

HORMONELLE VERHÜTUNG

13.03.2017

Ist die Antibabypille heute ein Lifestyle-Produkt?



Von Diana Pieper



Foto: iStock/Dean Mitchell

Verhütung darf nicht mehr ausschließlich Frauensache sein. Paare müssen mögliche Risiken von Hormongaben gemeinsam abwägen.

Bereits Mädchen im jungen Alter nehmen die Antibabypille – trotz Nebenwirkungen. Unsere Expertin: "Ärzte verschreiben die Pille wie ein Bonbon!"

Psychologin und Allgemeinmedizinerin Dr. Annelie Scheuernstuhl warnt in ihrem neuen Buch "Pille, Spirale & Co. Nebenwirkungen, was tun?" vor Irrtümern und Nebenwirkungen der Antibabypille und schlägt Alternativen vor.

bilderfrau.de: In Deutschland verhütet fast jede zweite Frau mit der Antibabypille. Warum ist die Pille so beliebt?

Dr. Annelie Scheuernstuhl: Die Pille ist so beliebt, weil sie einfach einzunehmen ist und keine weiteren Gedanken oder Aktionen erfordert.

Wie funktioniert die Pille?

Die Pille verhindert, dass das Gehirn an die Eierstöcke Befehle schicken kann, deshalb gibt es keinen Eisprung, keinen Aufbau einer Schleimhaut in der Gebärmutter und der Schleimpfropf im Muttermund wird zäher, so dass keine Spermien durchdringen können. Es findet also kein Eisprung



Foto: Andrea Seifert
Dr. med. Dipl. Psych. Annelie Scheuernstuhl, Fachärztin für
Allgemeinmedizin, Psychosomatik und Naturheilkunde.

mehr statt, die Schleimhaut in der Gebärmutter, die zur **Einnistung** eines befruchteten Eis nötig ist, ist untauglich bis nicht vorhanden. Spermien können nicht in die Gebärmutter vordringen - all das sind Maßnahmen, um eine **Schwangerschaft sicher zu verhindern**.

Und aus welchen Bestandteilen besteht sie?

Die Pille besteht meist aus zwei verschiedenen Stoffen, einem Ersatz für das Hormon Östrogen und einem Ersatz für das Hormon Progesteron. Beides sind Medikamente, körperfremde Stoffe, die die vielfältigen Aufgaben der körpereigenen Hormone nicht ersetzen können und teilweise sogar völlig verhindern.

Jedes Medikament "verbraucht" im Stoffwechsel auch bestimmte Stoffe, wie Vitamine, Enzyme oder

Mineralien, so dass eigentlich zu jedem Medikament - auch der Pille - diese Stoffe genommen werden sollten. Ansonsten kann es schon durch deren Fehlen zu unangenehmen Nebenwirkungen kommen.

Langzeitfolgen und Nebenwirkungen

Was hat es mit der Abbruchblutung auf sich?

Wenn keine Schleimhaut aufgebaut wird, muss auch keine abbluten. Die sogenannte Abbruchblutung hat Alibifunktion, sie gaukelt den Frauen vor, dass sie jetzt unter der Pille einen regelmäßigen Zyklus hätten, mit geringerer Periodenblutung und ohne Schmerzen.

Ist es gefährlich, die Pille zu früh einzunehmen? Welche Voraussetzungen müssen auf jeden Fall erfüllt sein?

Wenn die Pille zu früh genommen wird, bevor sich ein stabiler Zyklus mit Eisprung aufgebaut hat, dann ist es sehr fraglich, ob es, nachdem die Einnahme irgendwann später wieder beendet wird, noch zu einem regelmäßigen "normalen" Ablauf kommen kann. Auch ein Kinderwunsch wird dann eventuell nicht mehr erfüllt werden.

Welche gravierenden Nebenwirkungen können durch die Einnahme der Pille ausgelöst werden

Kopfschmerzen, Migräne, Blasenbeschwerden, Haarausfall, Ekzeme wie Neurodermitis, Brustschmerzen, Zysten in der Brust oder den Eierstöcken, **Schilddrüsenfunktionsstörungen**, die sogenannte Hashimoto-Erkrankung und noch vieles mehr.

>> **Kopfschmerzen: Ist die Pille schuld daran?**

Und welche Prozesse im Körper können zu diesen Nebenwirkungen führen?

Da kein Eisprung stattfindet, gibt es auch keinen Gelbkörper, den Bildungsort des "Wohlfühlhormons" Progesteron, das der Gegenspieler vom Östradiol ist. Normalerweise dominiert in der ersten Zyklushälfte das Östradiol-Hormon, das stärkste der Östrogene, und in der zweiten Zyklushälfte ist es normalerweise eben das Progesteron, ein Wohlfühlhormon, das das ganze vegetative Nervensystem steuert, also u.a. auch die Befindlichkeit, den Schlaf, die Atmung, den Herzschlag, die Emotionen, die Sauerstoffaufnahme in die Zellen und so weiter.

