

## Pharmazeutische Beratung zu Kontrazeptiva - nicht nur die „Pille danach“

Referentin: Dr. med. Karin Siefert  
Fachärztin für Frauenheilkunde und Geburtshilfe  
Beraterin bei pro familia

Vortrag im Rahmen der zertifizierten Fortbildung  
der Apothekerkammer Nordrhein und des Apothekerverbandes Köln

Montag 28. September 2015  
Hörsaal 1 der Uni Köln

## Überblick

- „Pille danach“-Historie
- Fallbeispiel
- Der weibliche Zyklus
- Ungeschützter Geschlechtsverkehr
- Methoden der Kontrazeption
- Pharmazeutische Beratung
- Hilfe bei Vergewaltigung

## Die „Pille danach“-Historie

September 1985: Einführung von „**Tetragynon**®“  
(Yuzpe-Methode)

**4 Dragees** à 0,05 mg Ethinylestradiol (EE)  
und 0,25 mg Levonorgestrel (LNG)

- 2 Dragees innerhalb von **48 h** nach ungeschütztem GV
- 2 weitere Dragees 12 Stunden danach

Gesamtdosis: 200 µg EE und 1 g LNG

inzwischen obsolet

## Die „Pille danach“-Historie

August 2000: Einführung von „**Duofem**®“

**2 Tabletten** à 0,75 mg Levonorgestrel (LNG)

- 1 Tbl. innerhalb von **72 h** nach ungeschütztem GV
- 1 weitere Tbl. 12 Stunden danach

Gesamtdosis: 1,5 g LNG

höhere Wirksamkeit und  
geringere Nebenwirkungsrate  
als Yuzpe-Methode

## Wirksamkeit

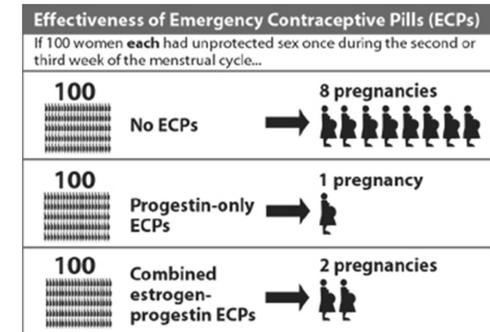
Schwangerschaften trotz Einnahme der „Pille danach“

	Tetragynon® n=979	Duofem® n=976
Einnahme innerhalb von 24 h	2 %	0,4 %
Einnahme innerh. von 25 - 72 h	4,7 %	2,7 %
Gesamtzahl	31 (3 %)	11 (1 %)

WHO Task Force on Postovulatory Methods of Fertility Regulation, Lancet 1998

prc familia

## Vergleich Tetragynon® mit Duofem®



<https://www.fphandbook.org/chapter-3-emergency-contraceptive-pills>  
[http://www.profamilia.de/fileadmin/publikationen/Fachpublikationen/Fakten\\_Hintergruende\\_Pille\\_danach.pdf](http://www.profamilia.de/fileadmin/publikationen/Fachpublikationen/Fakten_Hintergruende_Pille_danach.pdf)

prc familia

## Nebenwirkungen

	Tetragynon®	Duofem®
Übelkeit	51 %	23 %
Erbrechen	19 %	6 %
Müdigkeit	29 %	17 %
Schwindel	17 %	11 %

WHO Task Force on Postovulatory Methods of Fertility Regulation, Lancet 1998

prc familia

## Die „Pille danach“-Historie

März 2006: „Unofem®“ statt „Duofem®“

Nur noch **1 Tablette** mit 1,5 g Levonorgestrel (LNG)

- 1 Tbl. innerhalb von 72 h nach ungeschütztem GV

zumindest gleich oder besser wirksam  
nicht mehr Nebenwirkungen

einfachere Einnahme – weniger Anwendungsfehler

prc familia

## Die „Pille danach“-Historie

Oktober 2009: „**ellaOne**®“

Ein neuer Wirkstoff: 30 mg Ulipristalacetat (UPA)

- 1 Tbl. innerhalb von **120 h** nach ungeschütztem GV

höchste Wirksamkeit innerhalb 24 h  
auch wirksam kurz vor Ovulation

Wechselwirkung mit oralen hormonellen Kontrazeptiva  
lange Halbwertszeit, ungeeignet bei stillenden Müttern



