

Station 8: Natürliche Verhütung

1. Nenne die drei Varianten der natürlichen Verhütung, die im Text benannt werden.
2. Erkläre, wie diese Methoden funktionieren und wie sicher sie sind!

NATÜRLICHE VERHÜTUNG · Eine Möglichkeit der Verhütung besteht darin, dass der Mann kurz vor dem Orgasmus den Penis aus der Vagina zieht, sodass der Samenerguss außerhalb der Scheide stattfindet. Dieses „Vorgehen“, auch **Coitus interruptus** genannt, ist keine Methode zur Verhütung, da bereits lange vor dem eigentlichen Samenerguss einzelne Spermienzellen aus dem Penis austreten können. Bei einer anderen Methode protokolliert die Frau über mehrere Monate den Ablauf ihrer Zyklen und errechnet so, wann sie schwanger werden kann. Da sich die Körpertemperatur nach dem Eisprung für einige Tage um etwa 0,5 Kelvin erhöht, kann eine Frau auch durch tägliche Temperaturmessungen vor dem Aufstehen ihre empfängnisbereiten Tage feststellen. Diese **Temperaturmethode** erfordert jedoch wie die **Kalendermethode** regelmäßige Zyklen und viel Erfahrung bei der Durchführung. Als Verhütungsmethoden sind sie deshalb unsicher und vor allem für Jugendliche nicht geeignet. Sie werden natürliche Verhütungsmethoden genannt.