

Inhalt

Was sind chemische Verhütungsmittel?	3
Die unterschiedlichen Wirkungsweisen chemischer Verhütungsmittel	3
Wie sicher sind chemische Verhütungsmittel?	4
Was ist bei der Anwendung zu beachten?	5
Vorteile	6
Nachteile und Nebenwirkungen	6
Wie sind chemische Verhütungsmittel erhältlich?	9
Und wenn dennoch eine Schwangerschaft eintritt?	9
Weitere Fragen?	9
Ihre Rechte sind uns wichtig	10
Unsere Beratung soll Ihnen nützen	10
Broschüren der pro familia	11
Landesverbände der pro familia	12

Impressum: © 1991, pro familia Deutsche Gesellschaft für Familienplanung, Sexualpädagogik und Sexualberatung e.V., Bundesverband, Stresemannallee 3, 60596 Frankfurt am Main, Telefon 069 / 63 90 02. www.profamilia.de
4. überarbeitete Auflage 2004, 245.000-285.000.
Grafik-Design: www.warminski.de
Gefördert von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA).

Was sind chemische Verhütungsmittel?

Chemische Verhütungsmittel werden vor dem Geschlechtsverkehr in die Scheide eingeführt. Es gibt sie in verschiedenen Formen, nämlich als Zäpfchen, Gel, Schaum, Creme, Tabletten, Schwämmchen oder Film. Chemische Verhütungsmittel sollen dafür sorgen, dass die Spermien nicht mehr in der Lage sind, das Ei zu befruchten. Das geschieht auf dreierlei Wegen: Die Spermien werden abgetötet, sie werden durch eine Barriere daran gehindert, bis zur Eizelle vorzudringen oder aber sie werden in ihrer Bewegungsfähigkeit eingeschränkt. Je nach Mittel unterscheiden sich die Wirkungsweisen geringfügig voneinander.

Die unterschiedlichen Wirkungsweisen chemischer Verhütungsmittel

Die abtötende Wirkung

Die samenabtötende Wirkung ist die wichtigste Eigenschaft der chemischen Verhütungsmittel. Die in den Cremes und Zäpfchen enthaltenen Stoffe, die sogenannten Spermizide, greifen die Spermien direkt an. Zunächst löst sich die Zelloberfläche auf, die Spermienzelle schrumpft, sie verliert ihre Fähigkeit zur Fortbewegung und stirbt schließlich ab. Das bekannteste dieser Spermizide heißt »Nonoxinol-9«.

Die lähmende Wirkung

Neben Nonoxinol-9 gibt es auch andere chemische Wirkstoffe, wie z.B. Milchsäure oder Zitronensäure. Diese beeinflussen das Scheidenmilieu: Es wird so verändert, dass die Spermien sich nicht mehr bewegen können und somit nicht mehr in der Lage sind, sich auf die Eizelle hinzubewegen und sie zu befruchten. Da diese Wirkstoffe die Spermien nur lähmen und nicht abtöten, gelten sie als unsicherer.

Die Barriere

Bestimmte chemische Verhütungsmittel, wie beispielsweise die Schaumzäpfchen oder Schaumsprays, haben eine doppelte Wirkung: Sie bilden in der Scheide, direkt am Muttermund, eine Barriere, so dass die

Spermien nur sehr schwer bis zur Eizelle vordringen können. Durch die vielen Schaumbäschen kann sich dabei der samenabtötende Wirkstoff besonders gut verteilen.

Außerdem gibt es Präparate, die zwei Wirkweisen in sich vereinen.

Der Verhütungsschwamm ist durchtränkt mit einer samenabtötenden Substanz, so dass er, tief in die Scheide eingeführt, vor der Gebärmutter eine Barriere bildet und die ankommenden Spermien abtötet. Der Vaginalfilm funktioniert nach dem gleichen Prinzip wie der Verhütungsschwamm. Auch der Vaginalfilm ist mit einem samenabtötenden Mittel durchtränkt und wirkt deshalb in doppelter Weise. Der Vaginalfilm ist derzeit in Deutschland nicht erhältlich.

Wie sicher sind chemische Verhütungsmittel?

