

**Schwanger-
schafts-
verhütungs-
Programm**

Inhalt

1.	Mythen und Fakten	3
2.	Schwangerschaftsverhütung und Toctino®	4
3.	Schwangerschaftstests	6
4.	Geeignete Verhütungsmethoden	7
5.	Verhütungsmethoden erster Wahl	8
5.1	Hormonelle Verhütung	8
5.1.1	Orale Verhütungspräparate (die Pille)	8
5.1.2	Hormonpflaster	10
5.1.3	Vaginalring	10
5.1.4	Hormonimplantat	11
5.1.5	Dreimonatsspritze	11
5.1.6	Hormonspirale	12
5.2	Nichthormonelle Verhütung (Intrauterinpessar, Spirale)	12
5.3	Sterilisation	12
6.	Verhütungsmethoden zweiter Wahl	13
6.1	Kondom	13
6.2	Diaphragma und Portiokappe mit Spermizid	14
7.	Notfallverhütung	15
7.1	Die Pille danach	15
7.2	Spirale danach	15
8.	Während der Behandlung mit Toctino® nicht geeignete Methoden	16
9.	Zusätzliche Informationen	17
9.1	Wichtige Tatsachen, die Sie beachten müssen	17

1. Mythen und Fakten

Es existieren viele Mythen zur Verhütung, zum Beispiel:

- ☹ Ich kann nicht schwanger werden, wenn ich zum ersten Mal Geschlechtsverkehr habe.
- ☹ Ich kann nicht schwanger werden, wenn ich keinen Höhepunkt (Orgasmus) habe.
- ☹ Ich kann nicht schwanger werden, wenn mein Partner seinen Penis vor dem Samenerguss zurückzieht (Coitus Interruptus).
- ☹ Ich kann während meiner Monatsblutung nicht schwanger werden.
- ☹ Ich kann nicht schwanger werden, während ich stille.
- ☹ Ich kann eine Schwangerschaft verhindern, indem ich meine Scheide nach dem Geschlechtsverkehr ausspüle.
- ☹ Ich kann in bestimmten Stellungen nicht schwanger werden, zum Beispiel wenn ich stehend Geschlechtsverkehr habe.

Alle diese Aussagen sind falsch! Sie können jedes Mal schwanger werden, wenn Sie ungeschützten Geschlechtsverkehr haben.

2. Schwangerschaftsverhütung und Toctino®

Der wirksame Bestandteil von Toctino® ist Alitretinoin. Alitretinoin gehört zu einer Arzneimittelklasse (Abkömmlinge von Vitamin A), von der bekannt ist, dass sie schwerwiegende Missbildungen beim ungeborenen Kind hervorrufen. Das bedeutet, dass bei Einnahme von Toctino® während der Schwangerschaft ein extrem hohes Risiko für ein ungeborenes Kind besteht, mit Missbildungen zur Welt zu kommen. Dazu gehören:

- ☉ Schädigungen des zentralen Nervensystems, z.B. Hydrozephalus (sog. »Wasserkopf«)
- ☉ Fehlbildungen des Gehirns
- ☉ Mikrozephalie (= stark verkleinertes, nicht vollständig ausgereiftes Gehirn, was mit Schwachsinnigkeit einhergeht)
- ☉ Gesichtsdeformität, z.B. eingedrückte Nasenbrücke
- ☉ Lippen-Kiefer-Gaumenspalte
- ☉ Fehlbildung oder Fehlen der Ohren
- ☉ Fehlbildung des Auges, z.B. Mikrophthalmie
- ☉ Fehlbildungen des Herz-Kreislauf-Systems
- ☉ Defekte des Thymus oder der Nebenschilddrüse

Außerdem besteht bei Einnahme von Toctino® während der Schwangerschaft ein erhöhtes Risiko von Fehlgeburten.

Sie dürfen Toctino® nicht einnehmen, wenn Sie bereits schwanger sind und dürfen während der Behandlung und einen Monat nach Beendigung der Einnahme von Toctino® nicht schwanger werden.

Vor Beginn der Behandlung müssen Sie zwei ärztlich überwachte Schwangerschaftstests durchführen lassen. Der erste Test sollte während der ersten 3 Tage Ihres Menstruationszyklus vorgenommen werden.

