

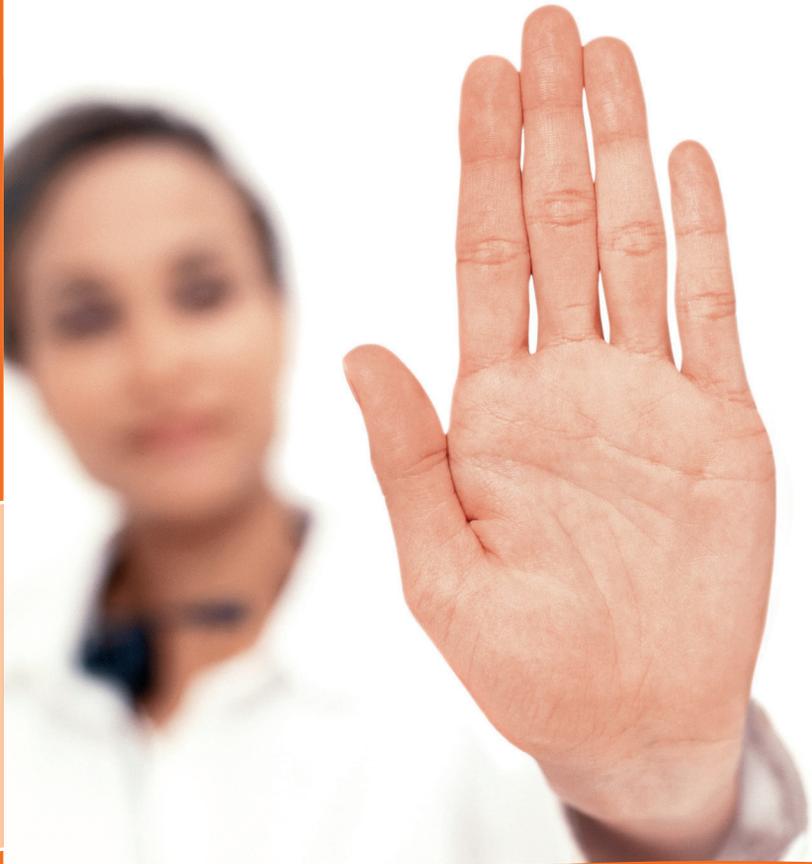


Toctino – Information zur Empfängnisverhütung

SCHWANGERSCHAFTSVERHÜTUNGSPROGRAMM

Empfängnisverhütung

4



Inhalt

	Seite
1. Alitretinoin und Schwangerschaftsprävention	3
2. Was Sie über Schwangerschaftsverhütung wissen sollten	5
3. Für Sie geeignete Verhütungsmethoden	6
4. Primäre Verhütungsmethoden	8
4.1. Hormonale Verhütung	9
4.1.1. Orale Verhütungsmittel	9
4.1.2. Verhütungspflaster	10
4.1.3. Vaginalring	12
4.1.4. Verhütungsimplantate	13
4.1.5. Verhütungsspritze	15
4.1.6. Hormonales Intrauterinsystem	16
4.2. Intrauterinpessar (IUP, „Spirale“)	17
4.3. Sterilisation	18
5. Sekundäre Verhütungsmethoden	21
5.1. Kondome	21
5.2. Diaphragma und Portiokappe mit Spermizid	22
5.3. Verhütungsschwamm (mit Spermizid)	24
6. Während der Behandlung mit Toctino ungeeignete Verhütungsmethoden	25
7. Was Sie sich merken müssen	26

1. Alitretinoin und Schwangerschaftsprävention

Ihr Hautarzt hat Ihnen Toctino verschrieben. Der Wirkstoff in Toctino ist Alitretinoin. Alitretinoin gehört zur Wirkstoffklasse der Retinoide, die bekanntermassen schwere Geburtsfehler hervorrufen können.

Wenn Sie Toctino während der Schwangerschaft einnehmen, besteht somit ein sehr hohes Risiko, dass Ihr Kind mit Geburtsfehlern zur Welt kommt. Dazu gehören:

- Schäden am zentralen Nervensystem, z. B. Flüssigkeitsansammlungen im Gehirn (Hydrozephalus, „Wasserkopf“), Hirnfehlbildungen oder verminderter Kopfumfang Hydrozephalus
- Gesichtsfehlbildungen, z. B. abgeflachter Nasenrücken, Gaumenspalte, fehlgeformte oder fehlende Ohren
- Augenfehlentwicklung, z. B. kleine Augen (Mikrophthalmie)
- Anomalien des Herz-Kreislauf-Systems
- Schäden an Thymus und Nebenschilddrüsen

Bei Einnahme von Toctino während der Schwangerschaft erhöht sich ausserdem die Gefahr einer Fehlgeburt.

Wenn Sie glauben, schwanger zu sein, oder wenn Sie eine Schwangerschaft planen, dürfen Sie Toctino nicht einnehmen. Während der Behandlung mit Toctino sowie einen Monat davor und im ersten Monat nach Behandlungsende müssen Sie eine Schwangerschaft unbedingt vermeiden.

Daher müssen Sie im Monat vor der Behandlung sowie während der Behandlung und bis zum Ablauf eines Monat nach der letztmaligen Einnahme zwei zuverlässige, einander ergänzende Verhütungsmethoden (darunter eine Barrieremethode) anwenden. Zwei Methoden sind deshalb erforderlich,

weil eine Methode alleine keine ausreichende Sicherheit bietet. Sie und Ihr Partner müssen sich über die Wichtigkeit der Verhütung und über die möglichen Konsequenzen einer unter der Behandlung mit Toctino eintretenden Schwangerschaft im Klaren sein. Sie müssen auch dann Verhütungsmassnahmen anwenden, wenn Sie derzeit gar nicht sexuell aktiv sind, sofern Ihr Arzt nicht festgestellt hat, dass bei Ihnen das Risiko einer Schwangerschaft ausgeschlossen ist (z. B. weil Sie bereits die Wechseljahre hinter sich haben).

