

Verhütung: Wie wirken Verhütungspflaster und Vaginalring im Vergleich zur Antibabypille?



Das Verhütungspflaster, der Vaginalring und die Antibabypille sind ähnlich wirksame Verhütungsmittel. Das Pflaster führt allerdings häufiger zu unerwünschten Wirkungen als die beiden anderen hormonellen Präparate.

Das Verhütungspflaster, der Vaginalring und die Antibabypille sind ähnlich wirksame Verhütungsmittel. Das Pflaster führt allerdings häufiger zu unerwünschten Wirkungen als die beiden anderen hormonellen Präparate.

In vielen Ländern ist die Antibabypille (umgangssprachlich einfach "Pille" genannt) das am häufigsten eingesetzte Verhütungsmittel. Neuere hormonelle Methoden wie das Verhütungspflaster und der Vaginalring sind weniger bekannt und werden auch weniger genutzt: In Deutschland wenden nur 2 % der Menschen, die verhüten, eine der beiden an.

Alle drei Methoden wirken auf ähnliche Weise. Sie unterscheiden sich in der Art, wie sie die Hormone abgeben. Wie die Antibabypille enthalten sowohl das Pflaster als auch der Vaginalring Hormone, die den Eisprung der Frau unterdrücken. Bei einem Eisprung setzen die Eierstöcke eine gereifte Eizelle frei. Unterbleibt dies, ist eine Schwangerschaft nicht möglich. Mehr darüber, wie hormonelle Verhütungsmittel wirken, können Sie hier (URL:

<http://www.gesundheitsinformation.de/index.551.454.html>) lesen.

Ein erhoffter Vorteil von Ring und Pflaster ist, dass die Hormone regelmäßiger in den Körper gelangen und über längere Zeiträume wirken sollen. Bei der Pille passiert es vielen Frauen immer wieder, dass sie sie einen oder mehrere Tage vergessen, was den Verhütungsschutz herabsetzt. An die Einnahme der Pille muss eine Frau jeden Tag denken, an das Wechseln von Ring oder Pflaster dagegen nur ein- oder dreimal im Monat.

Zu beachten ist jedoch, dass keine der hormonellen Verhütungsmethoden – im Gegensatz zum Kondom – vor sexuell übertragbaren Krankheiten schützt.

Das Verhütungspflaster

Das Verhütungspflaster ist etwa 5 x 5 Zentimeter groß und sehr dünn. Es kann am Gesäß, am Bauch, an der Außenseite des Oberarms oder an irgendeiner Stelle des Oberkörpers aufgeklebt werden, mit Ausnahme der Brust. Wichtig ist, dass es an einer Körperstelle klebt, an der die Kleidung nicht daran reibt. Beim Duschen, Baden oder Schwimmen löst sich das Pflaster normalerweise nicht. Das Verhütungspflaster wird in den ersten drei Wochen des Zyklus wöchentlich gewechselt, in der vierten Woche ist kein Pflaster nötig.

Wie die meisten Antibabypillen enthält auch das Verhütungspflaster eine Kombination der Hormone Östrogen und Gestagen. Während die Wirkstoffe der Pille über den Magen-Darm-Trakt in das Blut aufgenommen werden, umgeht das Pflaster den Verdauungstrakt. Die Hormone werden von der Haut aufgenommen und über den Blutkreislauf weiter im Körper verteilt. Weil über die Haut mehr Östrogen in den Körper gelangt als über den Magen-Darm-Trakt, nehmen die Frauen durch das Pflaster auch mehr Östrogen auf als mit der Pille.

Der Vaginalring

Der Vagin



Der Vaginalring hat einen Durchmesser von rund 5 cm und besteht aus biegsamem Kunststoff. Er enthält ebenfalls eine Kombination der Hormone Östrogen und Gestagen. Die Frau führt den Ring wie einen Tampon in ihre Scheide ein und belässt ihn dort für genau drei Wochen. Danach zieht sie den Ring mit dem Finger wieder heraus. In den darauf folgenden sieben Tagen, in denen es zur Regelblutung kommt, wird kein Ring getragen. Nach genau sieben Tagen wird ein neuer Ring eingesetzt. Die Hormone aus dem Ring gelangen über die Scheidenwände in die Blutbahn und wirken ebenso wie die Pille und das Pflaster.

Es ist wichtig, beim Einsetzen und Herausnehmen des Rings die Zeiten genau zu beachten. Setzt eine Frau den Ring zum Beispiel an einem Mittwoch um 22 Uhr ein, sollte sie ihn auch am Mittwoch drei Wochen später um etwa 22 Uhr entfernen und am darauf folgenden Mittwoch einen neuen einlegen.

