

VERHÜTUNGSMETHODEN  
Verhütungspflaster

## Weitere Fragen?

Wenn Sie mehr wissen wollen oder Fragen haben, wenden Sie sich an eine Ärztin, einen Arzt oder eine pro familia-Beratungsstelle. Bei pro familia können Sie sich ausführlich über alle Fragen im Zusammenhang mit Verhütungsmethoden informieren und beraten lassen. Wir nehmen uns Zeit für Sie.

## Ihre Rechte sind uns wichtig

*Wenn Sie zu pro familia kommen, haben Sie das Recht auf umfassende Information und Beratung. Ganz gleich, was Sie zu uns führt, wir nehmen Sie ernst und achten Ihre persönliche Würde. Wir behandeln Ihre Anfragen vertraulich und sorgen dafür, dass Ihre Privatsphäre zu jeder Zeit gewahrt bleibt. Bei uns begegnen Ihnen fachlich erfahrene Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die zur Verschwiegenheit verpflichtet sind und Sie auch beraten, wenn Sie anonym bleiben möchten.*

*Wenn Sie zu pro familia kommen, haben Sie das Recht auf Ihre eigene Meinung und Entscheidung. Mit unseren Angeboten wollen wir Ihnen frei von Vorurteilen nützliche Informationen geben, so dass Sie danach selbst entscheiden können, was Sie tun; zum Beispiel, welche Methode der Schwangerschaftsverhütung für Sie in Frage kommt und ob Sie dafür unsere weiteren Dienstleistungen in Anspruch nehmen möchten oder nicht.*

*Zu pro familia können Sie gern mehrmals kommen. Sie haben Anspruch auf Nachberatungen, und wir begleiten Sie gern auch über längere Zeiträume, wenn Sie das wünschen. Sollten wir Ihnen einmal nicht weiterhelfen können, so nennen wir Ihnen andere Einrichtungen, die auf die Besonderheiten Ihrer Probleme spezialisiert sind. Auf Ihrem Weg dorthin werden wir Sie unterstützen.*

*Auch wir sind nicht allwissend. Schwachstellen oder Fehler können wir aber nur beseitigen, wenn wir sie kennen. Darum sind wir auf Ihre kritische Meinungsäußerung angewiesen. Sprechen Sie offen mit uns: Ihr Recht auf Kritik hilft uns.*

## Unsere Beratung soll Ihnen nützen

*In der Beratung kommt es uns darauf an, Ihnen umfassende Informationen auf verständliche Weise zu vermitteln. Bitte überprüfen Sie, ob uns das gelungen ist: Können Sie jetzt eine Entscheidung treffen, oder haben Sie noch Fragen? Wenn ja, scheuen Sie sich nicht, uns nochmals anzurufen oder zu besuchen. Sie können dazu Ihren Partner, Ihre Partnerin oder eine andere Person Ihres Vertrauens jederzeit gerne mitbringen.*

## pro familia Landesverbände

**Baden-Württemberg**  
Haußmannstraße 6  
70188 Stuttgart  
☎ 07 11 / 2 59 93 53  
lv.baden-wuerttemberg@profamilia.de

**Bayern**  
Rumfordstraße 10  
80469 München  
☎ 0 89 / 29 08 40 46  
lv.bayern@profamilia.de

**Berlin**  
Kalkreuthstraße 4  
10777 Berlin  
☎ 0 30 / 2 13 90 20  
lv.berlin@profamilia.de

**Brandenburg**  
Gartenstraße 42  
14482 Potsdam  
☎ 03 31 / 7 40 83 97  
lv.brandenburg@profamilia.de

**Bremen**  
Hollerallee 24  
28209 Bremen  
☎ 04 21 / 3 40 60 60  
lv.bremen@profamilia.de

**Hamburg**  
Seewartenstraße 10  
20459 Hamburg  
☎ 0 40 / 3 09 97 49-30  
lv.hamburg@profamilia.de

**Hessen**  
Palmengartenstraße 14  
60325 Frankfurt/Main  
☎ 0 69 / 44 70 61  
lv.hessen@profamilia.de

**Mecklenburg-Vorpommern**  
Wismarsche Straße 6-7  
18057 Rostock  
☎ 03 81 / 3 13 05  
lv.mecklenburg-vorpommern@profamilia.de