Der zweite Test muss unter ärztlicher Überwachung nach mindestens 4-wöchiger Anwendung der Verhütungsmethoden am Tag der Erst-Verordnung oder innerhalb der letzten 3 Tage vor der Verordnung durchgeführt werden. Ihr behandelnder Hautarzt wird während der Behandlung monatlich Schwangerschaftstests durchführen, sowie einen weiteren 5 Wochen nach Beendigung der Therapie. Sie müssen einen Monat vor der Behandlung damit beginnen, mindestens eine, vorzugsweise zwei wirksame Verhütungsmethoden anzuwenden und dies während der Behandlung sowie einen Monat nach Beendigung der Behandlung fortsetzen.

Die Anwendung von mindestens einer, vorzugsweise 2 wirksamen Methoden ist deshalb erforderlich, da keine Methode 100 %-ige Sicherheit bietet. Sie und Ihr Partner müssen sich über die Wichtigkeit der Verhütung sowie der potenziellen Gefahren für das ungeborene Leben im Falle einer Schwangerschaft während der Toctino® – Behandlung im Klaren sein. Auch falls Sie momentan sexuell nicht aktiv sind, müssen Sie Verhütungsmethoden anwenden, es sei denn Ihr Arzt ist völlig sicher, dass für Sie kein Risiko einer Schwangerschaft besteht (z.B. aufgrund einer Gebärmutterentfernung).

In dieser Broschüre werden die Anwendung und Wirksamkeit verschiedener Verhütungsmethoden erklärt. Durch die Anwendung von zweifacher Verhütung reduzieren Sie das Risiko schwanger zu werden beträchtlich. Diese Broschüre ist eine Ergänzung, jedoch kein Ersatz für die Anweisungen, die Ihr Arzt Ihnen gibt. Sie sollten vor Beginn der Behandlung mit Toctino® mit Ihrem behandelnden Hautarzt über die von Ihnen gewählte(n) Methoden zur Schwangerschaftsverhütung sprechen.

3. Schwangerschaftstests

Die Schwangerschaftstests müssen unter ärztlicher Überwachung mit einer Mindestempfindlichkeit von 25mIU/ml durchgeführt werden. Das Datum und die Ergebnisse der Tests müssen aufgezeichnet werden.

Um eine bereits vor Beginn der Anwendung der Verhütungsmaßnahmen bestehende Schwangerschaft auszuschließen, ist es erforderlich, während der ersten 3 Tage Ihres Menstruationszyklus einen ersten, ärztlich überwachten Schwangerschaftstest durchführen zu lassen. Falls Ihr Zyklus unregelmäßig ist, sollte der Zeitpunkt des Schwangerschaftstests entsprechend Ihrer sexuellen Aktivität gewählt werden, das heißt, der Test könnte beispielsweise etwa 3 Wochen nach dem letzten ungeschützten Geschlechtsverkehr stattfinden.

Nach Erhalt eines negativen Schwangerschaftstestergebnisses wird Ihr Arzt mit Ihnen über die Verhütungsmaßnahmen sprechen, Sie auffordern, mit der Anwendung der gewählten Verhütungsmethoden zu beginnen und nach 4-wöchiger Anwendung zu einem erneuten Besuch wiederzukommen. Er wird Sie auffordern, das (negative) Ergebnis eines innerhalb der letzten 3 Tage vor diesem Arztbesuch durchgeführten ärztlich überwachten Schwangerschaftstests vorzulegen, oder er lässt den Test selbst durchführen.

Nur wenn Sie diese Voraussetzungen erfüllen, wird Ihnen Toctino[®] für einen Monat verordnet. Es ist notwendig, Ihren behandelnden Hautarzt während der Behandlung alle 4 Wochen aufzusuchen. Während Ihrer Arztbesuche wird ein ärztlich überwachter Schwangerschaftstest durchgeführt (es sei denn, das negative Ergebnis eines innerhalb der letzten 3 Tage vor dem Arztbesuch durchgeführten Schwangerschaftstests ist verfügbar).