Der Vaginalring sollte tief genug sitzen und nicht mehr spürbar sein. Sollte er herausfallen, ist es wichtig, so schnell wie möglich einen neuen Ring einzusetzen oder den alten Ring zu waschen und wieder in die Scheide einzuführen.

Alle drei Methoden verhüten Schwangerschaften ähnlich effektiv

Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler der Cochrane

Collaboration haben nach randomisierten kontrollierten Studien gesucht, die die Wirksamkeit der beiden neueren Methoden mit der der Antibabypille vergleichen. Wie solche Studien aufgebaut sind und warum sie die verlässlichsten Forschungsergebnisse liefern, können Sie hier (URL: <http://www.gesundheitsinformation.de/gepruefte-medizin.61.html>) lesen. Die Cochrane Collaboration ist ein internationales Forschungsnetzwerk, das Studien zum Nutzen medizinischer Maßnahmen systematisch aufbereitet. Die Cochrane-Forschungsgruppe untersuchte nur Pillen auf Basis einer Kombination aus Östrogen und Gestagen. Die seltener eingenommene Minipille, die nur Gestagen enthält, wurde nicht geprüft. Sie fanden 15 Studien mit über 6800 Teilnehmerinnen. Fünf davon verglichen das Pflaster mit der Pille, zehn den Vaginalring mit der Pille.

Es zeigte sich, dass alle drei Verhütungsmethoden eine ähnliche Sicherheit aufwiesen. Pro Zyklus wurde etwa eine von 1000 Frauen schwanger, obwohl sie mit einer der Methoden verhütet hatte. Im alltäglichen Dauergebrauch könnte die Schwangerschaftsrate allerdings viel höher sein, weil Frauen ihre Verhütungsmittel unter Studienbedingungen gewissenhafter anwenden. Wenn eine Frau außerhalb der Regelblutungszeit ihr Pflaster, ihren Ring oder ihre Pille mehrere Stunden oder Tage lang nicht anwendet, kann sie schwanger werden.

Es zeigte sich, dass alle drei Verhütungsmethoden eine ähnliche Sicherheit aufwiesen. Pro Zyklus wurde etwa eine von 1000 Frauen schwanger, obwohl sie mit einer der Methoden verhütet hatte. Im alltäglichen Dauergebrauch könnte die Schwangerschaftsrate allerdings viel höher sein, weil Frauen ihre Verhütungsmittel unter Studienbedingungen gewissenhafter anwenden. Wenn eine Frau außerhalb der Regelblutungszeit ihr Pflaster, ihren Ring oder ihre Pille mehrere Stunden oder Tage lang nicht anwendet, kann sie schwanger werden.

Pflaster versus Pille

Frauen, die Verhütungspflaster nutzten, brachen die Anwendung aufgrund unerwünschter Wirkungen häufiger ab. Wie viele Frauen das Verhütungspflaster vor Ende der Studie entfernten, hing auch von der im Pflaster enthaltenen Wirkstoffdosis ab. Insgesamt gesehen traten im Vergleich zur Pille bei Pflastern häufiger Probleme wie Spannungsgefühle in den Brüsten, Menstruationsbeschwerden und Übelkeit auf.

Auf der anderen Seite verhüteten die Frauen, die das Pflaster dauerhaft nutzten, etwas konsequenter als die Frauen, die die Pille nahmen. Letztere vergaßen die Einnahme häufig an einem oder mehreren Tagen, während die Pflaster durchgängiger getragen wurden.

In den Jahren 2007 und 2008 haben die Zulassungsbehörden in Europa (EMA) und den USA (FDA) veranlasst, dass der Beipackzettel des "Ortho Evra"-Verhütungspflasters eine zusätzliche Sicherheitsinformation enthält. Damit soll darauf hingewiesen werden, dass es beim Einsatz des

Verhütungspflasters häufiger zu unerwünschten Wirkungen des Östrogens kommen könnte, insbesondere zur Bildung von Blutgerinnseln in den Beinvenen (venöser Thromboembolie).

Vaginalring versus Pille

Bei Frauen, die Vaginalringe einsetzten, traten häufiger Scheidenentzündungen (Vaginitis) auf als bei Frauen, die die Pille nahmen. Insgesamt zeigten sich jedoch weniger unerwünschte Wirkungen, einschließlich Problemen wie Übelkeit, Reizbarkeit und Depressionen. Studienteilnehmerinnen, die die Pille nahmen, setzten das Mittel etwas häufiger aufgrund unerwünschter Wirkungen ab als die Frauen, die den Vaginalring benutzten. Der Unterschied war jedoch nicht sehr groß.

