

„Die ‚Pille danach‘ in jeden Haushalt!“

Es gibt mehrere Gründe dafür, warum sich die Notfallkontrazeption noch nicht überall durchgesetzt hat. Viele davon haben mit Unwissen zu tun.

Obwohl einige Präparate zur Notfallverhütung unbürokratisch und rezeptfrei erhältlich sind und diese Mittel kaum Nebenwirkungen verursachen, bestehen offenbar Hemmschwellen, diese Option zu nutzen. Einer der Gründe ist, dass die „Pille danach“ mit der „Abtreibungspille“ verwechselt wird.

Die „sexuelle Revolution“ ist schon lange genug her, dass die meisten Menschen, die heute sexuell aktiv sind, in einer Atmosphäre aufgewachsen sind, in der Fragen zu Sexualität, Fortpflanzung und Verhütung ohne Tabus besprochen werden konnten, selbst im Schulunterricht. Daher sollten ungewollte Schwangerschaften eigentlich selten sein – nur: Die Entscheidung, ob und wie verhütet wird, wird nicht nur im Kopf, sondern auch und vor allem mit dem Bauch getroffen. „Lust und Vernunft passen nicht ganz zusammen“, erklärt Sexualpädagogin Bettina Weidinger. „Nachdenken während dem Sex ist für den Genuss hinderlich. Verhütung entsteht aber nicht aus dem Genuss an der Lust, sondern sie hat etwas mit Nachdenken und kognitiver Auseinandersetzung zu tun.“

Das erklärt, warum 26 Prozent der sexuell aktiven Personen keine Verhütung anwenden, obwohl sie keinen Kinderwunsch haben. Von jenen, die verhüten, geben 20 Prozent an, ausschließlich Kondome zu verwenden. Einer der häufigsten Anwendungsfehler besteht dabei in der Nichtanwendung. Erfahrungsgemäß sind viele der angeblichen „Kondom-Platzer“ auf Nachfrage vielmehr nicht angewendete Kondome gewesen. „Das berühmte ‚Das Kondom ist geplatzt‘ würde ich auch als Synonym dafür sehen, dass jedes fünfte Kondom zu groß ist“, bestätigt Gesundheitspsychologin Mag. Petra Schweiger.

Jedenfalls ist in vielen Fällen unmittelbar nach dem Geschlechtsverkehr schon klar: Da ist etwas schief gelaufen. Warum in dieser Situation nur selten auf die Möglichkeit der Notfallkontrazeption zurückgegriffen wird, kann mehrere Gründe haben: Moral, Missverständnisse und mangelnde Vorsorge in dem Sinne, dass die „Pille danach“, die mittlerweile unbürokratisch erhältlich ist, erst besorgt werden muss – dabei ist sie umso wirksamer, je eher sie nach dem „Unfall“ eingenommen wird.

Die „Pille danach“ (Notfallpille, Notfallverhütung), wie sie derzeit rezeptfrei abgegeben wird, enthält 1,5 mg des Gestagens Levonorgestrel, das die Ovulation unterdrückt. „Wenn der Eisprung stattgefunden hat, ist sie wirkungslos“, erklärt der Gynäkologe DDr. Christian Fiala. Entscheidend ist, dass sie spätestens 72 Stunden nach einer Verhütungspanne eingenommen wird. Sie verhindert 95 bis 58 Prozent der ungewollten Schwangerschaften, je nachdem, wann sie eingenommen wird. „Levonorgestrel ist sehr gut verträglich, bewährt und lange erprobt, und es gibt keine Kontraindikationen“, so Fiala. In Österreich gibt es außerdem ein neues Präparat mit dem Namen EllaOne®, das einen sichereren Verhütungsschutz bietet, aber verschreibungspflichtig ist, da es erst relativ kurze Zeit auf dem Markt ist.

Damit die Notfallverhütung rechtzeitig angewandt wird, muss das Versagen jedoch erst akzeptiert werden, aber „nicht oder schlecht zu verhüten gilt als unverantwortlich“, sagt Weidinger. „Oft ist ‚Schuld‘ ein Thema, wenn es um ungeschützten Geschlechtsverkehr geht. Folglich kann unzureichende Verhütung sich selbst und anderen gegenüber nicht eingestanden werden.“ Die Situation, die daraus entsteht, ist paradox: Lieber warten und hoffen, dass doch nichts passiert ist, als zu handeln – erst recht, wenn es sich vielleicht um einen sexuellen Kontakt handelt, der besser nicht hätte passieren sollen. Gesundheitspsychologin Mag. Petra Schweiger sagt: „Immer wiederkehrende Verhütungsspannen werden von Frauen manchmal als eine Strafe für gelebte Sexualität erlebt.“ Andere seelische Konflikte, die sich hinter unsicherer Verhütung verbergen, sind, wie Schweiger weiter schildert, ein niedriges Selbstwertgefühl, narzisstische Bedürftigkeit, ein Gefühl der inneren Leere. Weitere Hintergründe können ein ambivalenter Kinderwunsch sein, aber auch eine unverhältnismäßige Angst vor Nebenwirkungen, weshalb dann lieber „Tage gezählt“ werden.

In einer Wiener Studie aus dem Jahr 2008 gaben 67 Prozent der Mädchen, die eine „First-Love-Ambulanz“ (eine Beratungsstelle für Jugendliche zwischen zwölf und 18 Jahren) besucht haben, an, nur mit Kondomen zu verhüten, und schätzten dies als vergleichsweise sicher ein. Der Bildungshintergrund der Eltern dieser Mädchen war dabei relativ hoch: Über 47 Prozent hatten Matura- oder Hochschulniveau. Zwei Drittel der Mädchen berichteten, Erfahrungen mit Kondompannen zu haben. Viele benützen laut Schweiger die „Pille danach“ aber trotzdem nicht, weil sie in ihr fälschlicherweise eine „Abtreibungspille“ oder „Hormonbombe“ sehen.

„Es müssen neue Normalitäten im Denken entstehen“, sagt Weidinger. „Die Notfallverhütung in der Hausapotheke ist wesentlicher Bestandteil dieser Normalität und daher Pflicht für jeden Kondomanwender“, und nicht nur für Frauen. Auch Fiala plädiert dafür, die „Pille danach“ auf jeden Fall in die Hausapotheke und natürlich auch in die Reiseapotheke zu geben. „Bei allem, was wir tun, sind wir einem Risiko ausgesetzt, so ist das auch in der Sexualität“, so Fiala. „Die ‚Pille danach‘ ist in der Sexualität das Äquivalent zum Verbandskasten. So wie jedes Auto einen Erste-Hilfe-Kasten hat, sollte die Prävention unabhängig von der Sexualität geplant werden, denn für die meisten Menschen ist die Sexualität kein rationales Verhalten: Es ist noch irrationaler als das Autofahren.“

Fiala fordert, dass die Gesellschaft reagieren müsste: Die „Pille danach“ sollte von der Krankenkasse bezahlt und es sollten Kampagnen dazu lanciert werden, „aber die ‚Pille danach‘ ist immer noch nicht etwas, wo die Gesellschaft sieht, dass sie sich dort engagieren müsste.“



Foto: photos.com



Foto: Privat

Mag. Petra Schweiger Klinische Psychologin und Gesundheitspsychologin, Salzburg



Foto: MedCommunications

DSA Bettina Weidinger Österreichisches Institut für Sexualpädagogik (ISP), Wien



Foto: Privat

DDr. Christian Fiala Gynmed Ambulatorium, Wien