

Sicherheit in Sachen Verhütung

| | Östrogen und Gestagen Verhütungsmethoden | | | Spiralen - Intrauterine Verhütungsmethoden | | | Gestagen Verhütungsmethoden | | | Hormonfreie Verhütungsmethoden | | | |
|------------------------------|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| | Pille | Hormonring Nuva-Ring® | Hormonpflaster EVRA ® | Hormonspirale Mirena® | Kupferspirale | Kupferbändchen GyneFix® | Hormon-Implantat Implanon ® | Minipille | 3-Monatsspritze | Kondom | Diaphragma/Portiokappe | Zeitwahlmethoden (Computer, Knaus-Ogino, Billings) | Chemische Verhütungsmittel |
| Sicherheit | 0,1-0,9 sehr hohe Sicherheit | 0,4-1,8 hohe Sicherheit | 0,2-0,9 sehr hohe Sicherheit | 0,1-0,2 sehr hohe Sicherheit | 0,9-3 hohe Sicherheit | 0,1-0,3 sehr hohe Sicherheit | 0,1 sehr hohe Sicherheit | 1 hohe Sicherheit | 0,3-1,4 hohe Sicherheit | 2,0-12,0 mittlere Sicherheit | 1,0-20,0 mittlere Sicherheit | 0,3-20 mittlere bis geringe Sicherheit | 3,0-21,0 geringe Sicherheit |
| Funktion | Tablette, mit den Hormonen Östrogen und Gestagen. Eisprung wird verhindert | Scheidenring mit 5,4 cm Durchmesser, enthält die Hormone Östrogen und Gestagen. Wirkt wie die Pille, verhindert den Eisprung | Hautfarbenes Pflaster. Größe 5x5 cm. Wirkung wie Pille, verhindert den Eisprung | Kleines flexibles Kunststoff-T, das das Hormon Gestagen enthält. Verbindet Vorteile von Minipille und Spirale. Verhütet lokal in der Gebärmutter, der Eisprung wird nicht unterdrückt | Kleines Kunststoff-T welches mit Draht umwickelt ist. Die Kupferionen verhindern die Einnistung der Eizelle in der Gebärmutter und hemmen die Beweglichkeit der Spermien. | Kunststoffband mit Kupferstückchen. Die Kupferionen verhindern die Einnistung der Eizelle in der Gebärmutter und hemmen die Beweglichkeit der Spermien. | Kunststoffstäbchen mit dem Hormon Gestagen. Wird in den Arm implantiert. Verhindert den Eisprung | Tablette, die das Hormon Gestagen enthält. Verhindert die Befruchtung und Einnistung der Eizelle | Depot-Spritze mit dem Hormon Gestagen. Verhindert den Eisprung oder die Befruchtung und Einnistung der Eizelle | Gummischutz. Ejakulat kommt nicht in die Scheide | Gummiklappe, die in der Scheide vor dem Muttermund sitzt. Verhindert das Eindringen von Spermien. Kombination mit spermizider Creme oder einem Gel. | Bestimmung des Eisprungs durch Messung des Hormonspiegels und/oder Temperaturmessung und/oder Zyklusberechnung | Spermizide als Zäpfchen, Schaum, Creme oder Gel. Anzuwenden in der Scheide. Bildet eine Sperre für die Spermien und hemmt zusätzlich die Spermienbeweglichkeit. |
| Hormone | Östrogen + Gelbkörperhormon | Östrogen + Gelbkörperhormon | Östrogen + Gelbkörperhormon | Östrogen + Gelbkörperhormon | Keine Hormone | Keine Hormone | Gelbkörperhormon | Gelbkörperhormon | Gelbkörperhormon | Keine Hormone | Keine Hormone | Keine Hormone | Keine Hormone |
| Vorteile | Regelmäßiger Zyklus. Besserung von Regelschmerzen und prämenstruelle Beschwerden (wie z.B. Brustspannen). Verbessert die Haut | Wechsel wird alle 3 Wochen von Anwenderin selbst durchgeführt. Erbrechen oder Durchfall beeinträchtigen die Sicherheit nicht | Anwendung nur einmal die Woche | Keine Anwendungsfehler möglich. Natürlicher Zyklus bleibt erhalten. Kann bis zu 5 Jahre liegen bleiben. Monatsblutung wird schwächer. Anwendung auch in der Stillzeit möglich | Keine Anwendungsfehler möglich. Keine Hormone | Keine Anwendungsfehler möglich. Natürlicher Zyklus bleibt erhalten. Kann bis zu 5 Jahre liegen bleiben. Keine Veränderung der Blutung. Anwendung auch in der Stillzeit möglich. Keine Hormone | Keine Gefahr von Einnahmefehlern. 3 Jahre anhaltender Empfängnischutz | Enthält kein Östrogen. Einnahme auch in der Stillzeit möglich | Keine Gefahr von Einnahmefehlern. 3 Monate anhaltende Verhütungswirkung. Alle 3 Monate erneute Spritze notwendig | Schutz vor sexuell übertragbaren Erkrankungen, mit anderen Verhütungsmethoden kombinierbar. | Kann bis zu 2 Stunden vor dem Verkehr eingesetzt werden | Methode kann einerseits zur Empfängnis-verhütung oder andererseits zur Ovulationskontrolle bei Kinderwunsch eingesetzt werden | Bei Bedarf jederzeit einsetzbar |
