

Postkoitalverhütung

Informationen für ÄrztInnen und BeraterInnen

Warum dieses Faltblatt?

Postkoitalverhütung mit Hormonen ist eine seit vielen Jahren gebräuchliche Methode. Trotzdem ist sie bei Frauen und Männern noch nicht ausreichend bekannt. Ein Teil der ungewollten Schwangerschaften und Schwangerschaftsabbrüche könnte verhindert werden, wenn Methoden zur Postkoitalverhütung besser bekannt und zugänglich wären. Aus diesem Grund hat pro familia die aktuellen Informationen zur „Pille danach“ für ÄrztInnen und BeraterInnen zusammengestellt.

Präparate in Deutschland

In Deutschland gibt es derzeit zwei Präparate zur Postkoitalverhütung: Levogynon® mit 2 x 0,75 mg Levonorgestrel und Unofem® mit 1 x 1,50 mg Levonorgestrel. Beide Präparate sind in Deutschland rezeptpflichtig, die Kosten betragen zwischen 16 und 18 Euro. Bei gesetzlich versicherten Frauen bis zum vollendeten 20. Lebensjahr übernimmt die Krankenkasse die Kosten.

Anwendung

Die „Pille danach“ kann bis zu 72 Stunden nach dem ungeschützten oder unzureichend geschützten Geschlechtsverkehr eingenommen werden. Die höchste Wirksamkeit besitzt sie, wenn sie in den ersten 12 bis 24 Stunden nach ungeschütztem Geschlechtsverkehr eingenommen wird. Sind mehr als 72 Stunden nach dem Geschlechtsverkehr vergangen, lässt die Erfolgsrate deutlich nach.

Für die Wirksamkeit es es unerheblich, ob es sich um ein Präparat mit einem Dragee und eines mit zwei Dragees handelt. Die beiden Dragees der Packung können gleichzeitig oder mit bis zu 12 Stunden Abstand eingenommen werden. Bei Erbrechen innerhalb von drei Stunden nach Einnahme der „Pille danach“ muss die komplette Einnahme wiederholt werden.

Frauen und Paare, die mehr als 72 Stunden nach ungeschütztem Geschlechtsverkehr Beratung aufsuchen, können auf die Möglichkeit der „Spirale danach“ verwiesen werden. Diese kann bis spätestens zum fünften Tag nach ungeschütztem Geschlechtsverkehr eingelegt werden und so eine Schwangerschaft verhindern.

Wirkungsweise

Klinische Daten gehen davon aus, dass die Hauptwirkung der „Pille danach“ durch Verzögerung oder Unterdrückung der Ovulation erreicht wird. Weitere diskutierte und in älteren Lehrbüchern beschriebene Wirkmechanismen können wissenschaftlich nicht bewiesen werden. Wenn die „Pille danach“ nach dem Eisprung eingenommen wird, ist kein Einfluss auf die Gebärmutter Schleimhaut nachweisbar.

Erfolgsrate

Durch die Anwendung der „Pille danach“ werden etwa 85% der ohne die Anwendung entstehenden Schwangerschaften verhindert. Je nach Zeitpunkt im Zyklus beträgt das Risiko für eine Schwangerschaft durch ungeschützten Verkehr bis maximal 20-25%, dieses würde durch die Anwendung der „Pille danach“ auf 3-4% reduziert. Insgesamt betrug in den aktuellen Studien die Rate an Schwangerschaften trotz der Einnahme 1,5-3%.

Nebenwirkungen

Die häufigste unerwünschte Nebenwirkung ist Übelkeit (bei ca. 20 % der Frauen), selten treten Schwindel (10%) oder Erbrechen (1-5 %) auf. Weitere seltene Nebenwirkungen sind Bauchschmerzen, Müdigkeit, Kopfschmerzen und Brustspannen. Schwere gesundheitliche Risiken sind mit der Einnahme nicht verbunden.

Anwendungseinschränkungen

Als einzige Beschränkung der Anwendung wird in der Fachinformation eine schwere Leberfunktionsstörung angegeben. In den Empfehlungen der WHO und der IPPF (International Planned Parenthood Federation) wird davon ausgegangen, dass die kurzzeitige Hormongabe der „Pille danach“ auch dabei möglich ist. Schwere Störungen der Darmfunktion (Malabsorption) können die Wirksamkeit der „Pille danach“ beeinträchtigen.

„Pille danach“ bewirkt keinen Schwangerschaftsabbruch

Die „Pille danach“ wird häufig mit der Methode des medikamentösen Schwangerschaftsabbruchs (mit Mifegyne®) verwechselt. Die „Pille danach“ wirkt vor der Einnistung eines befruchteten Eis in die Gebärmutter. Hat sich ein befruchtetes Ei bereits eingenistet, hat die „Pille danach“ keine Wirkung mehr, das heißt, es kann damit keine bestehende Schwangerschaft abgebrochen werden.

