

# Patienteninformation Notfallverhütung

## „Pille danach“

### Was ist die „Pille danach“?

Die „Pille danach“ enthält eine hohe Dosis Hormone, die den Eisprung verzögern oder verhindern. Sie wird nicht zur regelmäßigen Verhütung eingesetzt, sondern dient ausschließlich als Notfallmaßnahme.

### Wann wird die „Pille danach“ eingenommen?

- Nach ungeschütztem Geschlechtsverkehr
- Wenn eine Verhütungsmethode (z. B. Kondom) versagt hat
- Bei vergessener Einnahme der normalen Antibabypille

Die Einnahme sollte so schnell wie möglich erfolgen, am besten innerhalb von 12 bis 24 Stunden. Je früher sie eingenommen wird, desto wirksamer ist sie.

### Welche Arten gibt es?

#### 1. Levonorgestrel (LNG):

- Muss innerhalb von 72 Stunden (3 Tagen) eingenommen werden.

#### 2. Ulipristalacetat (UPA):

- Kann bis zu 120 Stunden (5 Tagen) nach dem Geschlechtsverkehr eingenommen werden.

Ihr Arzt oder Apotheker wird entscheiden, welche Option für Sie am besten geeignet ist.

### Wie wirkt die „Pille danach“?

- Sie verschiebt den Eisprung, sodass keine Befruchtung stattfinden kann.
- Sie wirkt nicht, wenn der Eisprung bereits stattgefunden hat.

### Nebenwirkungen:

Die „Pille danach“ ist sicher, kann aber Nebenwirkungen verursachen, wie:

- Übelkeit oder Erbrechen
- Bauchschmerzen
- Kopfschmerzen
- Müdigkeit oder Schwindel
- Unregelmäßige oder veränderte Regelblutung

Falls Erbrechen innerhalb von 3 Stunden nach Einnahme auftritt, muss die Dosis wiederholt werden.

## **Was muss ich beachten?**

### **1. Nicht als regelmäßige Verhütung:**

Die „Pille danach“ ist eine Notfallmaßnahme und ersetzt keine regulären Verhütungsmittel.

### **2. Schutz vor Geschlechtskrankheiten:**

Die „Pille danach“ schützt nicht vor sexuell übertragbaren Krankheiten.

### **3. Menstruation:**

Ihre nächste Regelblutung kann sich verschieben oder verändern.

## **Wann zum Arzt?**

- Wenn Ihre Regelblutung länger als 7 Tage ausbleibt
- Bei starken Schmerzen im Unterbauch (mögliche Eileiterschwangerschaft)
- Bei allergischen Reaktionen

## **Wo bekomme ich die „Pille danach“?**

In Deutschland ist die „Pille danach“ rezeptfrei in Apotheken erhältlich. Bei Unsicherheiten können Sie unsere Praxis kontaktieren oder sich von Ihrem Apotheker beraten lassen.

Falls Sie weitere Fragen haben, stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung!

## **Achtung**

Mit zunehmendem Körpergewicht (BMI) nimmt die kontrazeptive Sicherheit der „Pille danach“ ab. Ab einem Körpergewicht von 70 kg verliert Levonorgestrel an Wirksamkeit, ab 75kg ist es unwirksam. Bei Ulipristalacetat verliert an Wirksamkeit ab 90 kg und wird ab einem Körpergewicht von 95 kg unwirksam.