Die vorliegende Broschüre informiert Sie über Anwendung und Wirksamkeit unterschiedlicher Verhütungsmethoden. Mit der gleichzeitigen Anwendung zweier zuverlässiger, einander ergänzender Verhütungsmethoden verringern Sie das Risiko einer Schwangerschaft erheblich. Diese Broschüre soll die Anweisungen Ihres Arztes oder Ihres Familienplanungsberaters ergänzen, kann diese jedoch nicht ersetzen. Sprechen Sie vor Beginn der Behandlung mit Toctino mit Ihrem Arzt über die Verhütungsmethoden Ihrer Wahl.

2. Was Sie über Schwangerschaftsverhütung wissen sollten

Eine Frau kann auch in folgenden Fällen schwanger werden:

- Beim erstmaligen Geschlechtsverkehr
- Wenn sie keinen Orgasmus erlebt
- Wenn der Partner sein Glied vor dem Samenerguss aus der Scheide zieht
- Beim Geschlechtsverkehr während der Monatsblutung
- Wenn sie nach dem Geschlechtsverkehr ihre Scheide mithilfe eines Duschkopfs ausspült
- Wenn der Geschlechtsverkehr in bestimmten Positionen erfolgt, z. B. im Stehen

Sie können bei jedem ungeschützten Geschlechtsverkehr schwanger werden.

3. Für Sie geeignete Verhütungsmethoden

Zur Schwangerschaftsverhütung steht eine Vielzahl unterschiedlicher Methoden zur Auswahl. Welche der verfügbaren Methoden in Ihrem Fall am besten geeignet sind, müssen Sie im Gespräch mit Ihrem Arzt oder einem Familienplanungsberater feststellen. Möglicherweise wenden Sie bereits eine geeignete sichere Verhütungsmethode an, die Sie auch unter der Behandlung mit Toctino beibehalten können. Allerdings müssen Sie, ehe Sie die Behandlung mit Toctino beginnen können, zusätzlich noch eine zweite Methode anwenden. Dabei sind viele Faktoren zu berücksichtigen, unter anderem:

- Ihr Alter
- Ihr allgemeiner Gesundheitszustand
- Ihre Krankengeschichte
- Die Krankengeschichte Ihrer Familie
- Wie häufig Sie Geschlechtsverkehr haben
- Wie viele Geschlechtspartner Sie haben
- Ob Sie relativ bald, erst in einigen Jahren oder überhaupt nicht schwanger werden möchten
- Die Zuverlässigkeit der jeweiligen Methoden in Bezug auf die Verhütung einer Schwangerschaft
- Die jeweils möglichen Nebenwirkungen
- Wie gut Sie mit der jeweiligen Methode zurechtkommen

Nicht alle Verhütungsmethoden bieten die gleiche Sicherheit. Daher müssen Sie wissen, welche Methoden in Ihrem Fall am sichersten sind und wie diese anzuwenden sind. Sie können sich auf das Gespräch mit Ihrem Arzt vorbereiten, indem Sie sich vorab über die verfügbaren Methoden informieren.

Vergessen Sie nicht, dass keine Verhütungsmethode 100%igen Schutz bietet. Daher müssen Sie zwei Verhütungsmethoden auswählen, die gleichzeitig anzuwenden sind. Um die bestmögliche Schutzwirkung zu erzielen, muss dabei eine primäre Verhütungsmethode (z. B. ein orales Kombinationspräparat, also eine „Pille“) mit einer zweiten, ergänzenden Methode (zum Beispiel einem Kondom für den männlichen Partner) kombiniert werden. Die Methoden müssen so gewählt sein, dass Sie (und Ihr Partner) sie bei jedem Geschlechtsverkehr zuverlässig und korrekt anwenden können.

Ausserdem sollten Sie die Gebrauchsinformationen der verwendeten Verhütungsmethoden sorgfältig durchlesen und sich mit allfälligen Fragen an Ihren Arzt wenden.

4. Primäre Verhütungsmethoden

Primäre Verhütungsmethoden versagen bei sachgemässer Anwendung nur selten. Sie verhüten Schwangerschaften zuverlässiger als sekundäre Verhütungsmethoden. Es ist sehr wichtig, dass Sie eine primäre Verhütungsmethode wählen, die in Ihrem Fall maximale Sicherheit bietet. Entscheiden Sie sich für diejenige Methode, die Sie am ehesten genau gemäss Verordnung anwenden können. Wenn Sie beispielsweise Schwierigkeiten damit haben, sich jeden Tag an die Einnahme eines Medikaments zu erinnern, dürfte ein täglich einzunehmendes orales Verhütungsmittel (die „Pille“) in Ihrem Fall nicht das zuverlässigste primäre Verhütungsmittel sein.

Andere Faktoren, etwa die Nebenwirkungen, spielen bei der Wahl einer zuverlässigen primären Verhütungsmethode ebenfalls eine Rolle.

