

RATGEBER: Heute mit Dr. med. Rebecca Königsdorfer

Empfängnisverhütung mit Spirale

Früher galt die Spirale als Verhütungsmittel für Frauen, die bereits Kinder geboren haben.

Diese Meinung hält sich erstaunlich hartnäckig, obwohl seit vielen Jahren Spiralen in verschiedenen Formen, Grössen und Anwendungsarten erhältlich sind. Dadurch sind sie auch für jüngere Frauen eine spannende Option geworden, sie haben nämlich durchaus ihre Vorteile.

Hormonelle Verhütungsarten wie Pille, Minipille, Pflaster, Vaginalring, Implanon (Stäbli im Oberarm) und Drei-Monats-Spritze, nehmen Einfluss auf den weiblichen Hormonhaushalt. Die Hormone werden über das Blut ins Hirn transportiert. Dort unterdrücken sie den Befehl, der die Eierstöcke zur Produktion eines Eisprunges aktivieren würde. Somit bleibt der Eisprung aus, die Frau kann nicht schwanger werden. Da so für die Verhütung ein ganzes System beeinflusst wird, spricht man von systemischer Wirkung.

Spiralen unterscheiden sich grundsätzlich davon. Sie wirken für die Verhütung eben nicht systemisch, sondern lokal, durch ihren Sitz in der Gebärmutter. Die hormonellen Abläufe im Monatszyklus werden somit nicht beeinflusst, der Eisprung findet statt.

Die Vorteile einer Spirale sind: Kein tägliches «Drandenken», keine zeitliche Verschiebung der Einnahme auf Reisen, keine Interaktion mit anderen Medikamenten, beim Stillen und auch bei Thromboseneigung erlaubt, langfristige Verhütung bis fünf Jahre, kostengünstig, verglichen mit anderen hormonellen Verhütungsmethoden. Spiralen gibt es in verschiedenen Grössen, sodass sie optimal passen. Die Nachteile: Sie müssen in die Gebärmutter eingelegt werden, was in der Regel problemlos in der Praxis möglich ist. Das Risiko einer Eileiterschwangerschaft ist leicht erhöht.

Spiralen ohne Hormonzusatz bestehen aus Kupfer, je nach Art noch mit Goldbeschichtung. Durch die Abgabe von Kupfer-Ionen in der Gebärmutter werden die Spermien unbeweglicher und können dadurch die Eizelle weniger gut befruchten. Zu-



sätzlich stören die Kupfer-Ionen die Einnistung der Eizelle. Nachteil dieser Methode ist die meist stärkere Periodenblutung.

Spiralen mit Hormonzusatz geben in der Gebärmutter ein Gelbkörperhormon ab. Dieses Hormon macht einerseits den Gebärmutterhals-Schleim zäher, Spermien (und auch Bakterien!) können dadurch weniger

gut aufsteigen. Andererseits führt es zu einer Ruhigstellung der Gebärmutter-schleimhaut, diese wird dünn und eine Einnistung wird so verhindert. Die dünne Schleimhaut muss kaum abbluten, die Periode ist also schwach oder bleibt ganz aus – für Frauen mit starken oder schmerzhaften Blutungen ein Vorteil. Nachteil der Hormonspirale ist die Verschlechterung der Haut bei Akne. Und es kann zu depressiver Verstimmung kommen, was zum Glück selten auftritt.

Welche Verhütungsart insgesamt die Passendste ist, hängt von vielen persönlichen Faktoren ab. Wägen Sie ab, welche Aspekte für Sie in der aktuellen Lebenslage Priorität haben. Im Gespräch mit Ihrer Gynäkologin beziehungsweise Ihrem Gynäkologen kann dann unter Einbezug Ihrer Krankengeschichte eine möglichst optimale Entscheidung getroffen werden.

Dr. med. Rebecca Königsdorfer
FMH operative Gynäkologie/Geburts-
hilfe, Praxis Stapferstrasse
Medizinisches Zentrum Brugg
056 462 61 60, www.mz-brugg.ch