Beratung	
Anamnese	Vor der Vergabe der „Pille danach“ sollte durch Menstruationsanamnese die Möglichkeit einer bereits bestehenden Schwangerschaft erfragt werden. In der Beratung sollten ebenfalls die wichtigsten Eckdaten in Verbindung mit dem Schwangerschaftsrisiko besprochen werden (Zeitpunkt der letzten Regel, Zykluslänge, Art des Verhütungsversagens, Zeitpunkt des Koitus).
Gynäkologische Untersuchung	Eine gynäkologische Untersuchung oder ein Schwangerschaftstest vor der Anwendung sind nicht erforderlich. Ausnahmen können bei pathologischen Hinweisen oder völlig unklarer Menstruationsanamnese vorkommen.
Wirkungsdauer	Die Frauen müssen darüber informiert werden, dass die „Pille danach“ die Entstehung einer Schwangerschaft nur für den zurückliegenden Koitus verhindert und nicht im weiteren Verlauf des Zyklus schützt. Wenn vor dem aktuellen Koitus bereits ungeschützter Geschlechtsverkehr stattgefunden hat, ist die Wirksamkeit geringer.
Wiederholte Einnahme	Die WHO hat festgestellt, dass eine wiederholte Einnahme der „Pille danach“ zwar nicht empfohlen wird, aber auch kein gesundheitliches Risiko birgt. Daher sollte bei wiederholter Nachfrage im selben Zyklus die Abgabe der „Pille danach“ nicht verweigert werden. Die „Pille danach“ eignet sich nicht als regelmäßig angewendetes Verhütungsmittel: <ul style="list-style-type: none">• Die Sicherheit von langfristig angewendeten Verhütungsmitteln ist höher• Bei Mehrfachanwendung in kurzen Zeitabständen steigt die Versagerate der Methode durch die Zunahme an individuellen Risikoereignissen• Die Verträglichkeit langfristig anwendbarer Verhütung ist besser• Langfristig angewendete Verhütungsmittel sind in der Regel preiswerter

Verhütung nach Einnahme der „Pille danach“	Im weiteren Zyklusverlauf müssen zusätzliche Verhütungsmittel (z.B. Kondom, Diaphragma) benutzt werden. Das trifft auch dann zu, wenn die Frau mit der Pille verhütet. Das Erreichen erneuter Verhütungssicherheit im folgenden Zyklus ist abhängig von dem Pillen-Präparat der Frau und dem Zeitpunkt im Zyklus, an dem die Einnahme der Pille vergessen wurde. Frauen kann bei Bedarf Beratung über weitere Verhütung angeboten werden oder sie können über Beratungsangebote bei pro familia und anderen Beratungseinrichtungen oder bei FrauenärztInnen informiert werden.
Nächste Monatsblutung	Nach Einnahme der „Pille danach“ kann die folgende Blutung einige Tage vor oder nach dem erwarteten Zeitpunkt eintreten. Bei mehr als einer Woche verspäteter oder nur schwacher Blutung soll ein Schwangerschaftstest durchgeführt werden
Schutz vor Infektionen	In der Beratung kann neben der Verhütung ungewollter Schwangerschaften auch auf den Schutz vor sexuell übertragbaren Krankheiten hingewiesen werden, der nur durch die (zusätzliche) Verwendung von Kondomen möglich ist. Falls durch den ungeschützten Verkehr das Risiko einer Infektion besteht, sollte die Frau über notwendige Untersuchungen informiert werden.
Anwendung bei bestehender Schwangerschaft	Die „Pille danach“ wirkt nicht bei bereits bestehender Schwangerschaft. Bei versehentlicher Einnahme in der Schwangerschaft wurden keine negativen Auswirkungen auf die Entwicklung des Embryos beobachtet.
Anwendung in der Stillzeit	Es wird empfohlen, die „Pille danach“ unmittelbar nach dem Stillen einzunehmen, und in den 6 Stunden danach die Milch abzupumpen und zu verwerfen, um die mit der Milch aufgenommene Hormondosis für den Säugling zu minimieren. Da bei kontinuierlicher Verhütung mit Gestagenen („Minipille“) in der Stillzeit keine negativen Wirkungen bei Säuglingen beobachtet wurden, sind diese auch ohne diese Maßnahme bei der einmaligen Anwendung der „Pille danach“ unwahrscheinlich.

Anmerkung zu den Angaben

Unsere Informationen basieren auf internationalen Studien bzw. auf den Empfehlungen des „International Consortium for Emergency Contraception“, dem zahlreiche Organisationen u.a. die WHO angehören. Die „Pille danach“ auf Gestagenbasis ist in mittlerweile 17 europäischen Ländern rezeptfrei erhältlich. In Deutschland hat sich die zuständige Kommission des Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte ebenfalls für die Aufhebung der Rezeptpflicht ausgesprochen.

Stand: März 2008

pro familia Bundesverband, Stresemannallee 3, 60596 Frankfurt am Main,
Tel: 069.63 90 02, www.profamilia.de

Der pro familia Bundesverband e.V. wird vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) gefördert.