Diese Schwangerschaftstests werden monatlich während der gesamten Behandlung mit Toctino[®] sowie 5 Wochen nach Beendigung der Behandlung durchgeführt.

Die Durchführung eines Schwangerschaftstests 5 Wochen nach Beendigung der Behandlung mit Toctino[®] ist erforderlich, um sicherzustellen, dass keine Schwangerschaft während der gesamten Behandlungsdauer mit Toctino[®] eingetreten ist.

4. Geeignete Verhütungsmethoden

Es gibt eine Vielfalt unterschiedlicher Verhütungsmittel auf dem Markt. Sprechen Sie mit Ihrem behandelnden Hautarzt oder einem Frauenarzt über alle verfügbaren Methoden, um die für Sie persönlich am besten geeigneten Methoden zu finden. Die Entscheidung ist abhängig von Ihrem Alter, Ihrem allgemeinen Gesundheitszustand, Ihrer familiären Krankengeschichte und Ihren individuellen Bedürfnissen. Möglicherweise verwenden Sie bereits eine geeignete, wirksame Verhütungsmethode, die Sie während der Therapie mit Toctino[®] weiterführen können.

Nicht alle verfügbaren Verhütungsmethoden bieten dieselbe Sicherheit. Es ist deshalb wichtig sich im Klaren zu sein, welche Methode voraussichtlich am sichersten ist und wie sie angewendet wird. Wenn Sie selbst bereits im Vorfeld Informationen über die verfügbaren Methoden sammeln, können Sie beim Gespräch mit Ihrem Arzt gezielter nachfragen.

Die Wirksamkeit von Methoden zur Empfängnisverhütung ist vom Alter der Frau, ihrer sexuellen Aktivität und ihrer Fähigkeit abhängig, die Anweisungen zur Anwendung der jeweiligen Methode zu befolgen.

Es ist empfehlenswert, eine Methode der ersten Wahl (zum Beispiel ein orales Kontrazeptivum, »die Pille«) in Kombination mit einer Methode der zweiten Wahl (zum Beispiel Kondome für Männer) zu verwenden, um den bestmöglichen Schutz zu gewährleisten.

Die Wirksamkeit der folglich beschriebenen Methoden ist entsprechend der Anzahl von Schwangerschaften auf 100 Frauen angegeben, die bei korrekter Anwendung der jeweiligen Verhütungsmethode innerhalb eines Jahres schwanger werden.

5. Verhütungsmethoden erster Wahl

5.1 Hormonelle Verhütung

5.1.1 Orale Verhütungspräparate (die Pille)

Es gibt zwei Arten oraler Verhütungspräparate:

- Die Östrogene und Progesteron enthaltende Kombinationspille. Durch diese Methode wird der Eisprung verhindert.
- Die Progesteronpille (Minipille), die eine Verdickung der Scheiden- und Gebärmutter Schleimhaut bewirkt, so dass Samenzellen nicht zur Befruchtung zum Ei gelangen können und verhindert wird, dass ein befruchtetes Ei sich in der Gebärmutter einnisten kann.

Kombinationspille

Es gibt verschiedene Arten von Kombinationspillen. Einphasenpillen enthalten dieselbe Menge an Hormonen in jeder Pille und müssen 21 Tage lang eingenommen werden. Nach einer Pause von 7 Tagen wird die nächste Packung begonnen.

Zwei- und Dreiphasenpillen enthalten unterschiedliche Hormonmengen pro Pille und müssen 21 Tage lang in der korrekten Reihenfolge eingenommen werden, danach erfolgt ebenfalls eine Einnahmepause von 7 Tagen, innerhalb derer Ihre Regelblutung eintritt.

Die »Pille für jeden Tag« wird täglich ohne Unterbrechung zwischen zwei Packungen eingenommen. Jede Packung enthält 21 aktive Pillen, gefolgt von 7 Pillen ohne Wirkstoffe. Die Tabletten werden ohne Einnahmepause eingenommen, innerhalb der 7 Tage der Einnahme von Tabletten ohne Wirkstoffe tritt die Regelblutung ein.

Wirksamkeit: In einem Jahr wird weniger als 1 von 100 Frauen bei Einnahme entsprechend den Anweisungen schwanger.