**pro familia**

© Karin Siefert 2015

## Rezeptfreiheit der „Pille danach“

1999: Rezeptfreiheit in Frankreich als erstem Land in Europa

2003: Empfehlung des Bundesinstituts für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM), die „Pille danach“ mit dem Wirkstoff Levonorgestrel aus der Verschreibungspflicht zu entlassen

November 2014: Empfehlung der Europäischen Arzneimittelagentur (European Medicines Agency EMA), Ulipristal aus der Verschreibungspflicht zu entlassen

Januar 2015 Beschluss der Europäischen Kommission

März 2015 ellaOne® rezeptfrei over the counter (OTC)

April 2015 auch Levonorgestrel rezeptfrei erhältlich



**pro familia**

© Karin Siefert 2015

## Rezeptfreiheit in Europa

1999 Frankreich

2000 Portugal, Norwegen

2001 Belgien, Dänemark, GB/Nordirland, Schweden

2002 Finnland, Island, Schweiz

2003 Estland, Lettland

2004 Niederlande

2005 Griechenland, Litauen, Luxemburg

2006 Slowakei

2009 Österreich, Spanien

2010 Irland

2011 Tschechien

2015 Deutschland



**pro familia**

© Karin Siefert 2015

## Aktuell in Deutschland verfügbare Präparate

„Pille danach“ mit 1,5 g Levonorgestrel

**unofem**® (Hexal AG) kostet 16,99 €

**PiDaNa**® (HRA-Pharma) kostet 18,33 €.

**Postinor**® (Gedeon Richter) kostet 15,97 €

„Pille danach“ mit 30 mg Ulipristalacetat

**ellaOne**® (HRA-Pharma) kostet 29,96 €.



**pro familia**

## Fallbeispiel

Frau A., 39 Jahre, hatte ungeschützten GV  
– das Kondom ist gerissen.

Sie will auf keinen Fall schwanger werden  
und geht am Samstagspätnachmittag  
in die Notdienstapotheke,  
um sich die „Pille danach“ zu besorgen.

Dort ist keines der Präparate vorrätig  
„kein Notfallmedikament“,  
könnte aber für Montagvormittag bestellt werden.

pro familia

## Fallbeispiel

So lange möchte sie nicht warten. Sie fährt zur  
Notdienstapotheke in einem anderen Stadtteil.  
Dort hat man die „Pille danach“.

Die Apothekerin stellt ihr zunächst einige Fragen  
und erklärt ihr dann, sie brauche die „Pille danach“  
gar nicht einnehmen (da sie zu diesem Zeitpunkt  
im Zyklus nicht schwanger werden könne?).

Sie ist beruhigt und erleichtert.

pro familia

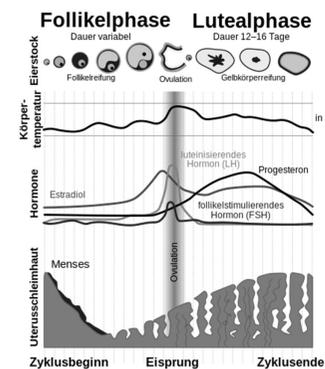
## Fallbeispiel

Als die Blutung nach drei Wochen  
immer noch nicht kommt,  
macht sie doch einen Test – und ist schwanger!

Sie entscheidet sich  
für einen Schwangerschaftsabbruch.

pro familia

## Der weibliche Zyklus



„regelmäßiger“ 28-Tage-Zyklus  
eher selten  
normal 24 bis 35 Tage

erste Zyklushälfte variabel  
(Follikel- oder Eireifungsphase)

zweite Zyklushälfte konstant  
(Gelbkörperphase)  
im Mittel 14 Tage (12 bis 16)

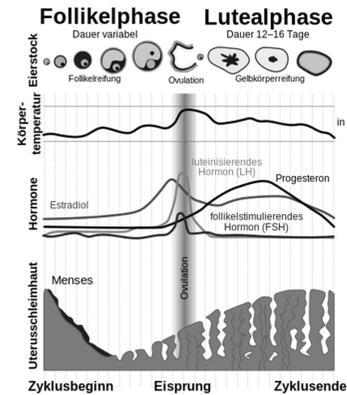
\*MenstrualCycle.de\* by Thomas Steiner -  
<https://commons.wikimedia.org/wiki/File:MenstrualCycle.de.svg>  
[g#/media/File:MenstrualCycle.de.svg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:MenstrualCycle.de.svg#/media/File:MenstrualCycle.de.svg)

pro familia

# Wann kann „frau“ schwanger werden?

Bei Kinderwunsch ist es günstig, möglichst kurz vor dem Eisprung Sex zu haben.

