



KOMMENTAR
von Dr. Johannes Seidel

ABER BITTE HORMONFREI!

In den vergangenen Jahren hat die hormonfreie Verhütung zu boomen begonnen. Schuld daran sind viele Negativberichte über die Auswirkungen der Pille, die zum Teil übertrieben sind.

Tatsächlich ist es von Frau zu Frau unterschiedlich, welches Verhütungsmittel am besten geeignet ist. Wer lieber ohne Hormone verhüten möchte, vielleicht weil er schlechte Erfahrungen mit der Pille gemacht hat, raucht oder übergewichtig ist (beides erhöht in Kombination mit der Pille das Thromboserisiko), hat nun drei alternative Methoden zur Auswahl: die Kupferspirale, die Kupferkette und den Kupferball. Alle drei wirken spermizid. Das bedeutet: Sie töten Spermien ab.

Der runde Ball kommt nicht an der Gebärmutterwand an und wird deswegen vor allem von jungen Frauen gerne angenommen. Die Spirale gibt es schon lange – sie ist nach wie vor gefragt. Allerdings verrutscht sie bei manchen Frauen. In diesen Fällen ist die Kupferkette eine gute Alternative, da sie in der Gebärmuttermuskulatur verankert wird (und somit nicht verrutschen kann). Diese drei langfristigen Verhütungsmethoden wirken fünf Jahre und sind in etwa so sicher wie die Pille. Allerdings sind sie nur für Frauen geeignet, die keine allzu starke und schmerzhafte Blutung haben.

Bei einer starken und schmerzhaften Periode sowie bei unreiner Haut sind Pille und Hormonspirale nach wie vor ein Segen.

DR. JOHANNES SEIDEL ist
Gynäkologe bei Woman & Health.
Infos: www.womanandhealth.at