Vor- und Nachteile abwägen

Alle drei Verhütungsmethoden bieten bei kontinuierlicher Anwendung einen ähnlich wirksamen Schutz vor Schwangerschaften. Welche Methoden eine Frau wählt, kann entscheidend davon abhängen, wie gut sie sie verträgt und wie sie mögliche unerwünschte Wirkungen empfindet. Eine Rolle spielt auch die Handhabung des Verhütungsmittels: Ist es kein Problem für sie, täglich eine Pille zu schlucken? Stört es sie, über mehrere Wochen ein Pflaster am Körper zu tragen? Spürt sie oder ihr Partner den Vaginalring beim Geschlechtsverkehr? Es gibt sicher noch mehr Fragen zu beantworten – jede Frau muss herausfinden, was für sie am wichtigsten und verträglichsten ist.

Alle drei Methoden können noch andere unerwünschte Wirkungen haben: So kann es manchmal zu Zwischenblutungen und Ausfluss kommen. Es besteht auch ein kleines Risiko für ernsthaftere Folgen, wie die Bildung von Blutgerinnseln (Thrombosen). Letzteres gilt besonders für Frauen, die rauchen, starkes Übergewicht oder ein familiär bedingtes Risiko für Gefäßerkrankungen haben.

Hormonelle Verhütungsmittel sind nur eine von vielen effektiven Methoden zur Schwangerschaftsverhütung. Mehr – allerdings nicht vom IQWiG geprüfte – Informationen zu den verschiedenen Verhütungsmethoden erhalten Sie bei Ihrer Frauenärztin oder Ihrem Frauenarzt und zum Beispiel bei der Bundeszentrale für Gesundheitliche Aufklärung (URL: <http://www.familienplanung.de/index.php?id=15>).

*Autor: Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im
Gesundheitswesen (IQWiG)*

Glossar

Hormone

Hormone sind der Sammelbegriff für verschiedene Klassen von Botenstoffen des Körpers. Sie werden in bestimmten Organen oder Geweben gebildet und über das Blut- oder Lymphsystem im Körper verteilt. Hormone wirken nur an Stellen im Organismus, an denen die passenden Andockstellen vorhanden sind. Dadurch entwickeln Hormone auch ganz spezifische Wirkungen. Bekannte Hormone sind z.B. Insulin, Östrogene, Oxytocin, Vasopressin und Thyroxin. Viele medizinische Wirkstoffe imitieren die Wirkung von Hormonen.

Cochrane Collaboration

Die Cochrane Collaboration ist ein internationaler Zusammenschluss von Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftlern, die sich zusammengetan haben, um in einzelnen Teams ("Cochrane Review Groups") zu medizinischen Fragen sogenannte systematische Übersichten (Reviews) zu erstellen, mit deren Hilfe wissenschaftlich begründete Aussagen über die Wirksamkeit medizinischer Therapien möglich werden. Zu diesem Zweck haben die Mitglieder der Cochrane Collaboration Methoden entwickelt, um systematisch und umfassend die verfügbaren Informationen über klinische Studien und die Wirksamkeit medizinischer Maßnahmen zu sammeln. Das Ziel der Cochrane Collaboration ist es, Ärztinnen, Ärzten, Patientinnen und Patienten wissenschaftlich fundierte Hilfen für informierte Entscheidungen zur medizinischen Versorgung zu geben und somit medizinische Entscheidungen insgesamt zu verbessern. Die deutsche Internetadresse der Cochrane Collaboration, auf der sich die Organisation selbst vorstellt, lautet www.cochrane.de.

Antibabypille

Die Antibabypille, umgangssprachlich kurz „Pille“ genannt, ist ein Hormonpräparat, das von Frauen zur Verhütung einer Schwangerschaft eingesetzt wird. Es gibt Präparate, die die beiden weiblichen Hormone Östrogen und Gestagen enthalten, und Produkte mit Gestagen allein. Regelmäßig eingenommen verhindert die Antibabypille in der Regel, dass im Eierstock ein Ei heranreift und springt. Außerdem hält sie den Schleimpfropf des Muttermundes dick, so dass beim Geschlechtsverkehr Spermien nur schwer in die Gebärmutter eindringen können. Da die Hormone zudem den Aufbau der Gebärmutter Schleimhaut

hemmen, kann sich selbst in dem unwahrscheinlichen Fall einer Befruchtung kein Ei in der Gebärmutter einnisten.