Alle Angaben zur Verhütungssicherheit in diesem Dokument sind ohne Gewähr. Sie müssen die Packungsbeilage und weitere Informationen zur Verhütungsmethode lesen, die nach Ihrer Meinung und nach Meinung Ihres Arztes in Ihrem Fall am sichersten ist. Keine der primären Verhütungsmethoden schützt vor sexuell übertragbaren Krankheiten oder HIV (AIDS).

4.1. Hormonale Verhütung

4.1.1. Orale Verhütungsmittel

Kombinationspillen (enthalten Östrogen und Gestagen)

Um die höchste Zuverlässigkeit der Kombinationspille zu gewährleisten, ist Folgendes zu beachten:

- ☉ Die Pille muss täglich ungefähr zur gleichen Zeit eingenommen werden. Bei versäumter Einnahme, Erbrechen oder Durchfall kann die Wirksamkeit der Pille beeinträchtigt sein
- ☉ Falls Sie andere Medikamente einnehmen müssen, erinnern Sie Ihren Arzt stets daran, dass Sie die Pille nehmen. Manche Medikamente, z. B. Antibiotika, können die Wirksamkeit der Pille beeinträchtigen
- ☉ Das pflanzliche Mittel Johanniskraut sollte nicht zusammen mit der Pille eingenommen werden, da es ihre Wirksamkeit herabsetzen kann

Sicherheit: bei vorschriftsmässiger Einnahme über 99 %. Während eines Jahres kommt es bei weniger als einer von 100 Anwenderinnen zu einer Schwangerschaft.

Wirkungsweise: Die Kombinationspille enthält zwei Hormone: Östrogen und Gestagen. Die Pille verhindert den Eisprung, bewirkt eine Verdickung des Schleims im Gebärmutterhals, sodass die Spermien nicht zur Eizelle vordringen können, und verändert den Aufbau der Gebärmutter Schleimhaut, damit sich kein befruchtetes Ei einnisten kann.

Vorteile:

- Die Monatsblutungen werden meist regelmässiger, schwächer und weniger schmerzhaft
- Senkt das Risiko von Eierstock-, Gebärmutter- und Dickdarmkrebs
- Geeignet für gesunde Nichtraucherinnen bis zu 50 Jahren
- Nach dem Absetzen der Pille normalisiert sich die Fruchtbarkeit wieder

Nachteile:

- Nicht geeignet für übergewichtige Frauen oder Raucherinnen über 35 Jahre
- Geringes Risiko schwerwiegender Nebenwirkungen, z. B. Blutgerinnselbildung, Brust- und Gebärmutterhalskrebs
- Vorübergehende Nebenwirkungen wie Kopfschmerzen, Übelkeit, Stimmungsschwankungen und Spannungsgefühl in den Brüsten sind möglich

Hinweise:

- Pillenanwenderinnen sollten nicht rauchen

Minipille (enthält nur Gestagen)

Pillen, die nur Gestagen enthalten („Minipille“) sind zur Verhütung während der Behandlung mit Toctino ungeeignet. Fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker, wenn Sie sich nicht sicher sind, was für eine Pille Sie anwenden.

4.1.2. Verhütungspflaster

Das Verhütungspflaster ist ein dünnes, selbsthaftendes Pflaster, das Östrogen und Gestagen enthält.

Das erste Pflaster wird am ersten Tag Ihrer Monatsblutung angewendet. Dazu wird das Pflaster auf eine saubere, trockene und unbehaarte Hautstelle, zum Beispiel an Oberarm, Gesäss oder Bauch, aufgebracht. Es darf nicht an der Brust oder auf wunden bzw. gereizten Hautstellen angewendet werden. Drei Wochen lang wird wöchentlich ein neues Pflaster angewendet, jeweils an einer

anderen Hautstelle. In der 4. Woche, in der kein Pflaster angewendet wird, tritt in der Regel Ihre Monatsblutung ein.

Normalerweise haftet das Pflaster auch beim Baden oder beim Sport sehr gut. Falls das Pflaster sich ablöst und nicht wieder haften will, ist ein neues Pflaster zu verwenden. Wenn seit dem Ablösen des Pflasters noch keine 24 Stunden verstrichen sind, ist die Schutzwirkung noch gewährleistet. Gebrauchte Pflaster sind mit dem Hausmüll zu entsorgen.

Sicherheit: bei korrekter, vorschriftsmässiger Anwendung über 99 %. Während eines Jahres kommt es bei weniger als einer von 100 Anwenderinnen zu einer Schwangerschaft.

Wirkungsweise: Ein kleines, auf der Haut getragenes Pflaster gibt täglich eine gleichbleibende Menge an Hormonen (Östrogen und Gestagen) durch die Haut in die Blutbahn ab. Die Hauptwirkung entspricht der Wirkung der Kombinationspille. Es verhindert den monatlichen Eisprung (Ovulation), bewirkt eine Verdickung des Schleims im Gebärmutterhals, sodass die Spermien nicht zur Eizelle vordringen können, und verändert den Aufbau der Gebärmutter Schleimhaut, damit sich kein befruchtetes Ei einnisten kann.