Zur Sicherheit der chemischen Verhütungsmittel gibt es unterschiedliche Studienergebnisse. Da sich die einzelnen Mittel schlecht miteinander vergleichen lassen, muss jedes für sich betrachtet werden. Der sogenannte Pearl-Index (Zahl der Schwangerschaften im Jahr auf 100 Frauen) gibt Auskunft über die Zuverlässigkeit. Der Index bei chemischen Verhütungsmitteln liegt zwischen 8 und 36, je nach Präparat.

Insgesamt werden chemische Verhütungsmittel als unzuverlässig eingestuft, wenn sie allein angewendet werden. Daher ist es ratsam, sich nicht allein auf die Chemie zu verlassen. Eine Kombination von Gel oder Creme mit sogenannten Barrieremethoden wie zum Beispiel Diaphragma, Portiokappe oder Lea Contraceptivum erhöht die Wirksamkeit beträchtlich. Der Pearl-Index liegt hier bei 2-7 Schwangerschaften in einem Jahr auf 100 Frauen.

Die gleichzeitige Anwendung von Kondomen und chemischen Verhütungsmitteln wird in der Regel nur empfohlen, wenn die chemische Substanz das Kondom nicht beschädigt. Benutzen Sie also spermizidhaltige Produkte nur dann zusammen mit einem Kondom, wenn es vom Hersteller ausdrücklich so empfohlen wird (Beipackzettel!).

Was ist bei der Anwendung zu beachten?

Allen Packungen mit chemischen Verhütungsmitteln liegen Gebrauchsanweisungen bei, die Sie in jedem Fall lesen sollten.

Eine ausreichende Sicherheit bieten chemische Verhütungsmittel nur in Kombination mit Barrieremethoden. Kombiniert wird, indem die Creme oder das Gel vor dem Einführen auf diejenige Seite des mechanischen Mittels aufgetragen wird, die später dem Muttermund zugewandt ist.

Wichtig ist, dass das Verhütungsmittel bei jedem Geschlechtsverkehr angewendet wird, also auch dann, wenn man meint, sich in den »sichereren«, d.h. unfruchtbaren Tagen zu befinden. Der Monatszyklus reagiert sensibel auf äußere Einflüsse wie Stress, Ängste, Reisen oder auch auf andere Medikamente, weshalb man sich nicht auf seine Regelmäßigkeit verlassen kann. »Sichere« bzw. »unsichere« Tage lassen sich daher nicht klar errechnen.

Bei der Benutzung von chemischen Verhütungsmitteln sind immer drei Dinge zu beachten:

Die richtige Platzierung

Das Mittel muss tief in die Scheide, direkt vor dem Muttermund, platziert werden. Bei Cremes oder Gels finden Sie dafür einen Applikator, meist ein Plastikstäbchen, in der Verpackung. Das erleichtert die Platzierung. Zäpfchen, Tabletten, Schwämmchen oder Film werden mit dem Finger an die richtige Stelle gebracht.

Die Zeit bis zum Eintritt der Wirkung

Einige Verhütungsmittel, wie etwa Creme oder Gel, sind direkt nach dem Einführen wirksam, andere hingegen, wie z.B. Zäpfchen, Film oder Tabletten, brauchen dafür ungefähr 15 Minuten. Dann erst, wenn sie sich vollständig aufgelöst haben, entfalten sie ihre volle Wirksamkeit.

Die Dauer der Wirkung

Im Allgemeinen sind chemische Verhütungsmittel etwa zwei Stunden lang wirksam. Das Präparat kann

also auch eine bis eine halbe Stunde vor dem Geschlechtsverkehr eingeführt werden. Beachten Sie aber, dass sich die Wirkung nicht verlängert. Sind die zwei Stunden vorbei, ist auch die Wirksamkeit nicht mehr gewährleistet. Vor jedem weiteren Verkehr, auch innerhalb dieser zwei Stunden, muss das Mittel noch einmal eingeführt werden. Außerdem sollte darauf geachtet werden, dass das Mittel nicht wieder aus der Scheide herausläuft. Eine Ausnahme bildet hier der Verhütungsschwamm. Bis zu 12 Stunden kann ein Schwamm laut Herstellerangaben in der Scheide bleiben (je nach Produkt) ohne die Schutzfunktion einzubüßen. Dies gilt unabhängig davon, wie häufig in diesem Zeitraum Geschlechtsverkehr stattfindet. Das Schwämmchen sollte dann frühestens 6 Stunden nach dem Verkehr entfernt werden.