Faktoren, die sich negativ auf die Wirksamkeit der Pille auswirken:

Die Pille muss jeden Tag eingenommen werden, um den Empfängnischutz sicherzustellen. Wird die Pille mehr als 12 Stunden zu spät eingenommen, besteht kein Schutz mehr. Lesen Sie die Packungsbeilage Ihrer Pille und lassen Sie sich von Ihrem Arzt beraten, wie Sie weiter vorgehen sollen und welche anderen Methoden in diesem Fall anzuwenden sind.

Falls Sie andere Arzneimittel einnehmen müssen, ist es wichtig Ihrem Arzt mitzuteilen, dass Sie die Pille nehmen. Da einige Arzneimittel, beispielsweise Antibiotika, die Wirksamkeit der Pille beeinträchtigen, ist möglicherweise die Anwendung zusätzlicher Verhütungsmethoden erforderlich.

Wenn innerhalb von 3 Stunden nach Einnahme der Pille Erbrechen auftritt oder Sie Durchfall haben, kann der Schutz ebenfalls nicht sicher sein. Sie sollten bis zum Ende des Menstruationszyklus dann zusätzliche Verhütungsmethoden anwenden.

Das pflanzliche Arzneimittel Johanniskraut sollte nicht zusammen mit der Pille eingenommen werden, da es deren zuverlässige Wirksamkeit ebenfalls beeinträchtigen kann.

Minipille

Die Progesteronpille (Minipille) bewirkt eine Verdickung der Gebärmutter Schleimhaut und verhindert dadurch, dass Spermien zum Ei gelangen und sich das Ei in der Gebärmutter einnisten kann. In einigen Fällen verhindert die Minipille auch den Eisprung. Die Minipille ist aber weniger wirksam als die Kombinationspille.

Zur Gewährleistung eines sicheren Empfängnischutzes muss die erste Pille am ersten Tag Ihres Menstruationszyklus eingenommen werden. Beginnen Sie erst später, besteht bis zum Ende dieses Zyklus kein Schutz und es muss eine zusätzliche Methode verwendet werden. Die Minipille muss immer zur selben Tageszeit eingenommen und die Einnahme darf nicht unterbrochen werden.

Wirksamkeit: In einem Jahr wird 1 von 100 Frauen bei Einnahme entsprechend den Anweisungen schwanger.

Faktoren, die sich negativ auf die Wirksamkeit der Minipille auswirken:

Sie dürfen nicht vergessen, sie täglich einzunehmen.

Falls Sie die Einnahme der Minipille zum üblichen Zeitpunkt vergessen haben, nehmen Sie sie ein, sobald Sie daran denken. Wenn die Einnahme um 3 Stunden oder weniger verzögert ist, bleibt der Empfängnisschutz noch bestehen. Falls Sie sie jedoch mehr als 3 Stunden später als üblich einnehmen, besteht bis zum Ende dieses Zyklus kein Schutz mehr und Sie müssen zusätzlich andere Methoden anwenden.

Die Minipille kann unregelmäßige oder ausbleibende Regelblutungen verursachen.

5.1.2 Hormonpflaster

Beim Hormonpflaster handelt es sich um ein kleines, selbstklebendes Pflaster, welches die Hormone Östrogen und Progesteron enthält. Das Pflaster gibt eine konstante Menge an Hormonen über die Haut ab, wodurch der Eisprung verhindert wird.

Das erste Pflaster wird am ersten Tag Ihrer Menstruation angebracht und muss auf einem sauberen, trockenen und haarfreien Hautbereich aufgeklebt werden, zum Beispiel am Arm, Gesäß oder Bauch. Das Pflaster sollte nicht auf die Brust und gereizte oder entzündete Hautstellen geklebt werden. Drei Wochen lang wird jede Woche ein neues Pflaster an einer anderen Stelle aufgeklebt. Während der 4. Woche, wenn kein Pflaster angewendet wird, kommt es zur Regelblutung.

Normalerweise haftet das Pflaster sehr gut, selbst beim Baden oder Sport. Falls sich das Pflaster löst und nicht mehr aufkleben lässt, sollte ein neues Pflaster verwendet werden. Falls sich ein Pflaster gelöst hat und weniger als 24 Stunden bis zum Aufkleben eines neuen Pflasters verstrichen sind, bleibt der Empfängnisschutz noch erhalten. Die Pflaster sollten nach der Verwendung im Müll entsorgt und nicht in die Toilette geworfen werden.