Thromboembolie

Wenn plötzlich ein Blutgefäß durch einen sogenannten Embolus (von „ballein“, griechisch: werfen) verstopft wird, spricht man von einer Embolie. Ein Embolus entsteht meist aus einem eingeschwemmten Blutgerinnsel, dann spricht man von einer Thromboembolie. Aber auch Luft, Gewebe- oder Kalkablagerungen können eine Embolie verursachen. Ein Blutgerinnsel kann sich an einer Stelle im Gefäßsystem bilden, ablösen und dann mit dem Blutstrom weitergetragen werden. Es setzt sich dann in einem kleineren Gefäß fest, blockiert dort den Blutfluss und damit die Versorgung des Gewebes hinter der blockierten Stelle. Eine Lungenembolie wird zum Beispiel meist durch ein Blutgerinnsel ausgelöst, das in den Bein- oder Beckenvenen entstanden ist. Auch Schlaganfälle können durch Embolien verursacht werden.

Quellen

Die IQWiG-Gesundheitsinformationen stützen sich auf Forschungsergebnisse aus der internationalen Literatur. Wir identifizieren die zuverlässigsten aktuell verfügbaren wissenschaftlichen Erkenntnisse, insbesondere aus sogenannten „systematischen Reviews“. Darin werden wissenschaftliche Studien zum Nutzen und Schaden von Behandlungen und anderen Maßnahmen der Gesundheitsversorgung zusammenfassend analysiert, sodass Fachleute und Betroffene deren Vor- und Nachteile abwägen können. Mehr Informationen dazu, wie systematische Reviews aufgebaut sind und warum sie die zuverlässigsten Belege liefern, finden Sie hier (URL: <http://www.gesundheitsinformation.de/gepruefte-medizin.61.html>) . Außerdem bitten wir stets die Autorinnen und Autoren der zentralen systematischen Reviews, auf denen unsere Informationen beruhen, um ihre Unterstützung, um die medizinische und wissenschaftliche Korrektheit unserer Produkte sicherzustellen.

Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM). *Risikobewertung: Hormonale Kontrazeptiva und venöse Thrombosen*. BfArM 2009. Zugang 30.03.2010: [Volltext (URL: http://www.bfarm.de/cIn_028/nn_1339704/DE/Pharmakovigilanz/risikoinfo/2009/kok-vte.html__nnn=true)]

Food and Drug Administration (FDA). FDA approves update to label on birth control patch. *FDA News*. 18 January 2008. [Volltext (URL: <http://www.fda.gov/NewsEvents/Newsroom/PressAnnouncements/2008/ucm116842.htm>)]

Lopez LM, Grimes DA, Gallo MF, Schulz KF. Skin patch and vaginal ring versus combined oral contraceptives for contraception. *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2010, Issue 3. [Cochrane-Zusammenfassung (URL: <http://www.mrw.interscience.wiley.com/cochrane/clsyrev/articles/CD003552/frame.html>)]

Das Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG)

Dem Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) obliegt von Gesetzes wegen die wissenschaftliche Bewertung des Nutzens, der Qualität und der Wirtschaftlichkeit von medizinischen Leistungen. Dazu gehören auch die Nutzenbewertung von Arzneimitteln sowie die Herausgabe von Gesundheitsinformationen für Bürger und Patienten.

Wissenschaftliche Basis dieser Gesundheitsinformation

Unsere Informationen basieren primär auf so genannten systematischen Übersichten. Um ein objektives Bild über eine medizinische Maßnahme zu erhalten, ist eine systematische Übersicht notwendig. Hierzu werden zunächst die relevanten Fragestellungen formuliert. Zu diesen Fragen werden Forscher dann alle Studien zu diesem Thema suchen und auswerten.

Eine Liste der berücksichtigten wissenschaftlichen Literatur dieser Gesundheitsinformation finden Sie unter www.gesundheitsinformation.de.

Hinweis für die Nutzer:

Diese Gesundheitsinformationen wurden vom Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) erstellt und veröffentlicht. Sie basieren auf der Bewertung der zum Zeitpunkt der Erstellung verfügbaren wissenschaftlichen Literatur und anderer Informationsquellen.

Gesundheitsinformationen des IQWiG werden ausschließlich für Patienten in Deutschland zur Verfügung gestellt. Die Informationen sollten nicht für die Erstellung eigenständiger Diagnosen verwendet werden, da sie eine Beratung zwischen Ärztin/Arzt und Patientin/Patient nicht ersetzen können und nicht ersetzen sollen.