

Hormonpräparate gelten als sicherste Methode

Hormonpräparate gelten als sicherste Methode.

Ob Pille, Spirale oder gar ein Hormonimplantat - Frauen haben heute zahlreiche Möglichkeiten, eine Schwangerschaft zu verhindern. Vergleichsweise neue Entwicklungen wie der Scheidenring ergänzen das Angebot. Doch nicht jedes Mittel ist gleichermaßen für jede Frau geeignet.

"Die Hormonpräparate sind bis heute immer noch die sichersten", erklärt der Endokrinologe Alfred O. Mueck vom Institut für Frauengesundheit Baden-Württemberg in Tübingen. "Sie haben einen Pearl-Index von unter eins und gelten daher als extrem sicher." Der Index gibt an, wie viele von 100 Frauen pro Jahr trotz Anwendung der genannten Verhütungsmethode schwanger werden.

Das von rund 55 Prozent der Frauen am häufigsten angewandte Verhütungsmittel ist daher nach wie vor die Anti-Baby-Pille, ein Kombi-Präparat aus dem weiblichen Hormon Östrogen und einem sogenannten Gelbkörperhormon. "Während das Östrogen den Eisprung verhindert, lässt das Gelbkörperhormon den Schleim am Muttermund dickflüssig werden", erklärt der Gynäkologe Christian Albring aus Hannover. Für Spermien sei der Schleim daher nicht mehr durchlässig und schränke zudem auch die Spermien in ihrer Funktion ein.

Die Vorteile dieser verschreibungspflichtigen Verhütungsform liegen dabei nicht nur in der Anwendung, die zwar regelmäßig erfolgen muss, aber sehr einfach ist. "Die Pille schwächt auch Blutungen und Regelschmerzen ab und ist zyklusstabilisierend", sagt Endokrinologe Mueck. "Außerdem schützt sie, wie Studien ergaben, vor verschiedenen Krebsarten wie Eierstock-, Dickdarm- und Gebärmutterkrebs."

Ob sie das Brustkrebsrisiko erhöhen, ist umstritten. Allerdings sei das Risiko, an Gebärmutterhalskrebs zu erkranken, mit der Pille größer. "Doch das wird wiederum durch die empfohlenen Abstriche und regelmäßigen Untersuchungen beim Frauenarzt aufgefangen", fügt Mueck hinzu. Auch die Fruchtbarkeit sei nach dem Absetzen der Pille meist nicht beeinträchtigt.

Nicht für jede Frau empfiehlt sich jedoch die Anti-Baby-Pille. "Frauen, die schon einmal eine Thrombose hatten oder unter erblich bedingten Gerinnungsproblemen leiden, sind einem größeren Thromboserisiko ausgesetzt", erklärt Mueck. Außerdem soll für Raucherinnen ab 30 die Pille wegen des erhöhten Risikos von Herzinfarkten und Schlaganfällen gar nicht mehr verschrieben werden.

Dieses Risiko ist für vorbelastete Frauen geringer, wenn sie mit der Mini-Pille verhüten, die nur das Gelbkörperhormon in niedrigen Dosen beinhaltet. "Doch anders als bei der klassischen Pille ist der zeitliche Spielraum, den man bei der Einnahme hat, geringer", sagt Mueck. Statt bis zu zwölf Stunden muss die Mini-Pille mit höchstens drei Stunden Verzögerung im Vergleich zum Vortag eingenommen werden.

Über die Pille und die Mini-Pille hinaus gibt es heutzutage aber auch noch weitere Möglichkeiten der hormonalen Verhütung. "Der Scheidenring ist beispielsweise stark im Kommen", erklärt Albring, der auch der Präsident des Berufsverbandes der Frauenärzte ist. "Er ist niedriger dosiert als die Anti-Baby-Pille und lässt sich sehr einfach anwenden und wieder entfernen."

Der Vorteil dieses Rings liege darin, dass man ihn nur einmal im Monat einführen müsse und so nicht die Gefahr bestehe, die Einnahme zu vergessen. "Manchen Frauen ist allerdings die Art der Anwendung direkt in der Scheide unangenehm", fügt der Frauenarzt hinzu. Außerdem sei er teurer als die Pille.

Darüber hinaus gibt es auch Hormonpflaster und -implantate. "Das Pflaster muss wöchentlich, also innerhalb von drei Wochen dreimal aufgeklebt werden", erklärt Albring. "Dabei geht das Hormon über die Haut ins Blut." Das Implantat wird gleich für drei Jahre eingesetzt und muss dann wieder herausoperiert werden. "Der Vorteil ist, dass die Frau nicht täglich daran denken muss, eine Pille einzunehmen."

Diesen Vorteil haben auch die sogenannten Spiralen, bei denen man zwischen einer Hormon- und einer Kupferspirale unterscheidet und die vom Frauenarzt für fünf Jahre eingesetzt werden. "Die Spiralen sind so zuverlässig wie die Pille, wirken aber nur da, wo sie wirken sollen - und nicht wie die Pille im ganzen Körper", erläutert Albring. Doch egal, um welche Spirale es sich handelt: "Wichtig ist in jedem Fall, dass vom Arzt gerade am Anfang kontrolliert wird, ob sie auch richtig sitzt."

Eine Frau, die auf Hormone bei der Verhütung verzichten will, hat auch noch andere Möglichkeiten. "Allerdings handelt es sich dabei meist um Mittel, die unmittelbar vor dem Geschlechtsverkehr angewendet werden müssen", erklärt Experte Albring. Doch sei die Sicherheit - etwa bei Pessaren - wegen der Verrutschungs- oder Beschädigungsgefahr längst nicht so groß wie bei Hormonpräparaten.

Von den nichthormonellen Verhütungsmitteln ist das Kondom am weitesten verbreitet. Gerade bei neuen Partnern oder

beim Sex mit häufig wechselnden Partnern sollte es trotz Pille verwendet werden. "Das Kondom dient schließlich nicht nur der Verhütung", erklärt Marita Völker-Albert, Sprecherin der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung in Bonn. "Es bietet auch Schutz vor HIV und anderen Krankheiten wie Hepatitis, Tripper oder Syphilis, die beim Geschlechtsverkehr übertragen werden können."

Quelle: dpa