

Station 10: Die Verhütungsmittel im Vergleich – **Hilfekarte**

▪ Verhütungsmethoden nach Wirkung unterscheiden:

(1) mechanisch	(2) hormonell	(3) chemisch	(4) natürlich
Wirkung durch: - Erzeugung einer Barriere für die Spermien auf dem Weg zur Eizelle	Wirkung durch: - Künstlich hergestellte Hormone	Wirkung durch: Substanzen, die Spermien abtöten → Sogenannte Spermizide	Wirkung durch: Beobachtungen und Messungen natürlicher Körpervorgänge → Verzicht auf Chemie und Hormone

▪ Die Sicherheit von Verhütungsmitteln einschätzen

Mithilfe des Pearl-Index

= Indikator, wie sicher die jeweilige Verhütungsvariante ist

- zeigt an, wie viele von 100 gebärfähigen Frauen trotz der genutzten Variante innerhalb eines Jahres mit regelmäßigem Sex schwanger werden

→ Je kleiner der Pearl-Index, desto sicherer ist das Verhütungsmittel!

Verhütungsmethode	Anzahl von Schwangerschaften bei 100 Frauen nach einem Jahr Anwendung (in %)	
	Bei fehlerfreiem Gebrauch	Bei typischem Gebrauch
Hormonstäbchen	0,05	0,05
Hormonspirale	0,2	0,2
Kupferspirale	0,6	0,8
Pille	0,3	8
Verhütungspflaster	0,3	8
Kondom	2	15
Frauenkondom	5	21
Coitus interruptus	4	27
Keine Methode	85	85

Abbildung 1: <https://blog.hopitalvs.ch/wp-content/uploads/2020/07/Verhutungsmethode.jpg>

Verhütungsmethode	Pearl-Index
Hormonimplantat	0 - 0,08 ¹⁾
Verhütungsschirmchen*	0,2 - 0,4 ¹⁾
Hormonpflaster	0,2 - 0,9 ¹⁾
Kombinationspille	0,1 - 1,0 ^{1,2)}
Verhütungsring	0,4 - 0,65 ¹⁾
3-Monats-Spritze	0,3 - 1,4 ¹⁾
Östrogenfreie Pille	0,03 - 0,3 ¹⁾
Kupferspirale	0,9 - 3 ¹⁾
Kondom	2 - 12 ¹⁾
Temperaturmethode	3 - 9 ¹⁾
Portiokappe	5 - 36 ¹⁾
Diaphragma	1 - 20 ¹⁾
Chemische Verhütungsmittel*	3 - 21 ¹⁾
Kalendermethode (Knaus-Ogino)	9 ¹⁾

1) Nach den Leitlinien der DGGG, überarbeitet 5/2008. 2) Kuhl H, Jung-Hoffmann C. Kontrazeptiva. Vol. 2. Stuttgart: Georg Thieme Verlag, 1999. 3) Bultar J, Michalski H. Gynäkologie: Ein Kurzgefasstes Lehrbuch/Kern. Vol. 4. Stuttgart: Georg Thieme Verlag, 1995; Lidenberger FA. Klinische Endokrinologie. Modifiziert nach den Leitlinien der DGGG, überarbeitet 5/2008 für Frauenärzte. Berlin: Springer Verlag, 1995. * Verhütungsschirmchen = IUD-mittels IUS = intrauterines System mit Wirkstofffreisetzung ** Zügeln, Crema, Gel, Schaum etc.

Abbildung 2: <https://bewusstverhueten.de/wp-content/uploads/2019/06/pearlindex.png>