| Zu beachten | Tägliche Einnahme nötig, Sicherheit durch Einnahmefehler oder Durchfall/Erbrechen beeinträchtigt | Eventuell unangenehme Selbstmanipulation bei Einlage in die Scheide. Kann beim Sex spürbar sein und unbemerkt verloren gehen. Gefahr von Scheidenentzündungen | Pflaster kann sich eventuell ablösen. Hautreaktion möglich. Pflaster ist sichtbar | Wird durch den Frauenarzt in die Gebärmutter eingelegt. Zu Beginn Zwischenblutung möglich | Wird durch den Frauenarzt in die Gebärmutter eingelegt; Periodenblutung evtl verstärkt; Anwendung bis maximal 3 Jahre | Wird durch den Frauenarzt in die Gebärmutter eingelegt | Muss durch den Frauenarzt in kleiner Operation implantiert und entfernt werden. Unregelmäßige Blutungen, Hautprobleme und Gewichtszunahme möglich | Muss auf 3 Stunden genau eingenommen werden, d.h. erfordert große Disziplin bei der Einnahme. Zyklusunregelmäßigkeiten sind möglich | Wird alle 3 Monate oder 12 Wochen durch den Frauenarzt gespritzt. Unregelmäßige Blutungen und Gewichtszunahme möglich | Beschädigung durch Platzen oder Risse möglich. | Anpassung durch den Arzt notwendig. Bei mehrmaligem Verkehr muss erneut Gel eingeführt werden. Entfernung kann frühestens 6 Stunden nach dem Sex erfolgen | Extrem sorgfältige und regelmäßige Messung notwendig. An fruchtbaren Tagen sind andere Verhütungsmethoden erforderlich | Sehr unsicher, kein Schutz vor Infektionen. Brennen in der Scheide und/oder am Penis möglich. Ca. 10 Min. vor dem Verkehr in die Scheide einführen. Wirkt nur ungefähr eine Stunde |
| Kosten | ca. 5-12 €pro Monat | ca. 13-20 €pro Monat, ca. 160 €pro Jahr | ca. 19,80 €pro Monat | 5-8 €pro Monat, ca. 350-450 €für 5 Jahre inkl. Einlage | ca. 4-6,10 €pro Monat, ca. 160 €für 2-3 Jahre | ca. 4 €pro Monat, ca. 240 €für 5 Jahre | ca. 9-13 €pro Monat, 350-450 €für 3 Jahre inkl. Einsetzen | ca. 8-14 €pro Monat | ca. 10 €pro Monat, ca. 120 €pro Jahr inkl. Spritzen | ca. 0,30-1,00 €pro Stück | ca. 15-25 €pro Stück, spermizides Mittel ca. 8 € rezeptfrei in der Apotheke erhältlich. | ca. 10-13 €pro Monat, 80-650 €für Anschaffung, rezeptfrei in der Apotheke erhältlich | ca. 8-10 €pro Packung, rezeptfrei |
| Für wen zu empfehlen? | Für junge, gesunde Frauen, die sicher verhüten wollen. Nicht geeignet für starke Raucherinnen und Übergewichtige (Thrombosegefahr) | Für Frauen mit unregelmäßigem Lebenszyklus | Frauen die eine sichere Verhütung wünschen und nur einmal die Woche an die Verhütung denken wollen. | Für Frauen, die bequem und langfristig verhüten wollen | Frauen die eine sichere Verhütung ohne Hormone suchen | Frauen die eine sichere Verhütung ohne Hormone suchen | Für Frauen, die keine Östrogene vertragen und einen unregelmäßigen Lebensrhythmus haben | Für Frauen, die keine Östrogene vertragen. Nur für Frauen, die sehr diszipliniert sind | Für Frauen, die andere Methoden nicht anwenden können oder wollen, z.B. bei Östrogen-unverträglichkeit | Frauen mit wechselnden Partnern die einen Schutz vor Entzündungen suchen. | Für Frauen, die Pille und Spirale nicht vertragen oder nicht dauerhaft verhüten wollen | Für Frauen, die ihren Körper kennen und bereit sind, ihren Lebensrhythmus dieser Methode anzupassen | Als alleiniger Schutz zu unsicher, nur zu empfehlen in Verbindung mit Kondom oder Diaphragma/Portiokappe |