**Spermien** sind in der Regel nur wenige Tage und die **Eizelle** nur einige Stunden (ca. 12-24 h nach Ovulation) befruchtungsfähig.



## ABER ...

Zur Verhütung muss man ein größeres „Sicherheitsfenster“ berücksichtigen.

Denn manchmal können Spermien **bis zu sieben Tage** nach dem Koitus noch befruchtungsfähig sein.

## Beispiel

- Eisprung bereits am 10. (nicht am 14.) Zyklustag
- Geschlechtsverkehr am 3. Zyklustag – noch während der Menstruationsblutung
- Es könnte trotzdem zu einer Schwangerschaft kommen!

## Also:

Phase zwischen erstem Blutungstag und Eisprung

- **grundsätzlich unsicher**

48 Stunden nach Eisprung bis Beginn der nächsten Menstruation

- Empfängnis **sicher** auszuschließen

## Woher weiß man, wann der Eisprung ist?

„Kalendermethode“ **viel zu unsicher**  
(vermuteter Eisprung ca. 12-16 Tage  
vor nächster erwarteter Menstruation)

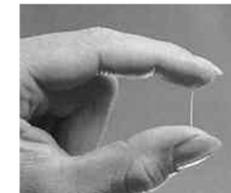
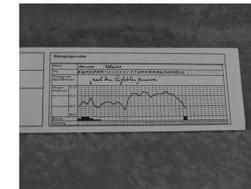
Aufregung, Krankheit, Reisen, Stress usw.  
können den Zeitpunkt der Ovulation verschieben  
- nach vorne oder hinten.

pro familia

## Natürliche Familienplanung

bestimmte Körperzeichen verändern sich im Laufe des Zyklus:

- Basaltemperatur
- Konsistenz des zervikalen Mukus
- Konsistenz der Zervix
- „Mittelschmerz“



pro familia

## Verhütungscomputer und -APPs

Benutzen unterschiedliche Kombinationen aus

- Kalendermethode
- Messung der Basaltemperatur
- Messung des ovulationauslösenden Hormons LH  
(luteinisierendes Hormon) im Urin

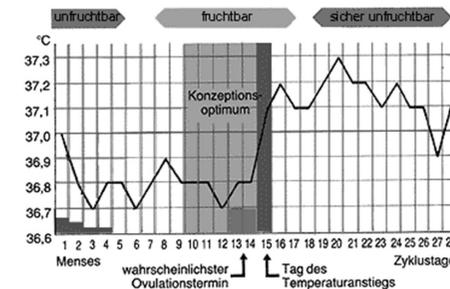
Eher geeignet bei Kinderwunsch, um den optimalen Zeitpunkt  
für die Empfängnis zu bestimmen. Zur Verhütung eher unsicher.

Neu: OvulaRing® misst Temperatur kontinuierlich in Vagina.  
Problematisch: Auswertung nur retrospektiv, Messgerät muss  
entnommen und mit PC verbunden werden.

pro familia

## Messung der Basaltemperatur

Nach der Ovulation bildet Corpus luteum Progesteron.  
Dadurch kommt es zu einem Anstieg der Temperatur.



Zeigt an, wann der Eisprung **WAR**,  
voraus sagen lässt er sich auch mit dieser Methode nicht.

pro familia

## Fazit

**Wann braucht eine Frau die Pille danach? –  
Im Zweifel immer!**

(...wenn ein ungeschützter GV stattgefunden hat  
und sie nicht schwanger werden möchte)



pro familia

## Was ist „ungeschützter Geschlechtsverkehr“?

- Es wurde kein Verhütungsmittel angewendet
- Anwendungsfehler bei einer Barrieremethode
- Anwendungsfehler bei der hormonellen Kontrazeption
- Vergewaltigung



pro familia

## Es wurde kein Verhütungsmittel angewendet

Kann jedem passieren, da Sex nicht unbedingt etwas  
mit Vernunft und Disziplin zu tun hat.

