



Ich bin so frei!

Verhütung mit der östrogenfreien Pille



GEDEON RICHTER Gynäkologie

Impressum

Herausgeber & Copyright

Gedeon Richter Pharma GmbH | Ettore-Bugatti-Str. 6-14 | 51149 Köln

Alle Rechte vorbehalten, insbesondere das Recht auf Vervielfältigung und Verbreitung sowie Übersetzung. Kein Teil dieses Werkes darf in irgendeiner Form ohne schriftliche Genehmigung der **Gedeon Richter Pharma GmbH** reproduziert werden oder unter Verwendung elektronischer Systeme gespeichert, verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden. Keine Haftung für evtl. Druckfehler, inhaltliche Richtigkeit oder nach Druck eingetretene Änderungen.

Hinweis: Die Informationen in dieser Broschüre sind sorgfältig geprüft. Sie stellen dennoch keinen Ersatz für eine medizinische Beratung und Betreuung dar. Die Broschüre (Stand 09.2020) kann daher weder für eine Vollständigkeit noch für eine absolute Richtigkeit garantieren. Wir empfehlen Ihnen, sich bei Fragen an Ihre behandelnde Ärztin oder Ihren behandelnden Arzt zu wenden.

Konzept, Redaktion & Gestaltung

MiM – MEDinMOTION GmbH | Dornhofstraße 100 | 63263 Neu-Isenburg
www.mim-agentur.de

Autorin

Dr. Dunja Keuper

Bildnachweis

iStockphoto

„Hallo und willkommen“

Du liest diese Broschüre, weil Du Dich für eine Verhütung mit der östrogenfreien Minipille interessierst. Dabei bist Du in bester Gesellschaft, denn die Pille im Allgemeinen ist das Verhütungsmittel Nummer eins – die allermeisten Frauen benutzen sie. Dafür gibt es viele gute Gründe, zum Beispiel ist die Pille ein sehr sicheres Verhütungsmittel und bequem einzunehmen.

Die meisten Pillen enthalten Östrogene. Sie können zu Nebenwirkungen führen. Die östrogenfreie Pille ist – wie der Name schon sagt – frei von Östrogen und den östrogenbedingten Nebenwirkungen. Warum das so ist, und was Du noch über die östrogenfreie Pille wissen solltest, erfährst Du auf den nächsten Seiten.

„So funktioniert östrogenfrei verhüten“

Die meisten Pillen sind Kombinationspräparate, das heißt, sie enthalten die beiden weiblichen Hormone Östrogen und Gestagen. In einer östrogenfreien Pille steckt nur ein sehr niedrig dosiertes Gestagen – man spricht daher auch von der Minipille.

Bei der östrogenfreien Pille mit dem Gestagen Desogestrel ist der Schutz vor einer Schwangerschaft mit dem der herkömmlichen Pille (Kombipille) vergleichbar.

Die östrogenfreie Pille verhindert eine Schwangerschaft auf drei unterschiedliche Arten:

- 1 **Der Schleim im Gebärmutterhals verdickt sich, Spermien landen in der Sackgasse und gelangen nicht in Gebärmutter und Eileiter.**
- 2 **Die Gebärmutter Schleimhaut wird verändert, sodass sich ein befruchtetes Ei nur sehr schwer einnisten kann.**
- 3 **Das Gestagen Desogestrel verhindert einen Eisprung.**

„Die östrogenfreie Pille bringt Dir viele Vorteile“

- Frauen, die eine Kombipille mit Östrogen und Gestagen nicht vertragen, können mit der östrogenfreien Pille sicher verhüten.
- Die östrogenfreie Pille kann östrogenbedingte Zyklusbeschwerden positiv beeinflussen.
- Die östrogenfreie Pille erhöht das Thromboserisiko nicht.
- Sie kann auch während der Stillzeit eingenommen werden, denn sie hat wenig Einfluss auf die Menge und Zusammensetzung der Muttermilch.