Vorteile

Ein Vorteil chemischer Verhütungsmittel ist, dass sie nur bei Bedarf eingesetzt werden. Sie greifen nicht in den Hormonhaushalt ein und beeinträchtigen somit nicht die natürlichen Körperabläufe. Außerdem sind sie rezeptfrei und für jede/n leicht erhältlich.

Nachteile und Nebenwirkungen

Der größte Nachteil ist die Unzuverlässigkeit der chemischen Verhütungsmittel, wenn sie allein angewendet werden.

Produkte auf Milchsäure- beziehungsweise Zitronensäurebasis sind nebenwirkungsärmer als Nonoxynolhaltige Produkte.

Manche Frauen verspüren nach dem Einführen des Mittels ein Wärmegefühl und ein unangenehmes Brennen, ausgelöst durch eine Schleimhautreizung. Die eingesetzten Chemikalien können auch allergische Reaktionen auslösen. Das gilt sowohl für Frauen als auch für Männer. Wer für Scheideninfektionen anfällig ist, der sollte besser auf Nonoxynolhaltige Verhütungsmittel verzichten.

Die Reizung der Schleimhäute erhöht außerdem die Infektionsgefahr. Laut einer Studie der Vereinten

Ihre Meinung zählt

Liebe Leserin, lieber Leser,

pro familia möchte zuverlässig und gut verständlich über Sexualität, Verhütung und Partnerschaft informieren. Wir arbeiten an der ständigen Verbesserung unseres Angebots. Deshalb möchten wir gern von Ihnen erfahren, wie zufrieden Sie mit der Broschüre »Chemische Verhütungsmittel« waren.

Ihr Alter: _____

Ihr Geschlecht

weiblich männlich

Wo haben Sie die Broschüre erhalten?

- pro familia Beratungsstelle
 andere Beratungseinrichtung
 Arztpraxis / Apotheke
 Schule
 Privatperson
 andere _____

Fühlen Sie sich nach Lektüre der Broschüre umfassend informiert?

- ja nein weiß nicht

War der Text der Broschüre verständlich?

- sehr gut gut zufriedenstellend unzureichend

Welche Informationen haben Sie vermisst?

Sonstige Anregungen / Anmerkungen

Bitte ausfüllen, ausschneiden und schicken an:

pro familia Bundesverband

Stresemannallee 3

60596 Frankfurt am Main

oder faxen an: Fax 0 69 / 63 98 52

Vielen Dank!



Nationen (UN) infizierten sich Frauen, die chemische Verhütungsmittel mit dem Wirkstoff Nonoxynol-9 benutzen, deutlich häufiger mit dem HI-Virus. Chemische Verhütungsmittel schützen also weder vor Aids noch vor anderen sexuell übertragbaren Erkrankungen. Einen zuverlässigen Schutz bieten hier nur Kondome.

Wie sind chemische Verhütungsmittel erhältlich?

Die Präparate sind rezeptfrei in Drogerien und Apotheken erhältlich. Die Preise bewegen sich zwischen 7 und 12 €, je nach Präparat. Vor der Benutzung chemischer Verhütungsmittel wird empfohlen, sich über Anwendung und Kombinationsmöglichkeiten individuell beraten zu lassen.

Und wenn dennoch eine Schwangerschaft eintritt?

Sollten Sie trotz der Anwendung chemischer Verhütungsmittel schwanger werden, brauchen Sie keine Angst zu haben, das Kind könne durch die Mittel geschädigt sein. Dazu durchgeführte Studien haben diese Befürchtung nicht bestätigt. Nach derzeitigen Erkenntnissen sind Samenzellen, die chemisch angegriffen wurden, so geschädigt, dass sie keine Eizelle mehr befruchten können. Insofern kann man davon ausgehen, dass eine Schwangerschaft nur dann eintreten kann, wenn die Samenzellen nicht mit den chemischen Substanzen in Berührung gekommen sind.

Weitere Fragen?