Vorteile:

- ☉ Erfordert keine pünktliche tägliche Anwendung
- ☉ Die Wirkung wird durch Erbrechen oder Durchfall nicht beeinträchtigt
- ☉ Die Monatsblutungen werden meist regelmässiger, schwächer und weniger schmerzhaft
- ☉ Bessert Akne in manchen Fällen

Nachteile:

- ☉ Nicht geeignet für übergewichtige Frauen oder Raucherinnen über 35
- ☉ Geringes Risiko schwerwiegender Nebenwirkungen, z. B. Blutgerinnselbildung, Brust- und Gebärmutterhalskrebs

- ☉ Vorübergehende Nebenwirkungen wie Kopfschmerzen, Übelkeit, Stimmungsschwankungen und Spannungsgefühl in den Brüsten sind möglich
- ☉ Kann Hautreizungen hervorrufen

Hinweise:

- ☉ Das Pflaster ist unter Umständen sichtbar
- ☉ Während drei Wochen eines vierwöchigen Zyklus wird wöchentlich jeweils ein neues Pflaster verwendet
- ☉ Bestimmte Medikamente können die Wirkung des Pflasters beeinträchtigen
- ☉ In den ersten Monaten treten häufig Durchbruch- und Schmierblutungen auf

4.1.3. Vaginalring

Die hormonale Verhütung mit dem Vaginalring bietet eine Alternative zu Verhütungspillen, ist jedoch nicht in allen Ländern erhältlich.

Sicherheit: bei vorschriftsmässiger Anwendung über 99 %. Während eines Jahres kommt es bei weniger als einer von 100 Anwenderinnen zu einer Schwangerschaft.

Wirkungsweise: Es handelt sich um einen kleinen, biegsamen Ring, der in einem Anwendungszeitraum von 21 Tagen kontinuierlich geringe Mengen an Östrogen und Gestagen freisetzt. Seine Wirkung entspricht etwa der eines Intrauterinsystems oder einer Kombinationspille, d. h., er bewirkt eine Verdickung des Schleims im Gebärmutterhals, sodass die Spermien nicht zur Eizelle vordringen können, verändert den Aufbau der Gebärmutter Schleimhaut, damit sich kein befruchtetes Ei einnisten kann, und verhindert den Eisprung. Der Vaginalring wird drei Wochen lang ohne Unterbrechung getragen und anschliessend entfernt und entsorgt. Eine Woche später wird ein neuer Ring eingelegt. Während der siebentägigen Pause sollte Ihre Monatsblutung eintreten.

Vorteile:

- ☉ Erfordert keine pünktliche tägliche Anwendung
- ☉ Die Wirkung wird durch Erbrechen oder Durchfall nicht beeinträchtigt
- ☉ Die Monatsblutungen werden unter Umständen regelmässiger, schwächer und weniger schmerzhaft
- ☉ Problemloses Einführen und Entfernen

Nachteile:

- ☉ Nicht geeignet für übergewichtige Frauen oder Raucherinnen über 35 Jahre
- ☉ Geringes Risiko schwerwiegender Nebenwirkungen, z. B. Blutgerinnselbildung, Brust- und Gebärmutterhalskrebs
- ☉ Vorübergehende Nebenwirkungen wie vermehrter Ausfluss, Kopfschmerzen, Übelkeit, Spannungsgefühl in den Brüsten und Stimmungsschwankungen sind möglich

Hinweise:

- ☉ Die Anwenderinnen müssen mit dem Einführen und Entfernen des Vaginalrings gut zurechtkommen
- ☉ Der Ring wird während der ersten drei Wochen eines vierwöchigen Zyklus getragen
- ☉ Bestimmte Medikamente können die Wirkung des Rings beeinträchtigen

4.1.4. Verhütungsimplantate

Das Verhütungsimplantat ist ein kleines, biegsames Stäbchen, das unter der Haut Ihres Oberarms platziert wird. Das Implantat wird am ersten Tag Ihrer Monatsblutung eingesetzt und ist über einen Zeitraum von drei Jahren wirksam. Es kann jederzeit wieder entfernt werden.

Sicherheit: über 99 %. Während drei Jahren kommt es bei weniger als einer von 100 Anwenderinnen zu einer Schwangerschaft.

Wirkungsweise: Das Verhütungsimplantat setzt ein Gestagen frei. Dieses Hormon verhindert den Eisprung, bewirkt eine Verdickung des Schleims im Gebärmutterhals, sodass die Spermien nicht zur Eizelle vordringen können, und verändert den Aufbau der Gebärmutter Schleimhaut, damit sich kein befruchtetes Ei einnisten kann.

Vorteile:

- ☺ Wirkt drei Jahre lang, kann aber auch früher wieder entfernt werden
- ☺ Solange Sie das Implantat tragen, müssen Sie sich keine Gedanken um die Verhütung machen
- ☺ Nach dem Entfernen des Implantats normalisiert sich Ihre Fruchtbarkeit wieder

Nachteile:

- ☹ Die Monatsblutungen können ausbleiben, unregelmässig werden oder länger andauern
- ☹ Akne kann auftreten oder sich verschlechtern
- ☹ Zum Einsetzen und Entfernen ist ein kleiner Eingriff erforderlich

Hinweise:

- ☹ Das Implantat wird unter örtlicher Betäubung eingesetzt und erfordert keine Hautnaht
- ☹ Schmerzhaftigkeit, Blutergüsse und Schwellungen sind möglich
- ☹ Das Implantat ist tastbar, aber nicht sichtbar
- ☹ Bestimmte Medikamente können die Wirksamkeit des Implantats beeinträchtigen

4.1.5. Verhütungsspritze

Bei dieser Art der hormonalen Verhütung wird Ihnen ein Gestagen in Gesäss oder Oberarm injiziert. Ähnlich wie beim Verhütungsimplantat erfolgt auch hier die Verabreichung am ersten Tag Ihrer Monatsblutung und bietet sofortigen Schutz. Wird die Spritze erst zu einem späteren Zeitpunkt verabreicht, besteht in den ersten sieben Tagen noch kein Schutz vor Schwangerschaft.

