

*Die Ärztevereinigung Horgen Hirzel Oberrieden informiert*

## **Notfallverhütung: Nachträgliche Verhinderung einer Schwangerschaft**

Nach einem unzureichend geschützten Geschlechtsverkehr kann durch die Einnahme eines hochdosierten Hormonpräparates eine Schwangerschaft auch noch nachträglich verhindert werden, wobei sich diese hormonelle Verhütungsmethode bei frühzeitiger Anwendung als sehr zuverlässig erweist. Als weitere Möglichkeit der Notfallverhütung kann bis zu fünf Tagen nach dem Geschlechtsverkehr eine Kupferspirale eingesetzt werden, welche ebenfalls eine wirksame nachträgliche Empfängnisverhütung erlaubt.

Die verschiedenen heute verfügbaren Verhütungsmethoden ermöglichen eine auf die Bedürfnisse der einzelnen Frau abgestimmte Empfängnisverhütung, die bei korrekter Anwendung einen zuverlässigen Schutz vor einer Schwangerschaft gewährleistet. Allerdings kann es trotz eines verantwortungsvollen Umgangs mit der Sexualität und der Verhütung ausnahmsweise zu einem Zwischenfall kommen, so dass mit einer ungewollten Schwangerschaft gerechnet werden muss. In dieser für das betroffene Paar äusserst belastenden Situation stehen zwei unterschiedliche Verhütungsmethoden zur Verfügung, mit denen der Eintritt einer Schwangerschaft auch nachträglich noch verhindert werden kann.

### **Nachträgliche Empfängnisverhütung**

Die höchste Wahrscheinlichkeit, dass es nach einem ungeschützten Geschlechtsverkehr zur Befruchtung einer Eizelle kommt, besteht in der Zeitspanne von ungefähr fünf Tagen vor bis zu rund einem Tag nach dem Eisprung. Nach der Befruchtung vergehen in der Regel sieben bis acht Tage, bis sich die befruchtete Eizelle in die Gebärmutter Schleimhaut eingenistet und damit die Schwangerschaft begonnen hat. Aufgrund dieser Gegebenheiten steht für die Notfallverhütung, welche nur vor dem Einnisten der Eizelle wirksam ist, lediglich eine sehr kurze Zeitspanne zur Verfügung. Die am häufigsten angewendete Methode zur Notfallverhütung besteht in der kurzfristigen Verabreichung einer hohen Hormondosis, die in Abhängigkeit des Zeitpunktes im Monatszyklus den Eisprung verzögert oder sogar vollständig unterdrückt oder aber das Einnisten der befruchteten Eizelle in die Gebärmutter Schleimhaut verhindert.

### **Einsatz nur im Notfall**

Für die hormonelle Notfallverhütung wird seit den Siebzigerjahren ein Präparat eingesetzt, das die beiden Hormone Östrogen und Gestagen enthält und spätestens 48 Stunden nach dem ungeschützten Geschlechtsverkehr eingenommen werden muss. Mit diesem Kombinationspräparat lassen sich 74 Prozent der erwarteten Schwangerschaften vermeiden, wobei aber bei rund der Hälfte der Frauen Übelkeit und Erbrechen als Nebenwirkungen auftreten. Seit rund zwei Jahren steht nun ein weiteres Präparat für die hormonelle Notfallverhütung zur Verfügung, das nur ein Gestagen enthält und bis zu 72 Stunden nach dem ungeschützten Geschlechtsverkehr eingenommen werden kann. Dieses Monopräparat vermag bei einer Anwendung innerhalb von 24 Stunden nach dem ungeschützten Geschlechtsverkehr 95 Prozent der Schwangerschaften zu verhindern, und bei einer Einnahme innerhalb von 24 bis 48 Stunden beträgt die empfängnisverhütende Wirksamkeit immer noch 85 Prozent. Neben der hohen Zuverlässigkeit zeichnet sich das Monopräparat aber auch durch eine gute Verträglichkeit aus, da Übelkeit und Erbrechen im Vergleich zum Kombinationspräparat wesentlich seltener vorkommen.

### **Verhütungsmethode überdenken**

Nach der Einnahme des Hormonpräparates stellt sich zumeist wieder der normale Zyklus ein, wobei es aber zu einer etwas verfrühten oder verspäteten Monatsblutung kommen kann. Falls drei Wochen nach der hormonellen Notfallverhütung keine Monatsblutung eingetreten ist, muss ein Schwangerschaftstest durchgeführt oder die Ärztin aufgesucht werden. Ausserdem sollte sich jede Frau nach einer Notfallverhütung unbedingt von ihrer Ärztin über die für sie geeignete Methode zur langfristigen Verhütung beraten lassen, weil die Notfallverhütung wegen der hohen Hormondosis und den damit verbundenen Nebenwirkungen nur im eigentlichen Notfall angezeigt ist.

### **Einsetzen einer Kupferspirale**

Als weitere Möglichkeit zur Notfallverhütung kann bis zu fünf Tagen nach einem ungeschützten Geschlechtsverkehr eine Kupferspirale in die Gebärmutter eingesetzt werden, welche die Befruchtung der Eizelle oder das Einnisten einer befruchteten Eizelle in die Gebärmutter schleimhaut verhindert. Mit der Kupferspirale kann eine ungewollte Schwangerschaft in nahezu allen Fällen vermieden werden, wobei diese Methode aber nicht bei allen Frauen angewendet werden kann. Aus diesem Grund wird die Kupferspirale zur Notfallverhütung vor allem für Frauen empfohlen, bei denen die Zeitspanne für eine hormonelle

Notfallverhütung überschritten ist oder die auch weiterhin mit der Kupferspirale verhüten wollen.

**Notfallverhütung nur für Ausnahmefälle!**

Die Notfallverhütung kann angewendet werden, wenn während der fruchtbaren Zyklusphase ein unzureichend geschützter Geschlechtsverkehr stattgefunden hat:

- Kein Verhütungsmittel angewendet
- Einnahme der Pille vergessen
- Erbrechen oder Durchfall nach der Einnahme der Pille
- Kondom abgerutscht oder gerissen
- Komplikationen mit dem Diaphragma oder dem Pessar
- Erzwungener Geschlechtsverkehr

*Dr. med. Snežina Juricek*

*Fachärztin FMH für Gynäkologie und Geburtshilfe*