Wenn Sie mehr wissen wollen oder Fragen haben, wenden Sie sich an eine Ärztin, einen Arzt oder eine pro familia-Beratungsstelle. Bei pro familia können Sie sich ausführlich über alle Fragen im Zusammenhang mit Verhütungsmethoden informieren und beraten lassen. Wir nehmen uns Zeit für Sie.

Ihre Rechte sind uns wichtig

Wenn Sie zu **pro familia** kommen, haben Sie das Recht auf umfassende Information und Beratung. Ganz gleich, was Sie zu uns führt, wir nehmen Sie ernst und achten Ihre persönliche Würde. Wir behandeln Ihre Anfragen vertraulich und sorgen dafür, dass Ihre Privatsphäre zu jeder Zeit gewahrt bleibt. Bei uns begegnen Ihnen fachlich erfahrene Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die zur Verschwiegenheit verpflichtet sind und Sie auch beraten, wenn Sie anonym bleiben möchten.

Wenn Sie zu **pro familia** kommen, haben Sie das Recht auf Ihre eigene Meinung und Entscheidung. Mit unseren Angeboten wollen wir Ihnen frei von Vorurteilen nützliche Informationen geben, so dass Sie danach selbst entscheiden können, was Sie tun; zum Beispiel, welche Methode der Schwangerschaftsverhütung für Sie in Frage kommt und ob Sie dafür unsere weiteren Dienstleistungen in Anspruch nehmen möchten oder nicht.

Zu **pro familia** können Sie gern mehrmals kommen. Sie haben Anspruch auf Nachberatungen, und wir begleiten Sie gern auch über längere Zeiträume, wenn Sie das wünschen. Sollten wir Ihnen einmal nicht weiterhelfen können, so nennen wir Ihnen andere Einrichtungen, die auf die Besonderheiten Ihrer Probleme spezialisiert sind. Auf Ihrem Weg dorthin werden wir Sie unterstützen.

Auch wir sind nicht allwissend. Schwachstellen oder Fehler können wir aber nur beseitigen, wenn wir sie kennen. Darum sind wir auf Ihre kritische Meinungsäußerung angewiesen. Sprechen Sie offen mit uns: Ihr Recht auf Kritik hilft uns.

Unsere Beratung soll Ihnen nützen

In der Beratung kommt es uns darauf an, Ihnen umfassende Informationen auf verständliche Weise zu vermitteln. Bitte überprüfen Sie, ob uns das gelungen ist: Können Sie jetzt eine Entscheidung treffen, oder haben Sie noch Fragen? Wenn ja, scheuen Sie sich nicht, uns nochmals anzurufen oder zu besuchen. Sie können dazu Ihren Partner, Ihre Partnerin oder eine andere Person Ihres Vertrauens jederzeit gerne mitbringen.

Broschüren der pro familia

Folgende Broschüren können Sie – soweit vorrätig – in den Beratungsstellen oder über die Bundesgeschäftsstelle der **pro familia**, Stresemannallee 3, 60596 Frankfurt am Main, Tel.: 0 69 / 63 90 02, erhalten (die mit * bezeichneten Titel können Sie auch im Internet unter www.profamilia.de als PDF-Datei downloaden)

Broschürenreihe Verhütungsmethoden

- Chemische Verhütungsmittel*
- Das Diaphragma*
- Das Kondom*
- Die Pille*
- Die Portiokappe
- Die Spirale*
- Hormonale Langzeitverhütung*
- »Pille danach« und »Spirale danach«
Hilfe nach ungeschütztem Geschlechtsverkehr
- Sterilisation*

Broschürenreihe Körper und Sexualität

- Menstruation*
- Körperzeichen weisen den Weg*
Möglichkeiten der Fruchtbarkeitswahrnehmung
- Schwangerschaftsabbruch*
- Sexualität und körperliche Behinderung*
- Sexualität und geistige Behinderung*
- Sexuell übertragbare Krankheiten*
- Schwangerschaftsabbruch*
- Medikamentöser Schwangerschaftsabbruch* (Faltblatt)

Broschürenreihe Sexualität und Älterwerden

- Wechseljahre*
- Sexualität und Älterwerden
Wenn Probleme auftauchen... (geplant)

Broschürenreihe Schwangerschaft

- Vorgeburtliche Untersuchung*
- Unerfüllter Kinderwunsch*

Informationsmaterialien für junge Leute

- Kondom. Pariser. Gummi. Präser(vativ)

Broschüren und Informationsmaterialien für ausländische Ratsuchende

- Wer bietet was auf dem Gebiet der Familienplanung, Sexualität und Partnerschaft, bei Fragen der Gesundheit? (In Arabisch, Englisch, Französisch, Griechisch, Italienisch*, Persisch, Polnisch, Portugiesisch, Rumänisch, Russisch*, Serbokroatisch, Spanisch, Türkisch*)

Empfängnisregelung – womit?