Sicherheit: über 99 %. Während zwei Jahren kommt es bei weniger als vier von 1000 Anwenderinnen zu einer Schwangerschaft.

Wirkungsweise: Die Verhütungsspritze setzt ein Gestagen frei. Dieses Hormon verhindert den Eisprung, bewirkt eine Verdickung des Schleims im Gebärmutterhals, sodass die Spermien nicht zur Eizelle vordringen können, und verändert den Aufbau der Gebärmutterschleimhaut, damit sich kein befruchtetes Ei einnisten kann.

Vorteile:

- ☉ Die Wirkung hält je nach Präparat zwei bis drei Monate an. Die genaue Dauer der Wirkung ist der jeweiligen Fachinformation zu entnehmen
- ☉ Kann auch in der Stillzeit angewendet werden
- ☉ Während der Wirkdauer der Spritze brauchen Sie sich keine Gedanken um die Verhütung zu machen

Nachteile:

- ☉ Die Monatsblutungen können ausbleiben, unregelmässig werden oder länger anhalten
- ☉ Nach Abklingen der Wirkung kann es eine Zeit lang dauern, bis sich Monatsblutungen und Fruchtbarkeit wieder normalisieren
- ☉ Bei manchen Frauen kommt es zu einer Gewichtszunahme

Hinweise:

- ☉ Die einmal verabreichte Injektion kann nicht wieder aus dem Körper entfernt werden; etwaige Nebenwirkungen halten daher unter Umständen bis zum Ende der Wirkdauer und noch eine gewisse Zeit darüber hinaus an

- ☉ Die Wirkung wird nicht durch andere Medikamente, Durchfall oder Erbrechen beeinträchtigt

4.1.6. Hormonales Intrauterinsystem

Ein Intrauterinsystem (IUS) muss von einem Arzt eingelegt werden. Wenn die Einlage während der ersten Zykluswoche erfolgt, bietet das System sofortigen Schutz. Erfolgt die Einlage zu einem anderen Zeitpunkt, besteht während der ersten sieben Tage kein Verhütungsschutz.

Sicherheit: über 99 %. Während fünf Jahren kommt es bei weniger als einer von 100 Anwenderinnen zu einer Schwangerschaft.

Wirkungsweise: Ein kleiner, T-förmiger Kunststoffkörper wird in die Gebärmutter eingelegt und gibt dort nach und nach ein Gestagen ab. Dieses Hormon verändert den Aufbau der Gebärmutterschleimhaut, sodass sich kein befruchtetes Ei einnisten kann, und bewirkt eine Verdickung des Schleims im Gebärmutterhals, wodurch es für die Spermien schwierig wird, zur Eizelle vorzudringen.

Vorteile:

- ☉ Wirkt fünf Jahre lang, kann aber auch früher wieder entfernt werden
- ☉ Die Monatsblutungen werden viel schwächer, kürzer und in der Regel auch weniger schmerzhaft
- ☉ Solange Sie das IUS tragen, müssen Sie sich keine Gedanken um die Verhütung machen
- ☉ Nach dem Entfernen des IUS normalisiert sich Ihre Fruchtbarkeit wieder

Nachteile:

- ☉ In den ersten sechs Monaten treten häufig unregelmässige Blutungen oder Schmierblutungen auf
- ☉ Die Monatsblutungen können auch ganz ausbleiben
- ☉ In den ersten 20 Tagen nach der Einlage besteht ein geringes Infektionsrisiko

- ☉ Die Bildung von Eierstockzysten ist möglich
- ☉ Die Einlage wird bisweilen als unangenehm erlebt

Hinweise:

- ☉ Kann bei Einlage nach dem 45. Lebensjahr bis zu den Wechseljahren in der Gebärmutter belassen werden
- ☉ Die Anwenderinnen werden geschult, die korrekte Lage des IUS zu kontrollieren
- ☉ Kann bei Frauen mit sehr starken und/oder schmerzhaften Monatsblutungen hilfreich sein
- ☉ Vor der Einlage eines IUS wird üblicherweise eine Untersuchung auf vorbestehende Infektionen empfohlen
- ☉ Die Wirkung wird nicht durch andere Medikamente beeinträchtigt

4.2. Intrauterinpeppar (IUP, „Spirale“)

Das Intrauterinpeppar wird entsprechend dem jeweils üblichen Verfahren eingelegt. Es ist sofort nach der Einlage wirksam.

Sicherheit: über 99 %. Während fünf Jahren kommt es bei weniger als zwei von 100 Anwenderinnen zu einer Schwangerschaft.

Wirkungsweise: Ein kleines Medizinprodukt aus Kunststoff und Kupfer wird in die Gebärmutter eingelegt. Es verhindert, dass Spermien zur Eizelle gelangen und kann auch die Einnistung einer befruchteten Eizelle in der Gebärmutter unterbinden.