Wirksamkeit: In einem Jahr wird weniger als 1 von 100 Frauen bei Anwendung entsprechend den Anweisungen schwanger.

5.1.3 Vaginalring (Scheidenring)

Der Vaginalring (Scheidenring) wirkt ebenfalls hormonell und ist eine Alternative zu oralen hormonellen Verhütungsmitteln. Es handelt sich um einen kleinen, runden, flexiblen Ring, der Östrogen und Progesteron enthält und diese Hormone täglich fortlaufend in niedriger Dosierung während eines Zeitraums von 21 Tagen abgibt. Sie können sich den Ring selbst einsetzen. Wurde zuvor keine hormonelle Verhütung

angewendet, sollte der Ring zwischen dem 1. und 5. Tag des Zyklus eingesetzt werden. Während der ersten 7 Tage nach dem Einsetzen des Rings sollte zusätzlich eine andere Methode angewendet werden. Falls zuvor bereits hormonelle Verhütung angewendet wurde, muss der Ring an dem Tag eingesetzt werden, an dem Sie mit dem Einnehmen der ersten Pille begonnen hätten.

Der Ring sollte so tief wie möglich eingeführt werden. Bei korrekter Platzierung darf der Ring nicht als unangenehm oder störend empfunden werden. Drei Wochen nach dem Einsetzen muss der Ring wieder entfernt und entsorgt werden. Es folgt eine Pause von 7 Tagen, innerhalb derer Ihre Regelblutung eintritt, anschließend muss der nächste Ring eingesetzt werden.

Wirksamkeit: In einem Jahr wird 1 von 100 Frauen bei Anwendung entsprechend den Anweisungen schwanger.

5.1.4 Hormonimplantat

Beim Hormonimplantat handelt es sich um ein dünnes, flexibles Stäbchen, das auf der Innenseite des Oberarms unter der Haut implantiert wird. Es gibt geringe Mengen Progesteron ab, was eine Verdickung der Gebärmutter Schleimhaut bewirkt, so dass Spermazellen nicht zum Ei gelangen können und das Ei sich nicht in der Gebärmutter einnisten kann. Das Implantat wird am ersten Tag des Menstruationszyklus eingesetzt und wirkt 3 Jahre lang. Es kann jederzeit entfernt werden.

Wirksamkeit: In einem Jahr wird weniger als 1 von 100 Frauen schwanger.

5.1.5 Dreimonatsspritze

Bei dieser hormonellen Verhütungsmethode wird Progesteron mit einer Spritze in den Arm oder Gesäßmuskel injiziert. Der Schutz hält 12 Wochen an. Wie auch beim Hormonimplantat erfolgt die Anwendung an den ersten Tagen des Menstruationszyklus, der Schutz setzt dann sofort ein. Erfolgt die Injektion später, besteht während der ersten 7 Tage nach der Injektion noch kein Schutz. Diese Art der Geburtenkontrolle gehört auch zu denjenigen, die rückgängig gemacht werden können, es kann jedoch mehrere Monate nach Beendigung der Injektionen dauern, bis Sie schwanger werden können.

Wirksamkeit: In einem Jahr wird weniger als 1 von 100 Frauen bei Anwendung entsprechend den Anweisungen schwanger.

5.1.6 Hormonspirale

Die Hormonspirale ist ein kleines T-förmiges Plastikelement, das Progesteron enthält. Sie bewirkt eine Verdickung der Gebärmutter Schleimhaut, so dass die Spermien nicht zum Ei gelangen können. Gelegentlich verhindert sie auch den Eisprung.

Die Hormonspirale muss von einem Arzt eingesetzt werden, der die korrekte Lage per Ultraschall überprüft. Wird sie während der ersten Zykluswoche eingesetzt, bietet sie einen sofortigen Empfängnischutz. Wird sie zu einem anderen Zeitpunkt eingesetzt, besteht während der ersten 7 Tage noch kein Schutz. Die Hormonspirale ist 5 Jahre lang wirksam kann aber auch jederzeit entfernt werden.