Auch ein „Coitus interruptus“ („aufpassen“)  
ist prinzipiell als ungeschützter GV zu betrachten.



pro familia

## Anwendungsfehler bei einer Barrieremethode

- Kondom ist abgerutscht und  
es ist womöglich Sperma in die Scheide „ausgelaufen“
- Kondom ist bei der Benutzung gerissen
- Vor oder nach der Benutzung eines Kondoms  
kam Sperma an den Eingang der Vagina
- Diaphragma wurde ohne Gel benutzt
- Diaphragma wurde zu früh entfernt



pro familia

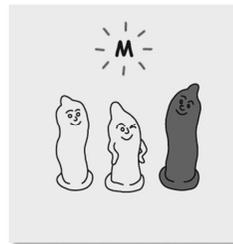
## Unterschiedliche Kondomgrößen



Breite 43 mm, Länge 115 mm



Breite 49 mm, Länge 180 mm



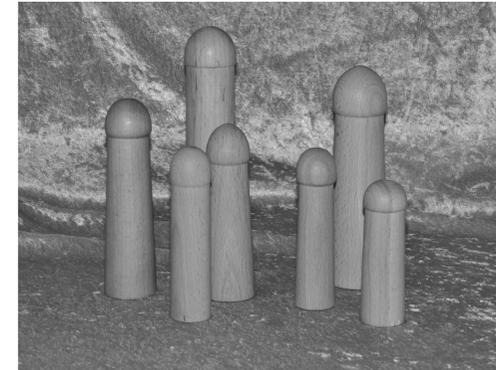
Breite 52 mm, Länge 180 mm

Auf die Breite kommt es an!



pro familia

## Normale Penisgrößen bei erwachsenen deutschen Männern



**pro familia Holzpenis-Set - Anschauungsmodelle für die sexualpädagogische Arbeit**

Die Größen entsprechen den ermittelten Messdaten des längsten, des dicksten, des Durchschnitts, des sonstigen, des dünnsten und des kürzesten Penis.

Ergebnis einer Untersuchung der pro familia NRW und der Universitätsklinik Essen



pro familia

## Das Diaphragma



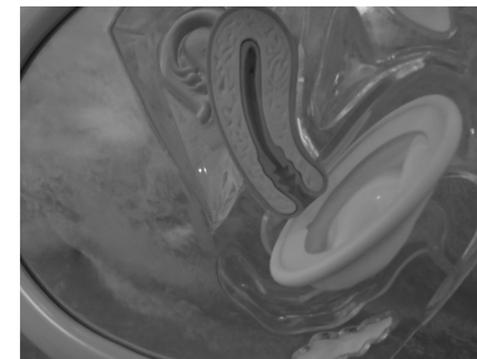
Caya – one size fits all?  
nur für Größe 70 - 75

Milex wide seal  
in Größen 60 - 90



pro familia

## Das Diaphragma



Korrektur Sitz hinter dem Schambein und bis ins hintere Scheidengewölbe



pro familia

## Diaphragma immer mit Gel

**Zellulose** bildet mechanische Barriere vor dem Muttermund

**Milchsäure** immobilisiert die Spermien durch sauren pH-Wert

früher **Nonoxynol-9**

spermizid

nicht sicherer als Milchsäure

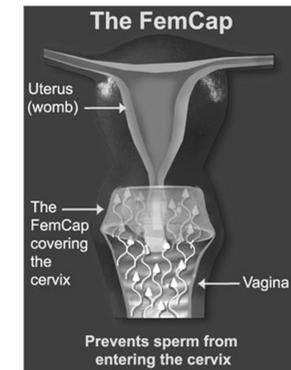
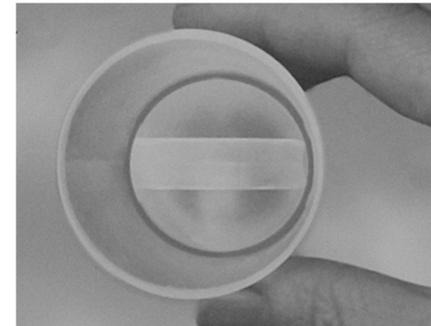
reizt Schleimhäute

begünstigt dadurch sexuell übertragbare Erkrankungen

pro familia

## Weitere Barrieremethoden

### Portiokappe FemCap®



pro familia

## Weitere Barrieremethoden

### Frauenkondom



pro familia

## Der Pearl-Index

Maß für die Sicherheit eines Verhütungsmittels

Anzahl der eingetretenen Schwangerschaften,  
wenn **100 Frauen ein Jahr** lang  
diese Methode angewendet haben

beschreibt also die Versagerrate

Je kleiner die Zahl, desto sicherer ist die Methode.

pro familia

## Der Pearl-Index

Studien kommen zu sehr unterschiedlichen Ergebnissen!