„Die verschiedenen Pillenarten im Vergleich“

| | östrogenfreie Minipille (mit Desogestrel) | Kombipille | andere Minipillen |
|-------------------------------------|--|------------|-------------------|
| östrogenfrei | ✓ | | ✓ |
| großes Einnahmefenster (12 Stunden) | ✓ | ✓ | |
| Verhinderung des Eisprungs | ✓ | ✓ | |
| Einnahmepause | | ✓ | |



„Die östrogenfreie Pille passt zu vielen Frauen“

Mia, 24, hatte östrogenbedingte Nebenwirkungen

„Ich fand die Pille sehr komfortabel. Weniger störend als ein Kondom. Aber ich hatte oft Kopfschmerzen und so ein Spannungsgefühl in der Brust. Meine Frauenärztin meinte, daran sei das Östrogen in der Pille schuld. Ich bin also auf eine Pille ohne Östrogen umgestiegen und mir geht es gut dabei.“

Hanna, 32, möchte während der Stillzeit sicher verhüten

„Mir ist es wichtig, mein Kind zu stillen. Trotzdem will ich sicher verhüten. Mit der östrogenfreien Pille geht beides. Ich bin erleichtert, dass ich mir um Verhütung und die Sicherheit meines Kindes keine Gedanken machen muss.“





Silke, 31, **Raucherin**

„Ich weiß, rauchen ist nicht gut. Ich habe auch schon oft versucht, damit aufzuhören. Aber bisher klappte es nie dauerhaft. Rauchen und Pille sind keine gute Kombination. Mein Gynäkologe sagt, beides bringe ein erhöhtes Thromboserisiko mit sich. Er hat mir nun die östrogenfreie Pille verschrieben und damit fühle ich mich gut.“

Jana, 39, **hat ein erhöhtes Thromboserisiko**

„Bei meinem Arzttermin erfuhr ich, Frauen ab 35 sollten eher östrogenfrei verhüten, erst recht, wenn sie übergewichtig sind. Beides trifft auf mich zu und damit habe ich ein erhöhtes Risiko für eine Thrombose. Wow! Die östrogenfreie Pille gibt mir jetzt ein Stück Sicherheit, denn ihr Thromboserisiko ist geringer als das der Kombipille.“



„Die Einnahme der östrogenfreien Pille ist einfach“

Viele Frauen sind genervt, weil sie bei einigen Präparaten eine Einnahmepause mitzählen müssen. Das wird mit der östrogenfreien Pille einfacher. Bei ihr gibt es keine Einnahmepause.

So startest Du:

Du nimmst die östrogenfreie Pille am ersten Tag Deiner Menstruationsblutung ein und bist damit sofort vor einer Schwangerschaft geschützt.



So geht es weiter:

Anders als bei der Kombipille gibt es bei der östrogenfreien Pille keine Einnahmepause.

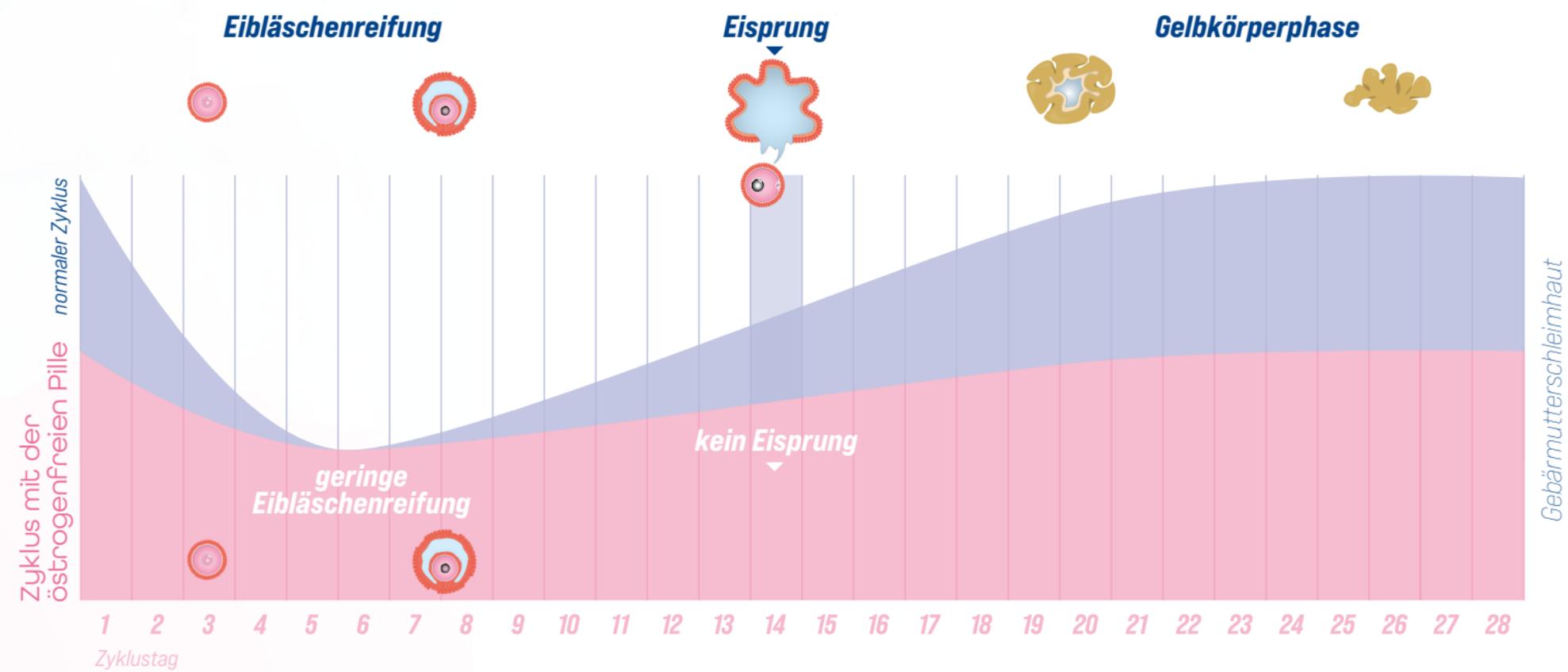
Das heißt:

Ist eine Pillenpackung aufgebraucht, startest Du einfach ohne Unterbrechung am nächsten Tag mit der neuen Packung.

Denk daran, dass Du die östrogenfreie Pille möglichst zur gleichen Zeit einnimmst. Hast Du die Einnahme einmal vergessen, kannst Du sie innerhalb von 12 Stunden nachholen.

Der Zyklus ändert sich:

Monatsblutungen, wie sie während der Einnahmepause bei der Kombipille auftreten, sind bei der östrogenfreien Pille häufig nicht so ausgeprägt.



„Frauen haben hier das Sagen“

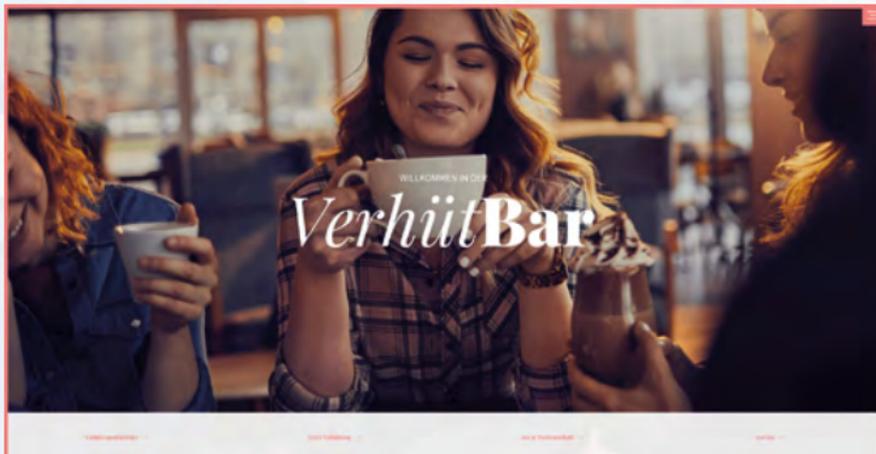
„Ich habe schon ein paar Risikofaktoren, da brauche ich nicht noch eine Pille, die mein Risiko **Jana** zusätzlich erhöht. Bei der östrogenfreien Pille fühle ich mich deshalb gut aufgehoben.“

„Meinem Kind und mir geht es gut dabei, das ist das Wichtigste für mich.“ **Hanna**

„Die östrogenfreie Pille ist auch für Raucherinnen geeignet, das beruhigt mich ungemein.“ **Silke**

Mia „Meine Zyklusbeschwerden sind weg und ich fühle mich einfach freier.“





Mehr Informationen zum Thema Verhütung findest Du auf dem Internetportal: www.verhuetbar.de oder Du folgst einfach diesem QR-Code



66110406