Wirksamkeit: In einem Jahr wird weniger als 1 Frau von 100 schwanger.

5.2 Nichthormonelle Verhütung (Intrauterinpeessar, Spirale)

Beim Intrauterinpeessar, auch als Spirale bezeichnet, handelt es sich um ein kleines Plastik- oder Kupferelement, das in die Gebärmutter eingesetzt wird. An einem Ende hat es einen oder zwei Fäden, die aus der Gebärmutter heraustreten. Die Spirale verhindert Schwangerschaften dadurch, dass die Spermien nicht zum Ei gelangen können. Zusätzlich wird durch die Spirale verhindert, dass sich ein befruchtetes Ei in der Gebärmutter einnisten kann. Die Spirale muss von einem Arzt eingesetzt werden; ihre korrekte Lage wird per Ultraschall überprüft. Die Spirale bietet sofort nach dem Einsetzen einen wirksamen Schutz und kann 3 – 5 Jahre liegen bleiben oder aber auch jederzeit entfernt werden.

Wirksamkeit: In einem Jahr werden weniger als 1 bis 2 von 100 Frauen schwanger.

5.3 Sterilisation

Die Sterilisation ist eine dauerhafte Verhütungsmethode, die operativ ausgeführt wird und nicht rückgängig gemacht werden kann. Bei der Sterilisation sowohl von Männern als auch von Frauen wird verhindert, dass die Spermien mit dem Ei in Kontakt kommen können. Bei Frauen erfolgt die Sterilisation durch Verschließen der Eileiter (Salpingotomie), bei Männern mittels Durchtrennen der Samenleiter, die die Samenflüssigkeit von den Hoden zum Glied transportieren (Vasektomie). Diese Methoden werden nur Patienten empfohlen, die sich ganz sicher sind, dass sie keine Kinder mehr haben wollen. Eine Vasektomie ist erfolgreich, wenn bei mindestens zwei Samenergüssen keinerlei Spermien mehr nachgewiesen werden können. Eine von 1000 Sterilisationen bei Frauen ist nicht erfolgreich. Die Sterilisation wird als Verhütungsmethode erster Wahl angesehen. Wie bei anderen Verhütungsmethoden erster Wahl wird auch hier die zusätzliche Anwendung einer Verhütungsmethode zweiter Wahl empfohlen.

6. Verhütungsmethoden zweiter Wahl

6.1 Kondom

Kondome für Männer und Frauen gehören zu den Barrieremethoden, bei denen verhindert wird, dass Spermien und Ei in Kontakt kommen. Kondome für Frauen werden im Vergleich zu anderen Barrieremethoden als weniger wirksam angesehen und sollten bei gleichzeitiger Behandlung mit Toctino[®] nicht verwendet werden.

Das Kondom für Männer besteht aus dünnem Latex oder Polyurethan. Es ist empfehlenswert mit Spermizid beschichtete Kondome zu verwenden, da dies die Spermien abtötet und dadurch noch besseren Schutz gewährleistet. Ein weiterer Vorteil von Kondomen ist der Schutz vor HIV/AIDS und anderen sexuell übertragbaren Erkrankungen.

Anweisungen zur Anwendung von Kondomen werden in der Packungsbeilage oder auf der Packung gegeben. Ein Kondom kann nur einmal verwendet werden. Es muss rechtzeitig vor dem Kontakt mit den weiblichen Geschlechtsorganen auf das steife Glied gerollt werden. Das Kondom muss sofort nach dem Samenerguss zusammen mit dem Glied herausgezogen werden, um ein Austreten von Samenflüssigkeit zu verhindern.

Bei fehlerhafter Anwendung von Kondomen können Spermien in die Scheide gelangen, beispielsweise:

- ☹ Wenn das Glied mit den weiblichen Geschlechtsorganen in Kontakt kommt, bevor das Kondom auf das Glied gerollt wird.
- ☹ Wenn das Kondom reißt oder sich löst und in die Scheide rutscht.
- ☹ Bei Beschädigung des Kondoms durch Fingernägel oder Schmuck.
- ☹ Bei Anwendung von ölhaltigen Substanzen mit Latexkondomen.