Vorteile:

- ☉ Wirkt sofort nach der Einlage
- ☉ Kann je nach Modell fünf bis zehn Jahre lang getragen und jederzeit wieder entfernt werden

- ☉ Solange Sie das IUP tragen, müssen Sie sich keine Gedanken um die Verhütung machen
- ☉ Nach dem Entfernen des IUP normalisiert sich Ihre Fruchtbarkeit wieder

Nachteile:

- ☉ Unter Umständen nicht geeignet bei Frauen, bei denen das Risiko einer sexuell übertragbaren Infektion besteht
- ☉ Die Monatsblutungen können stärker, länger und schmerzhafter werden
- ☉ In den ersten 20 Tagen nach der Einlage besteht ein geringes Infektionsrisiko
- ☉ Die Einlage wird bisweilen als unangenehm erlebt

Hinweise:

- ☉ Kann bei Einlage nach dem 40. Lebensjahr bis zu den Wechseljahren in der Gebärmutter belassen werden
- ☉ Die Anwenderinnen werden geschult, die korrekte Lage des IUP zu kontrollieren
- ☉ Vor der Einlage eines IUP wird üblicherweise eine Untersuchung auf vorbestehende Infektionen empfohlen
- ☉ Die Wirkung wird nicht durch andere Medikamente beeinträchtigt

4.3. Sterilisation

Die Sterilisation ist eine chirurgische Massnahme zur dauerhaften Empfängnisverhütung, die nicht wieder rückgängig gemacht werden kann. Derartige Verfahren sind nur zu empfehlen, wenn definitiv kein Kinderwunsch (mehr) besteht. Wie bei anderen primären Verhütungsmethoden wird auch hier zur ergänzenden Anwendung einer sekundären Methode geraten.

Sterilisation der Frau

Die Versagerrate beträgt ca. eins zu 200. Hierbei handelt es sich um eine Methode mit dauerhafter Wirkung, die sich für Frauen eignet, die definitiv keine Kinder oder keine Kinder mehr haben wollen.

Wirkungsweise: Die Eileiter werden operativ durchtrennt, verödet oder abgeklemmt. Auf diese Weise wird der Kontakt zwischen Eizelle und Spermien unterbunden.

Vorteile:

- ☉ Kann nicht einfach wieder rückgängig gemacht werden
- ☉ Nach erfolgreicher Operation brauchen Sie sich keine Gedanken mehr um die Verhütung zu machen
- ☉ Die Monatsblutungen bleiben davon unbeeinflusst

Nachteile:

- ☉ Alle Operationen sind mit gewissen Risiken behaftet; das Risiko schwerwiegender Komplikationen ist jedoch gering
- ☉ Wenn die Sterilisation nicht erfolgreich war, besteht das geringfügig erhöhte Risiko einer ektopen Schwangerschaft (z.B. Eileiterschwangerschaft)
- ☉ Zur Durchführung ist eine Vollnarkose oder eine örtliche Betäubung nötig

Hinweise:

- ☉ Wenn Sie sich nicht ganz sicher sind, sollten Sie die Methode nicht in Betracht ziehen; entsprechende Beratung ist wichtig
- ☉ Nach der Sterilisation können kurzzeitig Unannehmlichkeiten oder leichte Schmerzen auftreten. Nach dem Eingriff sollten Sie sich eine Zeit lang schonen und anstrengende Tätigkeiten vermeiden

Sterilisation des Mannes

Die Wahrscheinlichkeit, dass die Sterilisation beim Mann nicht glückt, beträgt etwa eins zu 2000. Dieses Verfahren zur dauerhaften Empfängnisverhütung eignet sich für Männer, die definitiv keine Kinder oder keine Kinder mehr haben wollen.

Wirkungsweise: Der Samenleiter (Vas deferens), der die Spermien vom Hoden zum Penis befördert, wird beidseitig durchtrennt, verödet oder abgebunden.

Vorteile:

- ☉ Kann nicht einfach wieder rückgängig gemacht werden
- ☉ Nach erfolgreicher Operation brauchen Sie sich keine Gedanken mehr um die Verhütung zu machen
- ☉ Der Eingriff erfolgt normalerweise unter örtlicher Betäubung

Nachteile:

- ☉ Solange nicht durch entsprechende Tests nachgewiesen ist, dass die Samenflüssigkeit keine Spermien mehr enthält, sind weiterhin empfängnisverhütende Massnahmen erforderlich. Dies kann bis zu acht Wochen dauern
- ☉ In seltenen Fällen kann es zu dauerhaften Hodenschmerzen kommen, die sich oftmals nicht wirksam behandeln lassen

Hinweise:

- ☉ Wenn Sie sich nicht ganz sicher sind, sollte die Methode nicht in Betracht gezogen werden; entsprechende Beratung ist wichtig
- ☉ Nach der Sterilisation können kurzzeitig Unannehmlichkeiten oder leichte Schmerzen auftreten. Nach dem Eingriff sollten Sie sich eine Zeit lang schonen und anstrengende Tätigkeiten vermeiden

5. Sekundäre Verhütungsmethoden

Sekundäre Verhütungsmethoden verbessern den Schutz vor einer Schwangerschaft erheblich, wenn sie in Kombination mit einer primären Verhütungsmethode angewendet werden. Wichtig bei einer sekundären Verhütungsmethode ist vor allem, dass Sie nicht vergessen dürfen, sie bei jedem Geschlechtsverkehr anzuwenden.

5.1. Kondome

Kondome für Männer bzw. für Frauen sind Barrieremethoden, die den Kontakt zwischen Spermien und Eizelle verhindern.

Kondome für den Mann

Sicherheit: bei sachgerechter Anwendung über 98 %. Während eines Jahres kommt es bei zwei von 100 Frauen zu einer Schwangerschaft.

Wirkungsweise: Kondome für den Mann sind aus sehr dünnem Latex (Gummi) oder aus Polyurethan gefertigt. Sie werden über den erigierten Penis gestülpt und verhindern, dass Spermien in die Vagina gelangen.