Versagerrate hängt von vielen Faktoren ab, zum Beispiel:

- kultureller Hintergrund
- Bildungsstand
- Häufigkeit von Geschlechtsverkehr
- Kinderwunsch

Insbesondere wenn die Zuverlässigkeit sehr von der **Art der Anwendung** beeinflusst wird, sind die Unterschiede bei den Versagerraten groß.



pro familia

## Der Pearl-Index

### Kondome

Bei korrekter und regelmäßiger Anwendung: 2

Bei eingeschlossenen Anwendungsfehlern: 9-12

Zuverlässigkeit nimmt mit Erfahrung/Übung der Anwendenden deutlich zu.

Kondome reißen bei weniger als 3 % der Anwendungen



pro familia

## Der Pearl-Index

Beim **Diaphragma** wird Sicherheit wesentlich beeinflusst durch:

- ausführliche Information
- richtige Größe
- korrekte Benutzung
- konsequente Benutzung



richtige Größe zu klein zu groß



pro familia

## Der Pearl-Index

### Diaphragma

Bei korrekter und regelmäßiger Anwendung (USA): 4-8

Bei Frauen, die besonders gut angeleitet wurden (GB): 2

Fragebogenuntersuchung aus Deutschland (vermutlich unvollständige Erfassung ungewollter Schwangerschaften):

Bei korrekter und regelmäßiger Anwendung : 0,8

Bei eingeschlossenen Anwendungsfehlern: 7



pro familia

## Anwendungsfehler bei der hormonellen Kontrazeption

- Die Pille wurde vergessen und nicht innerhalb des zwölf-Stunden-Intervalls genommen
- Der Nuva Ring wurde für mehr als drei Stunden entfernt
- Das Evra-Pflaster hat sich unbemerkt abgelöst
- Die einnahmefreie Pause war länger als sieben Tage – dies ist besonders riskant!
- Erbrechen, Durchfall
- Wechselwirkung mit anderen Medikamenten

pro familia

## Orale hormonelle Kontrazeptiva



Einphasenpräparat, Dreistufenpräparat, Minipille

pro familia

## Einphasen-Kombinationspräparate

### die klassische „Antibabypille“

Kombination aus einem Östrogen (meist Ethinylestradiol) mit unterschiedlichen Gestagenen

Einnahmeschemata: 21/7

24/4

Langzyklus

Drei-Stufen-Präparate

Pillen mit „natürlichem Östrogen“ (Zoely®, Qlaira®)

pro familia

## Wirkmechanismus der Pille

Hemmung der LH- und FSH-Ausschüttung

Unterdrückt den Eisprung

Gebärmutter Schleimhaut baut sich nicht mehr ausreichend auf, um ein befruchtetes Ei aufzunehmen.

Der Schleim im Gebärmutterhals wird undurchdringlich für Spermien

pro familia

## Anwenderfehler bei Einnahme kombinierter Kontrazeptiva

Anhand von Daten von über 75.000 Frauen aus einer US-amerikanischen Datenbank wurde geprüft, inwieweit das Einnahmeschema im Langzyklus (84-7) sicherer ist als die Einnahmemuster 21-7 bzw. 24-4.

Fazit: Zahl der ungewollten Schwangerschaften

<b>im Langzyklus</b>	<b>4,4%,</b>
<b>bei 24-4</b>	<b>6,9%</b>
<b>bei 21-7</b>	<b>7,3%</b>



pro familia

## Pille vergessen in Woche 1

- Einnahme so schnell wie möglich nachholen (auch falls dann zwei Tbl. gleichzeitig)
- Rest der Packung normal weiter nehmen
- In den nächsten 7 Tagen zusätzlich Barrieremethode (z. B. Kondom)

Bei Geschlechtsverkehr in der Woche vor der vergessenen Tabletteneinnahme besteht das Risiko einer Schwangerschaft. Die Wahrscheinlichkeit einer Schwangerschaft ist umso höher, je früher die Pille in der ersten Woche vergessen wurde.

- ggf. die „Pille danach“ nehmen



pro familia

## Pille vergessen in Woche 2

- Einnahme so schnell wie möglich nachholen (auch falls dann zwei Tbl. gleichzeitig)
- Rest der Packung normal weiter nehmen

Wurde die „Pille“ an den vorausgegangenen 7 Tagen vor der vergessenen Tablette regelmäßig eingenommen, ist die empfängnisverhütende Wirkung gewährleistet.

