

Verhütung aktuell

DAS VERHÜTUNGSPFLASTER

Das Verhütungspflaster ist wie die Pille eine hormonelle Methode der Schwangerschaftsverhütung. Das Verhütungspflaster ist 4,5 x 4,5 cm groß und wird auf die Haut aufgeklebt. Das Verhütungspflaster ist seit 2003 auf dem Markt und muss durch eine Ärztin bzw. einen Arzt verordnet werden. Es kostet für drei Monate 38 Euro.

WIE WIRKT DAS VERHÜTUNGSPFLASTER?

Die Hauptwirkung des Verhütungspflaster besteht darin, dass der monatliche Eisprung (Ovulation) verhindert wird. Verantwortlich dafür sind die im Pflaster enthaltenen Hormone, die über die Haut in das Blut aufgenommen werden. Ebenso wie bestimmte Pillen-Kombinationspräparate enthält das Verhütungspflaster zwei verschiedene Hormonarten und zwar ein Östrogen (Ethinylestradiol) und ein Gestagen (Norelgestromin).

WIE SICHER IST ES?

Das Verhütungspflaster ist etwa ebenso sicher wie die Pille, das heißt, die Verhütungssicherheit liegt bei richtiger Anwendung bei fast 100 %. Bei Frauen mit einem Körpergewicht von mehr als 90 kg wurde allerdings eine höhere Versagerrate beobachtet. Das Verhütungspflaster bietet auch für Frauen Verhütungssicherheit, die unter Magen-Darm-Beschwerden, häufigem Erbrechen oder Durchfall leiden.

WIE WIRD ES ANGEWENDET?

Das Verhütungspflaster wird auf die Haut aufgeklebt. Nach sieben Tagen wird das Pflaster entfernt und durch ein neues ersetzt. Nach 21 bzw. 3x7 Tagen folgt eine Pause von ebenfalls sieben Tagen, in denen normalerweise eine Entzugsblutung einsetzt. Während dieser Pause besteht die Verhütungssicherheit weiter. Das Pflaster sollte immer am gleichen Wochentag gewechselt werden, die Uhrzeit spielt keine Rolle. Das Pflaster soll auf trockene, unbehaarte Haut aufgeklebt

Verhütung aktuell

werden und zwar im Bereich von Gesäß, Bauch, Außenseite des Oberarms und Oberkörper außer auf den Brüsten. Um die Haut zu schonen, sollte das Pflaster jedes Mal an einer anderen Stelle aufgeklebt werden. Vor dem Aufkleben darf die Haut in diesem Bereich nicht eingecremt werden.

WAS IST BEI DER ERSTEN ANWENDUNG ZU BEACHTEN?

Bei erstmaliger Anwendung wird mit dem Aufkleben am ersten Zyklustag begonnen. Es gibt auch die Möglichkeit, bis zum 5. Zyklustag mit der Anwendung zu beginnen. Dann muss die ersten sieben Tage zusätzlich mit Barrieremethoden (zum Beispiel Kondomen) verhütet werden. Beim Wechsel von der Pille zum Pflaster soll das erste Pflaster am ersten Tag der Abbruchblutung oder spätestens am 5. Tag nach der letzten Pilleneinnahme aufgeklebt werden. Beim Wechsel von anderen Methoden zum Pflaster soll die ersten sieben Tage zusätzlich mit Barrieremethoden verhütet werden.

WAS IST ZU TUN, WENN DER PFLASTER-WECHSEL VERGESSEN WURDE?

Zwei Tage über den eigentlichen Zeitpunkt des Pflasterwechsels hinaus werden noch genügend Hormone für den Verhütungsschutz abgegeben. In diesem Zeitraum kann der Pflasterwechsel ohne Weiteres nachgeholt werden.

Sind bereits mehr als zwei Tage vergangen, besteht kein Verhütungsschutz mehr. Mit dem Aufkleben eines neuen Pflasters beginnt dann ein neuer 4-Wochen-Zyklus. Außerdem muss für sieben Tage zur Sicherheit zusätzlich mit Barrieremethoden verhütet werden.

KANN SICH DAS VERHÜTUNGSPFLASTER VORZEITIG ABLÖSEN?

Das Pflaster hält auch beim Sport, beim Duschen, Schwimmen oder in der Sauna. Bei weniger als 2 % der

Verhütung aktuell

Frauen hat sich das Pflaster einmal vollständig abgelöst, bei knapp 3 % teilweise.

Löst sich das Pflaster nur teilweise ab, kann es weiter benutzt werden, wenn es nach dem Andrücken wieder fest klebt. Sonst muss ein neues Pflaster aufgeklebt werden. Wenn das Pflaster nicht mehr selbst klebt, ist es nicht mehr wirksam.

Löst sich das Pflaster ganz ab, kann innerhalb von 24 Stunden ein neues Pflaster aufgeklebt werden, ohne dass der Verhütungsschutz beeinträchtigt wird. War das Pflaster länger als 24 Stunden teilweise oder vollständig abgelöst, besteht kein Verhütungsschutz mehr. Mit dem Aufkleben eines neuen Pflasters beginnt dann ein neuer 4-Wochen-Zyklus. Außerdem muss für sieben Tage zur Sicherheit zusätzlich mit Barrieremethoden verhütet werden.

WELCHE NEBENWIRKUNGEN UND RISIKEN GIBT ES?

Die Nebenwirkungen und Risiken des Pflasters sind mit denen der Pille vergleichbar. Die Hormone greifen in den Zyklus der Frau ein und können unterschiedlich schwere Nebenwirkungen, z. B. Übelkeit, Spannungsgefühle in der Brust oder Veränderungen des Fettstoffwechsels, verursachen. Auch gibt es Erkrankungen, wie Bluthochdruck oder Venenentzündung, bei denen hormonelle Verhütungsmittel nicht angewendet werden sollten. Die kombinierte hormonelle Verhütung ist mit einem erhöhten Risiko für Thrombosen verbunden. Das Risiko steigt unter anderem mit zunehmendem Alter, bei starkem Übergewicht und bei Raucherinnen.

Die Anwendung des Verhütungspflasters sollte deshalb immer nur nach einer ausführlichen ärztlichen Beratung und Untersuchung erfolgen.

Bei knapp 20 % der Frauen führt das Pflaster zu einer Rötung der Haut. Diese ist aber selten so stark, dass das Pflaster nicht weiter angewendet werden kann.

Verhütung aktuell

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.

Stempel der Beratungsstelle

Impressum: © 2005, pro familia Deutsche Gesellschaft für Familienplanung, Sexualpädagogik und Sexualberatung e.V., Bundesverband, Stresemannallee 3, 60596 Frankfurt am Main, Tel. (069) 6390 02, www.profamilia.de, 1. Auflage 2005, 1.–40.000.

Verhütung aktuell

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

Kalkkreuthstraße 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

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
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

Erfurter Straße 28
99423 Weimar
☎ 0 36 43 / 77 03 03
lv.thueringen@profamilia.de

Verhütung aktuell

VERHÜTUNGS- PFLASTER

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.