**Niedersachsen**  
Steintorstraße 6  
30159 Hannover  
☎ 05 11 / 30 18 57 80  
lv.niedersachsen@profamilia.de

**Nordrhein-Westfalen**  
Hofaue 21  
42103 Wuppertal  
☎ 02 02 / 2 45 65 10  
lv.nordrhein-westfalen@profamilia.de

**Rheinland-Pfalz**  
Schießgartenstraße 7  
55116 Mainz  
☎ 0 61 31 / 23 63 50  
lv.rheinland-pfalz@profamilia.de

**Saarland**  
Mainzer Straße 106  
66121 Saarbrücken  
☎ 06 81 / 91 81 76 77  
lv.saarland@profamilia.de

**Sachsen**  
Weststraße 56  
09112 Chemnitz  
☎ 03 71 / 3 55 67 90  
lv.sachsen@profamilia.de

**Sachsen-Anhalt**  
Richard-Wagner-Straße 29  
06114 Halle  
☎ 03 45 / 5 22 06 36  
lv.sachsen-anhalt@profamilia.de

**Schleswig-Holstein**  
Marienstraße 29-31  
24937 Flensburg  
☎ 04 61 / 9 09 26 20  
lv.schleswig-holstein@profamilia.de

**Thüringen**  
Erfurter Straße 28  
99423 Weimar  
☎ 0 36 43 / 77 03 03  
lv.thueringen@profamilia.de

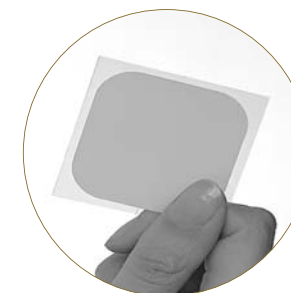
## Ihre nächste Beratungsstelle

Stempel der Beratungsstelle

pro familia tritt für den verantwortlichen Umgang mit knappen Ressourcen ein. Wenn Sie diese Broschüre nicht mehr benötigen, geben Sie sie bitte an Interessierte weiter. *Vielen Dank.*

# VERHÜTUNGSMETHODEN

## Verhütungspflaster



Verhütungspflaster

Impressum: © 2008, pro familia Deutsche Gesellschaft für Familienplanung, Sexualpädagogik und Sexualberatung e.V., Bundesverband, Siegfriedmallee 3, 60598 Frankfurt/Main, Tel. 069/69002, Fax 069/69252, www.profamilia.de, I. Anrede: 069 - 60.000.  
Grafik Design: www.warminski.de, gefördert von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA), Titelabb.: Jansen-Claag.

**pro familia**  
Deutsche Gesellschaft für Familienplanung,  
Sexualpädagogik + Sexualberatung e.V.

## VERHÜTUNGSMETHODEN Verhütungspflaster

### Was ist das Verhütungspflaster?

Das Verhütungspflaster ist wie die Pille eine hormonelle Methode der Schwangerschaftsverhütung. Das Verhütungspflaster ist 4,5 x 4,5 cm groß und wird auf die Haut aufgeklebt. Nach sieben Tagen wird das Pflaster entfernt und durch ein neues ersetzt. Nach 21 Tagen folgt eine siebentägige Pause, in der die Verhütungssicherheit weiter besteht. Das Verhütungspflaster ist seit 2003 auf dem Markt und muss durch eine Ärztin bzw. einen Arzt verordnet werden.

### Wie wirkt das Verhütungspflaster?

Die Hauptwirkung des Verhütungspflaster besteht darin, dass der monatliche Eisprung (Ovulation) verhindert wird. Verantwortlich dafür sind die im Pflaster enthaltenen Hormone, die über die Haut in das Blut aufgenommen werden. Ebenso wie bestimmte Pillen-Kombinationspräparate enthält das Verhütungspflaster zwei verschiedene Hormonarten und zwar ein Östrogen (Ethinylestradiol) und ein Gestagen (Norelgestromin).

### Wie sicher ist das Verhütungspflaster?

Das Verhütungspflaster ist etwa ebenso sicher wie die Pille, das heißt, die Verhütungssicherheit liegt bei richtiger Anwendung bei fast 100%. Bei Frauen mit einem Körpergewicht von mehr als 90 kg wurde allerdings eine höhere Versagerrate beobachtet. Das Verhütungspflaster bietet auch für Frauen Verhütungssicherheit, die unter Magen-Darm-Beschwerden, häufigem Erbrechen oder Durchfall leiden.