Wirksamkeit: In einem Jahr werden 2 von 100 Frauen bei Anwendung entsprechend den Anweisungen schwanger.

6.2 Diaphragma und Portiokappe mit Spermizid (Samenzellen abtötender Substanz)

Ein Diaphragma ist eine flache Latexkappe, die in die Scheide eingeführt wird und durch das Abdecken des Muttermundes verhindert, dass die Samenzellen in die Gebärmutter gelangen können. Portiokappen sind ähnlich wie Diaphragmen, aber etwas kleiner. Es gibt Diaphragmen und Portiokappen zur einmaligen und zur mehrmaligen Verwendung. Da bei jeder Frau der Gebärmutterhals unterschiedlich geformt ist, muss das Diaphragma bzw. die Portiokappe von einem Arzt individuell angepasst werden. Der Sitz muss alle 6 Monate, und außerdem bei Gewichtsverlust oder -zunahme um mehr als 5kg, überprüft werden. Diaphragma und Portiokappe sollten zusammen mit einer Samenzellenabtötenden Substanz (Spermizid) angewendet werden.

Einsetzen des Diaphragmas

Nach Ermittlung der richtigen Größe des Diaphragmas erklärt Ihnen Ihr Arzt, wie es eingesetzt wird.

Vor dem Einsetzen und vor jedem erneuten Geschlechtsverkehr muss im Inneren des Diaphragmas und um seinen Rand eine spermizide Creme oder Gel aufgetragen werden. Wenn zwischen dem Auftragen des Spermizids und dem eigentlichen Geschlechtsverkehr mehr als 6 Stunden vergangen sind, muss das Spermizid erneut aufgetragen werden. Das Diaphragma muss mindestens 6 Stunden, aber nicht länger als 30 Stunden nach dem letzten Geschlechtsverkehr in der Scheide bleiben.

Einsetzen einer Portiokappe

Das Einsetzen und Herausnehmen einer Portiokappe kann etwas schwieriger sein als bei einem Diaphragma. Mit ausreichenden Anweisungen vom Arzt und etwas Übung lässt es sich jedoch meistern. Die Portiokappe muss vor dem Einsetzen mit Spermizid gefüllt werden. Die Portiokappe sitzt direkt über dem Muttermund und sollte mindestens 6 Stunden lang nach dem Geschlechtsverkehr liegenbleiben, aber nicht länger als 48 Stunden, um ein Infektionsrisiko zu vermeiden. Vor jedem erneuten Geschlechtsverkehr oder nach einem Bad muss neues Spermizid aufgetragen werden, da Wasser dieses wegspülen kann.

Wirksamkeit: In einem Jahr werden 4 bis 8 von 100 Frauen bei Anwendung entsprechend den Anweisungen schwanger.

7. Notfallverhütung

Die Notfallverhütung, auch als »Verhütung danach« bezeichnet, wird zur Verhinderung einer Schwangerschaft nach ungeschütztem Geschlechtsverkehr angewendet. In einem solchen Fall, z.B. weil die Pille vergessen wurde, ein Kondom gerissen ist oder das Diaphragma nicht richtig eingesetzt wurde, sollte die Behandlung mit Toctino® sofort abgebrochen und von Ihrem Arzt eine Notfallverhütung angewendet werden.

7.1 Die Pille danach

Wenn Sie ungeschützten Geschlechtsverkehr hatten oder Sie vermuten, dass Ihre Methode versagt haben könnte, gibt es zwei Notfallverhütungsmethoden, die Sie anwenden können. Die Pille danach, d.h. eine Verhütungspille zur Notfallverhütung, sollte so bald wie möglich nach einem ungeschützten Geschlechtsverkehr eingenommen werden, um den besten Schutz zu bieten, idealer Weise innerhalb von 12 Stunden und nicht später als 3 Tage nach dem letzten ungeschützten Geschlechtsverkehr.