Vorteile:

- ☉ Kondome tragen zum Schutz vor sexuell übertragbaren Infektionen bei
- ☉ Sie haben keine schwerwiegenden Nebenwirkungen
- ☉ Zusätzliches Spermizid ist nicht erforderlich bzw. wird nicht empfohlen

Nachteile:

- ☉ Bei fehlerhafter Anwendung oder bei Verwendung der falschen Grösse besteht die Gefahr, dass das Kondom abrutscht oder reisst
- ☉ Nach dem Samenerguss muss der Penis sofort, d. h. vor dem Erschlaffen, aus der Scheide gezogen werden; dabei ist darauf zu achten, dass kein Sperma in die Scheide gelangt

Hinweise:

- Das Kondom muss aufgezogen werden, bevor der Penis den Genitalbereich der Frau berührt
- Produkte auf Ölbasis beschädigen Latexkondome, können aber in Verbindung mit Polyurethankondomen verwendet werden
- Kondome werden verbreitet angeboten und in manchen Kliniken auch kostenlos abgegeben
- Unterschiedliche Formen und Grössen sind erhältlich
- Beim Analverkehr wird ein zusätzliches Gleitmittel empfohlen

Kondome für die Frau

Kondome für Frauen gelten im Vergleich zu anderen Barrieremethoden als weniger zuverlässig und sind nicht geeignet für die Anwendung unter der Behandlung mit Toctino.

5.2. Diaphragma und Portiokappe mit Spermizid

Die Portiokappe weist Ähnlichkeit mit einem Diaphragma auf, ist jedoch kleiner. Sowohl beim Diaphragma als auch bei der Portiokappe sind Ausführungen zum einmaligen oder zum mehrmaligen Gebrauch erhältlich. Da die Grösse des Gebärmutterhalses von Frau zu Frau unterschiedlich ist, müssen sowohl Diaphragmen als auch Portiokappen vom Arzt im Einzelfall angepasst werden.

Einführen eines Diaphragmas

Wenn die richtige Grösse des Diaphragmas bestimmt wurde, erklärt Ihnen Ihr Arzt, wie Sie es einführen müssen.

Vor dem Einführen muss auf der Innenfläche und am Rand des Diaphragmas ein spermizidhaltiges Gel oder eine spermizidhaltige Creme aufgetragen werden. Das Diaphragma muss bei jedem Geschlechtsverkehr bzw. wenn zwischen dem Einführen des Diaphragmas und dem Geschlechtsverkehr bereits sechs Stunden verstrichen sind, erneut mit Spermizid behandelt werden. Nach dem letzten Geschlechtsverkehr sollte das Diaphragma noch mindestens sechs Stunden, jedoch nicht länger als 30 Stunden, getragen werden.

Einführen einer Portiokappe

Das Einführen und Entfernen einer Portiokappe gestaltet sich unter Umständen etwas schwieriger als das Einführen und Entfernen eines Diaphragmas. Mit ausführlichen ärztlichen Anweisungen und etwas Übung sollte es Ihnen jedoch mit der Zeit leichter von der Hand gehen. Die Kappe muss vor dem Einsetzen mit Spermizid befüllt werden. Sie umschliesst den Muttermund und sollte nach dem Geschlechtsverkehr noch mindestens sechs Stunden, aufgrund des Infektionsrisikos jedoch höchstens 48 Stunden lang getragen werden.

Bei jedem Geschlechtsverkehr bzw. nach einem Bad ist eine erneute Spermizidbehandlung erforderlich, da das Spermizid herausgespült oder verdünnt werden kann.

Sicherheit: Diaphragmen und Portiokappen bieten bei Anwendung mit einem Spermizid eine Sicherheit von 92 % bis 96 %. Während eines Jahres kommt es bei vier bzw. acht von 100 Anwenderinnen zu einer Schwangerschaft.

Wirkungsweise: Die flexible Vorrichtung aus Latex oder Silikon wird zusammen mit einem Spermizid in die Scheide eingeführt und schliesst dort den Gebärmutterhals ab. Auf diese Weise wird verhindert, dass Spermien in die Gebärmutter gelangen und auf eine Eizelle treffen können.

Vorteile:

- ☉ Können jederzeit vor dem Geschlechtsverkehr eingesetzt werden
- ☉ Müssen nur bei Geschlechtsverkehr angewendet werden
- ☉ Bergen keine schwerwiegenden Gesundheitsrisiken

Nachteile:

- ☉ Bei erneutem Geschlechtsverkehr muss noch einmal Spermizid aufgetragen werden
- ☉ Manche Personen reagieren empfindlich auf Spermizide
- ☉ Die korrekte Anwendung erfordert unter Umständen etwas Zeit und Übung
- ☉ Bieten keinen Schutz vor sexuell übertragbaren Krankheiten

Hinweise:

- ☺ Es muss die jeweils passende Grösse verwendet werden
- ☺ Nach einer Geburt, einer Fehlgeburt oder einem Schwangerschaftsabbruch benötigen Sie eventuell eine andere Grösse
- ☺ Das Diaphragma bzw. die Portiokappe muss nach dem Geschlechtsverkehr noch sechs Stunden lang getragen werden

5.3. Verhütungsschwamm (mit Spermizid)

Der Verhütungsschwamm ist eine weiche Scheibe bzw. ein Kissen aus Schaumstoff zum einmaligen Gebrauch. Er ist mit einem Gramm des Spermizids Nonoxinol-9 vorbehandelt.

- ☺ Der Schwamm wird in die Scheide eingeführt und über dem Gebärmutterhals platziert
- ☺ Dort fängt er die Spermien ab und verstärkt so die Wirkung des Spermizids
- ☺ Das im Schwamm enthaltene Spermizid macht die Spermien bewegungsunfähig
- ☺ Mithilfe einer Schlaufe lässt sich der Schwamm problemlos wieder entfernen

Sicherheit: Die Sicherheit des Verhütungsschwamms beträgt bei korrekter Anwendung 80 %, bei durchschnittlicher Anwendung 68 %.