### Wie wird das Verhütungspflaster angewendet?

Das Verhütungspflaster wird auf die Haut aufgeklebt. Nach sieben Tagen wird das Pflaster entfernt und durch ein neues ersetzt. Nach 21 bzw. 3 x sieben Tagen folgt eine Pause von ebenfalls sieben Tagen, in denen normalerweise eine Entzugsblutung einsetzt. Während dieser Pause besteht die Verhütungssicherheit weiter. Das Pflaster sollte immer am gleichen Wochentag gewechselt werden, die Uhrzeit spielt keine Rolle. Das

## VERHÜTUNGSMETHODEN Verhütungspflaster

Pflaster soll auf trockene, unbehaarte Haut aufgeklebt werden und zwar im Bereich von Gesäß, Bauch, Außenseite des Oberarms und Oberkörper außer auf den Brüsten. Um die Haut zu schonen, sollte das Pflaster jedes Mal an einer anderen Stelle aufgeklebt werden. Vor dem Aufkleben darf die Haut in diesem Bereich nicht eingecremt werden.

### Was ist bei der ersten Anwendung zu beachten?

Bei erstmaliger Anwendung wird mit dem Aufkleben am ersten Zyklustag begonnen. Daneben gibt es auch die Möglichkeit, bis zum 5. Zyklustag mit der Anwendung zu beginnen. Dann muss die ersten sieben Tage zusätzlich mit Barrieremethoden (zum Beispiel Kondomen) verhütet werden. Beim Wechsel von der Pille zum Pflaster soll das erste Pflaster am ersten Tag der Abbruchblutung oder spätestens am 5. Tag nach der letzten Pilleneinnahme aufgeklebt werden. Beim Wechsel von anderen Methoden zum Pflaster soll die ersten sieben Tage zusätzlich mit Barrieremethoden verhütet werden.

### Was ist zu tun, wenn der Pflasterwechsel vergessen wurde?

Zwei Tage über den eigentlichen Zeitpunkt des Pflasterwechsels hinaus, werden noch genügend Hormone für den Verhütungsschutz abgegeben. In diesem Zeitraum kann der Pflasterwechsel, sobald man daran denkt, ohne Weiteres nachgeholt werden. Sind bereits mehr als zwei Tage vergangen, besteht kein Verhütungsschutz mehr! Mit dem Aufkleben eines neuen Pflasters beginnt dann ein neuer 4-Wochen-Zyklus. Außerdem muss für sieben Tage zur Sicherheit zusätzlich mit Barrieremethoden (zum Beispiel Kondome) verhütet werden.

### Kann sich das Verhütungspflaster vorzeitig ablösen?

Das Pflaster hält auch beim Sport, beim Duschen, Schwimmen oder in der Sauna. Nur bei weniger als 2% der Frauen hat sich das Pflaster einmal vollständig abgelöst, bei knapp 3% teilweise.

## VERHÜTUNGSMETHODEN Verhütungspflaster

Löst sich das Pflaster nur teilweise ab, kann es weiter benutzt werden, wenn es nach dem Andrücken wieder fest klebt. Sonst muss ein neues Pflaster aufgeklebt werden. Wenn das Pflaster selbst nicht mehr klebt und nur mit Klebestreifen auf der Haut befestigt wird, ist es nicht mehr wirksam.

Löst sich das Pflaster ganz ab, kann innerhalb der ersten 24 Stunden ein neues Pflaster aufgeklebt werden, ohne dass der Verhütungsschutz beeinträchtigt wird.

War das Pflaster länger als 24 Stunden teilweise oder vollständig abgelöst, besteht kein Verhütungsschutz mehr! Mit dem Aufkleben eines neuen Pflasters beginnt dann ein neuer 4-Wochen-Zyklus. Außerdem muss für sieben Tage zur Sicherheit zusätzlich mit Barrieremethoden (zum Beispiel Kondomen) verhütet werden.

### Welche Nebenwirkungen und Risiken gibt es?

Die Nebenwirkungen und Risiken des Pflasters sind mit denen der Pille vergleichbar. Die Hormone greifen in den Zyklus der Frau ein und können unterschiedlich schwere Nebenwirkungen, z. B. Übelkeit, Spannungsgefühle in der Brust oder Veränderungen des Fettstoffwechsels, verursachen. Auch gibt es Erkrankungen, wie Bluthochdruck oder Venenentzündung, bei denen hormonelle Verhütungsmittel (Pille, Pflaster oder Vaginalring) nicht angewendet werden sollten. Für Raucherinnen ist das Risiko schwerer Nebenwirkungen, insbesondere die Gefahr von Thrombosen, stark erhöht.

Die Anwendung des Verhütungspflasters sollte deshalb immer nur nach einer ausführlichen ärztlichen Beratung und Untersuchung erfolgen. Bei knapp 20% der Frauen führt das Pflaster zu einer Rötung der Haut. Diese ist aber selten so stark, dass das Pflaster nicht weiter angewendet werden kann.

### Was kostet das Verhütungspflaster?

Das Verhütungspflaster kostet für drei Monate 38 Euro.