

## Station 3: Diaphragma

1. Nenne die Vor- und Nachteile des Diaphragmas!
2. Ordne ein, ob es sich um ein hormonelles, ein mechanisches oder ein natürliches Verhütungsmittel handelt!
3. Erkläre, wie man ein Diaphragma richtig benutzt! Beschreibe dabei auch, auf welche Weise ein Diaphragma funktioniert!

### Diaphragma

Das Diaphragma ist ein biegsamer Ring mit einer gespannten Gummihaut. Du bestreichst ihn direkt vor dem Geschlechtsverkehr (frühestens zwei Stunden zuvor) mit einem Gel, das Spermien abtötet. Dann führst du den Ring in die Vagina (Scheide) ein. **Wie eine Barriere sitzt das Diaphragma genau vor dem Muttermund.** So gelangen keine Spermien in die Gebärmutter. Nach dem Geschlechtsverkehr lässt du es noch mindestens acht Stunden lang in der Vagina (Scheide). Dann ziehst du es heraus und wäschst es ab. Das Diaphragma wird in einer Frauenarztpraxis oder Beratungsstelle in der Größe angepasst. Es hält etwa zwei Jahre.

### Vorteile

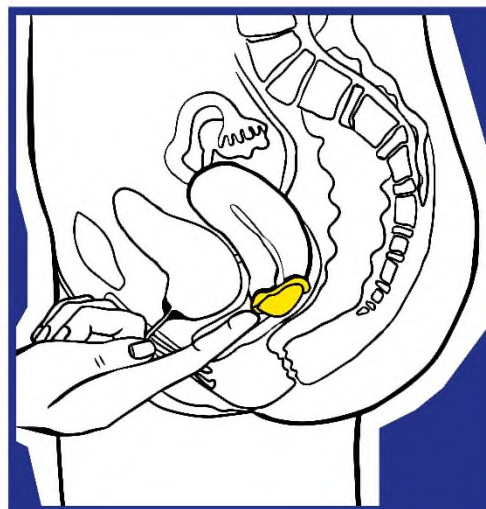
- # Greift nicht hormonell in dein Körpergeschehen ein.
- # Du musst es nur anwenden, wenn du es brauchst.
- # Du brauchst dafür kein Rezept (musst es aber in der Frauenarztpraxis anpassen lassen).

### Nachteile

- # Du musst ein bisschen üben, bis es perfekt sitzt – sonst verhütet es nicht sicher!
- # Du bezahlst es selbst (Kosten: ca. 50 Euro, Gel ca. 9 Euro).
- # Das Gel brennt manchen Männern am Penis.
- # Schützt nicht vor HIV/AIDS oder anderen sexuell übertragbaren Infektionen (STI) wie z. B. Chlamydien oder Tripper.

### Sicherheit

- # Wenn es richtig sitzt, ist ein Diaphragma so sicher wie ein Kondom.



Diaphragmen werden oft in Kombination mit chemischen Verhütungsmitteln verwendet.

Lies dazu die nachfolgenden Informationen!

**CHEMISCHE VERHÜTUNG** • Zur Verhütung geeignet sind auch Substanzen, die die Spermienzellen abtöten und zusätzlich eine mechanische Barriere bilden. Am bekanntesten sind die **Schaumzäpfchen**, die einige Zeit vor dem Geschlechtsverkehr in die Vagina eingeführt werden und eine Schaumbarriere vor dem Muttermund bilden. Es gibt sie aber auch in anderen Formen wie **Salben, Gels** oder **Schaumsprays**. Diese *chemischen Verhütungsmittel* gelten als relativ unsicher. Allerdings erhöhen sie die Sicherheit der Verhütung, wenn sie in Kombination mit anderen Verhütungsmitteln angewandt werden. So wird zum Beispiel der Rand eines *Diaphragmas* vor dem Einführen in die Scheide mit einem solchen Gel bestrichen. Der Schaum des Gels kann dann verhindern, dass Spermienzellen lebend durch kleine Lücken zwischen dem Rand des Diaphragmas und der Scheidenwand gelangen. Die Kombination mit einem *Kondom* kann je nach Präparat die Sicherheit erhöhen, aber auch herabsetzen, da manche Schaumpräparate das Kondom porös machen.

---

Axel Goldberg (Hg.): Biosphäre. Band 8 Gymnasium Sachsen. Berlin 2021. S. 93.

Zusatzinformation:

Sehr ähnlich funktionieren die Verhütungsmittel Portiokappe und Lea contraceptivum. Informiere dich bei Interesse dazu im Internet!