerhalb eines Jahres schwanger werden. Dies soll der Möglichkeit der Information zu Hause dienen und kann einen Arztbesuch nicht ersetzen.



## Verhütungsmethoden nach dem Pearl-Index

Die Sicherheit der verschiedenen Methoden wird mit dem Pearl-Index verglichen. Er gibt an, wie viele von 100 sexuell aktiven Frauen bei einer bestimmten Verhütung innerhalb eines Jahres schwanger werden. Dies soll der Möglichkeit der Information zu Hause dienen und kann einen Arztbesuch nicht ersetzen.

Sterilisation	0,1
Pille	0,1 – 0,9
Vaginalring	0,4 – 0,65
Verhütungspflaster	0,72 – 0,9
Reine Gestagenpille	0,5 – 3
Depot-Spritze	0,3 – 0,88
Hormonstäbchen	0,14
Hormonspirale	0,16
Cu-Spirale	0,3 – 0,8
Diaphragma (mit Spermizid)	1 – 20
Kondom	2 – 12
Chemische Mittel	3 – 21
Koitus interruptus	4 – 18
Keine Verhütung	85

## Die Pille

Mit einer Östrogen/Gestagen-Kombination wird der Eisprung bei regelmäßiger Einnahme sicher verhindert. Bis zur Vollendung des 20. Lebensjahres übernimmt die gesetzliche Krankenkasse die Kosten. Es gibt eine Vielzahl unterschiedlicher Pillenarten und Darreichungsformen (Mikropille, Minipille, Verhütungsring, Verhütungspflaster). Manche Nebeneffekte, z.B. die Verbesserung des Hautbildes unter der Pille oder die Reduzierung der Blutungsstärke oder Reduzierung eventueller Schmerzen bei der Regelblutung können zusätzlich individuell nützlich sein.

## Die Drei-Monats-Spritze

Sie gehört auch zu den hormonellen Verhütungsmethoden. Ein Gelbkörperhormon (Gestagen), das als Depot zunächst alle 8 Wochen, dann alle 12 Wochen in Gesäß oder Oberarm gespritzt wird, verhindert einerseits den Eisprung, andererseits verändert es die Gebärmutterschleimhaut: Sie ist nicht bereit für die Einnistung einer Schwangerschaft. Die Wirkung auf die Gebärmutterschleimhaut führt auch meistens dazu, dass die Regelblutung ausbleibt, solange das Präparat eingesetzt wird.

## Das Hormonstäbchen

Das Hormonstäbchen (Implanon®) wird mit einer speziellen Spritze in örtlicher Betäubung unter die Haut gelegt, z.B. an die Innenseite eines Oberarms. Dort setzt es kontinuierlich ein Gestagen frei. Die Wirkung ist vergleichbar mit der der 3-Monats-Spritze. Nach drei Jahren (bei unter 90 kgKG) hat das Stäbchen seine gesamte Hormonmenge abgegeben und wird in örtlicher Betäubung wieder entfernt.

## Die Kupferspirale

Die Kupferspirale wird in die Gebärmutter eingelegt. Sie ist eine Alternative für Frauen, die auf Hormone gänzlich verzichten möchten. Die Wirkung beruht darauf, dass Kupferionen Spermien abtöten sollen. Außerdem bewirkt der Fremdkörperreiz die Aussendung von Botenstoffen (Prostaglandinen), die die Beweglichkeit der Eileiter beeinflussen und die Einnistung einer Schwangerschaft in der Gebärmutterschleimhaut verhindern. Die kleine Kupferspirale kann auch bei Frauen eingelegt werden, die keine Kinder geboren haben. Nach ca. 3 bzw 5 Jahren sollte sie entfernt werden.

## Der Verhütungsring

Der Verhütungsring ist eine innovative Methode zur hormonellen Verhütung. Er wird in die Scheide eingeführt und verbleibt dort 3 Wochen, anschließend wird eine ringfreie Woche eingehalten. Die Anwendung über die Scheide ermöglicht niedrige und konstante Hormondosen, unabhängig vom Magen-Darm-Trakt.