7.2 Spirale danach

Die zweite Methode zur Notfallverhütung besteht im Einsetzen eines Intrauterinpessars (Spirale). Die Spirale kann vom Arzt innerhalb von 5 Tagen nach dem ungeschützten Geschlechtsverkehr oder bis zu 5 Tagen nach einem möglichen Eisprung eingesetzt werden. Dieses Mittel, das die Befruchtung oder das Einnisten eines Eis in der Gebärmutter verhindert, ist eine gute Alternative für Frauen, die die Pille danach nicht mehr nehmen können (mehr als 3 Tage sind vergangen) oder die Progesteronpillen nicht vertragen.

8. Während der Behandlung mit Toctino[®] nicht geeignete Methoden

Andere Methoden, die oben nicht erwähnt wurden, sind in der Regel weniger zuverlässig und zur Anwendung während der Einnahme von Toctino[®] nicht empfehlenswert. Zu diesen Methoden zählen: Coitus interruptus (Rückziehen des Gliedes vor dem Samenerguss) und Kalendermethoden (Knaus-Ogino) oder Zyklusmethoden einschließlich Temperaturmethode.

9. Zusätzliche Informationen

Die oben gegebenen Informationen dienen zur Ergänzung und nicht als Ersatz für die Anweisungen, die Sie von Ihrem Arzt erhalten. Bitte lesen Sie ebenfalls die Packungsbeilagen der Verhütungsmethoden, die Sie anwenden.

Für die meisten Methoden zur Empfängnisverhütung, abgesehen von Kondomen und spermizidhaltigen Cremes, benötigen Sie eine ärztliche Verordnung. Für ausführliche Informationen zu Verhütungsmethoden, einschließlich Kostenerstattung, wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt.

9.1 Wichtige Tatsachen, die Sie beachten müssen

- ☉ Toctino® kann schwerwiegende Missbildungen beim ungeborenen Kind hervorrufen. Sie dürfen Toctino® aus diesem Grund nicht einnehmen, wenn Sie schwanger sind. Während der Behandlung oder innerhalb eines Monats nach Beendigung der Behandlung mit Toctino® dürfen Sie nicht schwanger werden.
- ☉ Sie müssen mindestens eine, vorzugsweise 2 unterschiedliche Verhütungsmethoden einen Monat vor, während und bis zu einem Monat nach der Behandlung mit Toctino® anwenden.
- ☉ Es befinden sich viele unterschiedliche Methoden zur Empfängnisverhütung auf dem Markt. Die Wirksamkeit von langfristigen Verhütungsmethoden wie der Dreimonatsspritze oder Spirale ist nicht von ihrer Anwendung abhängig. Bei anderen Methoden wie der Pille oder Kondomen müssen Sie jeden Tag bzw. bei jedem Geschlechtsverkehr an ihre Anwendung denken. Damit solche Methoden sicheren Schutz gewährleisten können, müssen Sie die Anweisungen zu ihrer Anwendung strikt befolgen.
- ☉ Sorgen Sie dafür, dass Ihr Partner sich über die Wichtigkeit des Schwangerschaftsverhütungsprogramms von Toctino® im Klaren ist. Es ist wichtig, dass Ihr Partner die Tatsachen zur Empfängnisverhütung versteht und sich über das hohe Risiko von Missbildungen des ungeborenen Kindes bewusst ist, welches besteht, wenn Frauen in der Schwangerschaft Toctino® einnehmen. Ihr Partner

muss die Notwendigkeit einer wirksamen Empfängnisverhütung einen Monat vor, während und einen Monat nach der Behandlung mit Toctino® einsehen. Erklären Sie Ihrem Partner, warum sie mit Toctino® behandelt werden und dass die Vorteile der Anwendung von Toctino® größer sind als die Belastung durch die Anwendung von Empfängnisverhütungsmethoden.

- ❗ Falls Sie ungeschützten Geschlechtsverkehr hatten oder die Möglichkeit einer Schwangerschaft besteht, brechen Sie die Einnahme von Toctino® sofort ab und konsultieren Sie Ihren behandelnden Hautarzt, Frauenarzt oder ihren Hausarzt.

Basilea Pharmaceutica Deutschland GmbH
Kistlerhofstraße 75
81379 München
Deutschland

Tel.: +49 89 7857 674-0
Fax: +49 89 7857 674-100
Kostenlose Hotline: 008000 - 2274532
www.basilea.com