- keine zusätzlichen Maßnahmen erforderlich
- ggf. in den nächsten 7 Tagen zusätzlich Barrieremethode (z. B. Kondom)



pro familia

## mehrere Tabletten vergessen in Woche 1 oder 2

Empfängnischutz nicht mehr sicher gegeben. Wahrscheinlichkeit einer Schwangerschaft umso höher, je mehr Tabletten vergessen wurden und je früher nach der zeitlich vorausgegangenen einnahmefreien Pause

- Pille danach
- Bis zur nächsten üblichen Entzugsblutung zusätzlich Barrieremethode (z. B. Kondom).

Wenn in der normalen einnahmefreien Pause keine Blutung auftritt, sollte eine Schwangerschaft ausgeschlossen werden.



pro familia

## Pille vergessen in Woche 3

Erfolgte die Einnahme an den 7 Tagen vor der ersten vergessenen Tablette korrekt, gibt es zwei Möglichkeiten:

entweder

- verbliebene Tabletten aus der aktuellen Packung zur gewohnten Zeit einnehmen
- einnahmefreie Pause auslassen
- direkt im Anschluss mit der Einnahme der Tabletten aus der nächsten Packung beginnen

Schmier- und Durchbruchblutungen möglich



pro familia

## Pille vergessen in Woche 3

... oder

- Einnahme aus der aktuellen Packung sofort abbrechen
- nach einer einnahmefreien Pause von nicht mehr als 7 Tagen direkt mit Einnahme aus der nächsten Packung beginnen  
(den Tag, an dem die erste Tablette vergessen wurde, mitzählen!)
- einnahmefreie Pause kann verkürzt werden, um neue Packung zu gewohntem Wochentag zu beginnen



pro familia

## Andere Einphasen-Präparate

### Verhütungsring (Nuva-Ring®, Circlet®)

#### Wie wirkt er?

Der Vaginalring besteht aus einem silikon- und latexfreien medizinischen Kunststoff, der Gestagene und Östrogene gleichmäßig an die Vaginalschleimhaut abgibt. Er wirkt wie die "Pille".

#### positiv

nur alle 3 Wochen an den Wechsel denken  
keine Magen/Darmpassage, weniger Übelkeit  
es gibt keine Hormonspitzen



pro familia

## Andere Einphasen-Präparate

### Verhütungsring (Nuva-Ring®, Circlet®)

#### Für wen geeignet?

Alle Frauen, die mit Hormonen verhüten, aber nicht täglich an die Einnahme denken wollen.  
Frauen mit Darmerkrankungen, häufigem Erbrechen etc.

#### Wann ist die Methode nicht ratsam?

Es gelten die Gegenanzeigen der Pille, Neigung zu Scheideninfektionen, höheres Risiko von Thrombosen



pro familia

## Andere Einphasen-Präparate

### Verhütungspflaster (Evra<sup>®</sup>, demnächst Apleek<sup>®</sup>)



wirkt wie „Pille“

Ein Pflaster bleibt für eine Woche

Nach dem dritten Pflaster  
eine Woche Pause

pro familia

## Reine Gestagenpräparate

### Die „Minipille“ (LNG oder Desogestrel)

Geeignet bei erhöhtem Risiko kardiovaskulärer Erkrankungen

Bei stillenden Müttern

Wird ohne Pause genommen

Blutung bleibt häufig ganz aus

pro familia

## Reine Gestagenpräparate

Dreimonatsspritze

Nebenwirkungen:

Ausbleiben der Blutung  
häufig Gewichtszunahme

Nach Absetzen kann es länger dauern,  
bis Ovulation wieder einsetzt.

Längere Anwendung kann zu  
Verminderung der  
Mineralknochendichte führen,  
besonders bei jungen Frauen im  
Alter von 18 bis 21 Jahren.

geeignet wenn regelmäßige  
Einnahme problematisch  
und bei  
Resorptionsstörungen



pro familia

## Reine Gestagenpräparate

### Das Verhütungsstäbchen (Implanon<sup>®</sup>)

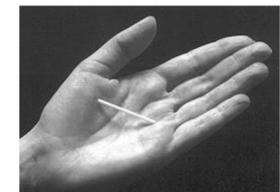
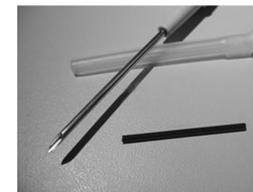
für drei Jahre

relativ häufig unregelmäßige Blutungen

keine Östrogenmangelsymptome

zum Entfernen kleiner operativer Eingriff erforderlich

nach Absetzen sofort wieder fertil



pro familia

## Intrauterine Verhütungssysteme (Spirale)

### Kupferspirale

Die meisten sind für fünf Jahre zugelassen  
(einige nur drei, andere bis zu zehn Jahre)