- (In Arabisch, Englisch*, Französisch*, Griechisch, Italienisch, Persisch, Polnisch, Portugiesisch, Rumänisch, Russisch*, Serbokroatisch, Spanisch, Türkisch*)

Kondom. Pariser. Gummi. Präser(vativ)

- (In Arabisch, Griechisch, Persisch, Polnisch, Rumänisch, Russisch, Serbokroatisch, Türkisch)

Medikamentöser Schwangerschaftsabbruch (In Serbokroatisch* und Türkisch*, Faltblatt)

- Schwangerschaftsabbruch (In Kroatisch* und Türkisch*)

pro familia Landesverbände

Baden-Württemberg
Haußmannstraße 6
70188 Stuttgart
☎ 07 11 / 2 59 93 53
lv.baden-wuerttemberg@profamilia.de

Bayern
Düsseldorfer Straße 22
80804 München
☎ 0 89 / 30 61 12 85
lv.bayern@profamilia.de

Berlin
Kalckreuthstraße 4
10777 Berlin
☎ 0 30 / 2 13 90 20
lv.berlin@profamilia.de

Brandenburg
Gartenstraße 42
14482 Potsdam
☎ 03 31 / 7 40 83 97
lv.brandenburg@profamilia.de

Bremen
Hollerallee 24
28209 Bremen
☎ 04 21 / 3 40 60 60
lv.bremen@profamilia.de

Hamburg
Kohlhöfen 21
20355 Hamburg
☎ 0 40 / 34 33 44
lv.hamburg@profamilia.de

Hessen
Palmengartenstraße 14
60325 Frankfurt/Main
☎ 0 69 / 44 70 61
lv.hessen@profamilia.de

Mecklenburg-Vorpommern
Barnstorfer Weg 50
18057 Rostock
☎ 03 81 / 3 13 05
lv.mecklenburg-vorpommern@profamilia.de

Ihre nächste Beratungsstelle

Stempel der Beratungsstelle

Niedersachsen
Steintorstraße 6
30159 Hannover
☎ 05 11 / 30 18 57 80
lv.niedersachsen@profamilia.de

Nordrhein-Westfalen
Hofaue 21
42103 Wuppertal
☎ 02 02 / 2 45 65 10
lv.nordrhein-westfalen@profamilia.de

Rheinland-Pfalz
Schießgartenstraße 7
55116 Mainz
☎ 0 61 31 / 23 63 50 / 54
lv.rheinland-pfalz@profamilia.de

Saarland
Mainzer Straße 106
66121 Saarbrücken
☎ 06 81 / 6 45 67
lv.saarland@profamilia.de

Sachsen
Weststraße 56
09112 Chemnitz
☎ 03 71 / 3 55 67 90
lv.sachsen@profamilia.de

Sachsen-Anhalt
Richard-Wagner-Straße 29
06114 Halle
☎ 03 45 / 5 22 06 36
lv.sachsen-anhalt@profamilia.de

Schleswig-Holstein
Marienstraße 29-31
24937 Flensburg
☎ 04 61 / 9 09 26 20
lv.schleswig-holstein@profamilia.de

Thüringen
Bahnhofstraße 27/28
99084 Erfurt
☎ 03 61 / 6 43 85 14
lv.thueringen@profamilia.de

pro familia tritt für den verantwortlichen Umgang mit knappen Ressourcen ein. Wenn Sie diese Broschüre nicht mehr benötigen, geben Sie sie bitte an Interessierte weiter. Vielen Dank.

PLZ, Ort

Straße, Hausnummer

Vorname

Name

Bitte freimachen

pro familia Bundesverband

Stresemannallee 3

D-60596 Frankfurt am Main