Vorteile:

- ☺ Kann stets problemlos mitgeführt werden
- ☺ Hormonfrei
- ☺ Der Schwamm kann bereits vorab eingeführt werden und bietet 12 Stunden lang Schutz; auch bei wiederholtem Geschlechtsverkehr innerhalb dieses Zeitraums ist kein Auswechseln des Schwamms erforderlich
- ☺ Rezeptfrei; keine Grössenanpassung erforderlich

Nachteile:

- ☺ Korrekte Einföhrungstechnik erforderlich
- ☺ Kann bei Spermizidallergie nicht verwendet werden
- ☺ Bietet keinen Schutz vor sexuell übertragbaren Krankheiten

6. Während der Behandlung mit Toctino ungeeignete Verhütungsmethoden

Andere, oben nicht aufgeführte Verhütungsmethoden sind in der Regel nicht so zuverlässig und können während der Behandlung mit Toctino nicht empfohlen werden.

Die Minipille ist weniger sicher als die Kombinationspille. Mikrodotierte Progesteronpräparate (östrogenfreie „Minipillen“) stellen während der Behandlung mit Toctino keine angemessene Verhütungsmethode dar.

Barrieremethoden sollten unter einer Behandlung mit Toctino nicht als alleinige, sondern nur als ergänzende (sekundäre) Verhütungsmethode angewendet werden.

Kondome für Frauen gelten im Vergleich zu anderen Barrieremethoden als weniger zuverlässig und sind in Verbindung mit einer Toctino-Behandlung ungeeignet.

Andere Methoden, z. B. Nachverhütung (Notfallverhütung), Coitus interruptus (Abbruch des Geschlechtsverkehrs vor dem Samenerguss) und kalender- bzw. zyklusbasierte Temperaturmethoden, sind unzuverlässig und dürfen in Verbindung mit einer Toctino-Behandlung nicht angewendet werden.

7. Was Sie sich merken müssen

- ☉ Toctino kann schwere Fehlbildungen bei Ungeborenen hervorrufen. Sie dürfen Toctino nicht nehmen, wenn Sie schwanger sind, und Sie dürfen während der Behandlung mit Toctino bzw. im ersten Monat nach Beendigung der Behandlung nicht schwanger werden. Im Monat vor der Behandlung mit Toctino, während der Behandlung sowie im ersten Monat nach Beendigung der Behandlung müssen Sie zwei zuverlässige, einander ergänzende Verhütungsmethoden anwenden.
- ☉ Dabei muss es sich um eine primäre und eine sekundäre Verhütungsmethode handeln.
- ☉ Es gibt eine Vielzahl unterschiedlicher Verhütungsmethoden. Langwirkende Verhütungsmittel wie Verhütungsspritzen oder ein Intrauterinpessar („Spirale“) haben den Vorteil, dass Sie nicht an die regelmässige Einnahme oder Anwendung denken müssen. Bei anderen Methoden, zum Beispiel Pille oder Kondom, dürfen Sie die tägliche Einnahme bzw. die Anwendung unmittelbar vor dem Geschlechtsverkehr nicht vergessen. Alle Methoden sind stets nur bei vorschriftsmässiger Anwendung zuverlässig.
- ☉ Bitte sprechen Sie mit Ihrem Partner darüber, warum die Empfängnisverhütung im Monat vor der Behandlung mit Toctino sowie während der Behandlung und bis einen Monat nach Beendigung der Behandlung so wichtig ist. Auch Ihr Geschlechtspartner muss über Empfängnisverhütung und die Gefahr von Geburtsfehlern bei Kindern von mit Toctino behandelten Frauen Bescheid wissen. Erklären Sie ihm, was Sie beide tun müssen: zwei sichere Verhütungsmethoden (zusammen mit Ihrem Arzt oder der zuständigen Fachkraft) auswählen und diese einen Monat vor der Behandlung sowie während der Behandlung und im ersten Monaten nach Beendigung der Behandlung mit Toctino anwenden.
- ☉ Es ist von entscheidender Bedeutung, dass Sie unter der Behandlung mit Toctino nicht schwanger werden; daher müssen Sie nach einem ungeschützten Geschlechtsverkehr oder wenn Sie glauben, dass Sie schwanger sein könnten, Toctino sofort absetzen und sich an Ihren Arzt oder Ihre Beratungsstelle für Familienplanung wenden.

Danksagung

Die Informationen zur Empfängnisverhütung in dieser Broschüre wurden in modifizierter Form den Merkblättern „Your Guide to Contraception“ (Januar 2014) und „Your Guide to the Contraceptive Patch“ (Januar 2014) der Family Planning Association entnommen.

Weitere wichtige Informationen über Tactino, unter anderem über die Einnahme, die Nebenwirkungen und spezielle Warnhinweise, finden Sie in der Packungsbeilage. Bitte lesen Sie auch diese vor der ersten Einnahme genau durch und befolgen Sie die darin enthaltenen Anweisungen. Wenn Sie danach noch offene Fragen bezüglich der Einnahme von Tactino haben oder Unsicherheiten verspüren, sprechen Sie bitte mit Ihrem behandelnden Hautarzt darüber.

GlaxoSmithKline AG
Talstrasse 3-5
CH-3053 Münchenbuchsee

Stempel des Arztes

CH/ART/0004/15(1)ca/06.09.2018