Kupferionen immobilisieren die Spermien

Die Nidation wird gehemmt



pro familia

## Intrauterine Verhütungssysteme (Spirale)

### Kupferkette

Sie besteht aus sechs (Standard)  
oder vier (Mini) kleinen  
Kupferzylindern, die auf einem  
Nylonfaden aufgezogen sind.



Der Nylonfaden wird mit einem  
Knoten etwa ein Zentimeter tief in  
der Muskulatur der  
Gebärmutterwand verankert.

pro familia

## Intrauterine Verhütungssysteme (Spirale)

### Hormonspirale (Mirena®)

für 5 Jahre

Endometriumabbau wird  
reversibel supprimiert

Viskosität des Cervixschleims  
nimmt zu

Das lokale Milieu von Uterus und  
Tuben beeinträchtigt die  
Beweglichkeit und Funktion der  
Spermien, so dass eine  
Befruchtung verhindert wird



pro familia

## Intrauterine Verhütungssysteme (Spirale)

### Jaydess®

Kleiner als Mirena

Nur für drei Jahre



pro familia

## „Spirale danach“

Einlage einer Kupferspirale  
bis 120 h nach dem ungeschützten Geschlechtsverkehr

Wenn der GV länger als 72 h her ist,  
wirkt die Spirale besser als ellaOne® (99%)

Bei Kontraindikationen gegen die „Pille danach“

Gute Alternative zur „Pille danach“,  
wenn die Frau sowieso vor hatte, eine Spirale legen zu lassen  
und wenn innerhalb zumindest der nächsten ein- bis zwei Jahre  
keine Schwangerschaft geplant ist.

teurer (120-250 Euro)



prc familia

## Pharmazeutische Beratung

- Vertrauliche Beratung anbieten  
z.B. in einem Nebenraum  
Hinweisschild im Fenster

Wichtige Fragen:

- Wann war der ungeschützte Verkehr?

Nach mehr als 72 h ellaOne® oder Spirale danach (sicherer)

Nach mehr als 120 h **keine** „Pille danach“ oder „Spirale danach“  
Wenn innerhalb der nächsten drei Wochen keine Blutung  
kommt, Schwangerschaftstest und Frauenarzt/ärztin aufsuchen



prc familia

## Pharmazeutische Beratung

Wichtige Fragen:

- Wann war die letzte Blutung?
- War die letzte Blutung normalstark und normallang?

Liegt die letzte Blutung mehr als vier Wochen zurück, oder bei  
ungewöhnlich kurzer/schwacher Blutung besteht womöglich  
bereits eine Schwangerschaft. Ggf. Schwangerschaftstest  
anbieten und Besuch bei Frauenarzt/ärztin empfehlen.



prc familia

## Pharmazeutische Beratung

- Aufklärung über korrekte Einnahme:  
so schnell wie möglich  
mit ausreichend Wasser  
(nicht auf nüchternen Magen)

➤ Aufklärung über Wirkungsweise:  
Eisprung wird verschoben oder verhindert  
Innerhalb der ersten 24 h werden 9 von 10 möglichen  
Schwangerschaften verhindert. Je später sie eingenommen wird,  
desto höher ist die Versagerrate. Wenn der Eisprung schon  
stattgefunden hat, wirkt die „Pille danach“ nicht mehr.



prc familia

## Pharmazeutische Beratung

- Aufklärung über mögliche Nebenwirkungen  
Die Pille danach wird meistens gut vertragen. Es kann manchmal zu Müdigkeit, Schwindel, Kopfschmerzen, Bauchschmerzen, Übelkeit, Erbrechen, Durchfall, Spannungsgefühl in den Brüsten kommen. Dies vergeht in der Regel nach kurzer Zeit von alleine.
- Vorgehen bei Erbrechen  
Bei Erbrechen innerhalb von drei Stunden nach der Einnahme, sollte die „Pille danach“ erneut eingenommen und die zusätzliche Einnahme eines Antiemetikums erwogen werden.



pro familia

## Pharmazeutische Beratung

- mögliche Verschiebung der nächsten Blutung:  
Häufig kommt die Blutung zum erwarteten Zeitpunkt, sie kann aber auch etwas früher oder später einsetzen.
- Wenn innerhalb der nächsten drei Wochen keine Blutung eintritt, sollte eine Schwangerschaft ausgeschlossen werden!  
(Test, Frauenarzt/ärztin)



pro familia

## Pharmazeutische Beratung

- Verhütung in Zukunft  
Die Pille danach wirkt nicht „in die Zukunft“, daher bis zur nächsten Blutung Barrieremethode (Kondom) oder Verzicht auf Geschlechtsverkehr  
Hinweis auf Beratungsgespräch über Verhütungsmethoden bei Frauenarzt/ärztin oder in pro familia Beratungsstelle
- Wird die „Pille“ eingenommen?  
Bei Pilleneinnahme ist ellaOne nicht so gut geeignet, da sie die Wirkung der Pille beeinträchtigt.  
Die „Pille“ weiter bis zum Ende der Packung nehmen.  
Zusätzlich mit einer Barrieremethode (Kondom) verhüten.



pro familia

## Pharmazeutische Beratung

- Gründe, die gegen eine Abgabe der „Pille danach“ sprechen:  
schwere Leberfunktionsstörung  
bekannte Unverträglichkeiten  
chronische Darmerkrankung (Resorptionsstörung)  
keine „Pille danach“  
„Spirale danach“ alternativ möglich
- Wurde die „Pille danach“ in diesem Zyklus bereits einmal eingenommen?  
Die Wirkung ist nicht mehr so sicher.



pro familia

## Pharmazeutische Beratung

- Wechselwirkungen mit Medikamenten, z.B.  
Antikonvulsiva  
einige Antibiotika  
Johanniskraut
  
- ggf. Spirale danach

 prc familia

## Besonderheiten bei Vergewaltigung

- Hinweis auf Frauen-Notruf und Hilfe-Telefon  
Beratungsstelle gegen sexualisierte Gewalt
  
- Hinweis auf Anonyme Spurensicherung (fünf Kliniken in Köln)  
auch ohne Anzeige bei der Polizei möglich
  
- Hinweis auf sexuell übertragbare Infektionen  
anonymer HIV-Test beim Gesundheitsamt möglich

 prc familia



Der Kölner Notruf für vergewaltigte Frauen – Frauen gegen Gewalt e.V. wurde 1978 gegründet und ist damit der **dienstälteste bundesdeutsche Frauennotruf**.

Telefonische Beratung unter **0221 562035**  
(Mo 18-20 Uhr und Do 10.30-12.30 Uhr, sonst AB)  
[www.notruf-koeln.de](http://www.notruf-koeln.de)

Weitere Angebote:  
E-Mail-Beratung, Persönliche Beratung  
Rechtsberatung, Prozeßvorbereitung und -begleitung  
Vermittlung von hilfreichen Adressen  
Angeleitete Selbsterfahrungsgruppen, Selbstbehauptungs-Kurse  
Unterstützung beim Aufbau von Selbsthilfegruppen

Kontakt zu den Notrufen vor Ort bei der  
LAG autonomer Frauennotrufe in NRW  
[www.frauennotrufe-nrw.de](http://www.frauennotrufe-nrw.de)

 prc familia



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

365 Tage im Jahr, rund um die Uhr erreichbar  
für Betroffene, Angehörige, Freunde sowie Fachkräfte  
anonym und kostenfrei  
Vermittlung an Unterstützungsangebote vor Ort  
bei Bedarf Dolmetscherinnen in 15 Sprachen

 prc familia



## Anonyme Spurensicherung nach Sexualstraftat (ASS)

mailbox@notruf-koeln.de oder Tel.: 0221 562035

Gerichtsverwertbare Spurensicherung und Dokumentation  
nach einer Sexualstraftat,  
für die Opfer von Gewalttaten,  
die zunächst keine Anzeige erstatten möchten.

 profamilia

## HIV-Test

anonym und kostenlos im Gesundheitsamt:

Fachdienst STI und sexuelle Gesundheit  
Neumarkt 15-21  
50667 Köln  
Telefon 0221 / 221-24602

dienstags, mittwochs und donnerstags von 8:30 bis 9:30 Uhr  
offene Sprechstunde ohne Terminvereinbarung

 profamilia

## Noch Fragen?



Weitere Informationen unter

<http://www.profamilia.de/erwachsene/verhuetung.html>

 profamilia

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

 profamilia