Wenn dieses Hormon, das Progesteron, fehlt und durch ein Medikament ersetzt wird, welches seine vielfältigen Aufgaben im Körper nicht annähernd übernehmen kann, dann kommt es eben zu den vielen Nebenwirkungen.

Bei welchen Anzeichen sollte man sofort zum Arzt gehen?

Bei **Migräne**, Augenflimmern, Atembeschwerden, Herzdruck oder Energieverlust.

Das Problem besteht darin, dass viele Ärzte keine Ahnung haben, was die Pille alles verursachen kann und somit auch nicht adäquat reagieren können.

Wird die Pille zu leichtsinnig verschrieben und wenn ja – was hat das Ihrer Meinung nach für Folgen?

Ja, sie wird verschrieben, als wäre sie ein Bonbon. Viele junge Frauen möchten ebenfalls das „Lifestyle-Präparat“ der Freundin haben, denn angeblich hat es nur gute Auswirkungen auf Haut, Haare, Nägel, Busen ... Und sie bekommen es auch - ohne Aufklärung, was wirklich damit im Körper geschieht und mit völlig falschen Erwartungen.

Risikogruppen

Wie kann eine Frauenärztin oder ein Frauenarzt kontrollieren, ob die Pille relevante Nebenwirkungen auf die Patientinnen hat?

Indem die jungen Frauen genau befragt werden, ob sie zum Beispiel zu Kopfschmerzen neigen, wann die erste Regel war, ob ein Eisprung stattfindet und regelmäßig nach ihrem Befinden gefragt werden.

Finden solche Kontrollen überhaupt regelmäßig statt?

Nein, und wenn über Beschwerden geklagt wird, heißt es fatalerweise sehr häufig, dass diese nichts mit der Pille zu tun hätten.

Welche großen Nachteile sehen Sie noch in der Pille?

Verhütung ist seither immer mehr ausschließlich Frauensache und viele Männer drängen ihre Freundinnen dazu, die Pille zu nehmen, weil beide Geschlechter viel zu wenig bis gar nichts über die Wirkungsweise und den Eingriff ins biologische Körpergeschehen, die Nebenwirkungen und Spätwirkungen wissen.



Welchen Risikogruppen würden Sie eher von der Pille abraten?

Allen Frauen, aber vor allem Frauen mit sogenannten Autoimmunerkrankungen, wie z.B. "MS", der multiplen Sklerose, da die Pille diese Krankheiten verschlimmert.

Inwiefern unterscheiden sich die neuen Präparate von älteren?

Durch die immer wieder neuen Stoffe, die das Progesteron ersetzen sollen, gibt es mittlerweile Pillen, die ein x-fach höheres Risiko haben, dass junge, gesunde Frauen eine Lungenembolie, einen Herzinfarkt oder einen Schlaganfall erleiden. Da sind die älteren Präparate, die sogenannten Pillen der 2. Generation nicht so gefährlich.

>> **Pille erhöht das Schlaganfallrisiko**

Wie kann sich die Einnahme der Pille auf einen Kinderwunsch auswirken?

Wenn die Pille lange Jahre genommen wurde, ist die Wahrscheinlichkeit noch schwanger zu werden (ohne die Mithilfe einer Kinderwunsch-Praxis) sehr gering.

Warum ist immer noch verhältnismäßig wenig über die negativen Auswirkungen der Verhütung mit der Pille bekannt?

Weil dieses Präparat so bequem ist, die Pharmaindustrie sehr viel daran verdient und sie allenthalben als unbedenkliches und einfach zu handhabendes Mittel gilt, eine Schwangerschaft sicher zu verhüten.

Alternativen zur hormonellen Verhütung

Was muss sich ändern?

Schon in der Schule sollten die Mädchen alles über ihren Zyklus lernen, damit sie begreifen, wie sie auf andere Art verhüten können. Und dass Lehrer und Erzieher die Pille als einzig sicheres Mittel empfehlen ist schlichtweg frauenverachtend!

Wird eigentlich auch an einer „Pille für Männer“ geforscht?

Nein, bei Männern besteht kein Interesse, das groß genug wäre um eine Pille für den Mann zu entwickeln, sodass es für die Pharmaindustrie uninteressant ist. und Männer würden ziemlich sicher keine Verhütungspille mit so vielen Nebenwirkungen akzeptieren.

Welche Alternativen empfehlen Sie, von welchen raten Sie ab?

Eine wirkliche Alternative sind die relativ neuen Zykluscomputer, die die Sicherheit der Pille haben und keinerlei Auswirkungen auf den Stoffwechsel der Frauen.

Abzuraten ist von Methoden, wie dem Coitus interruptus und allen Methoden, die den Ablauf eines Zyklus nicht mit einbeziehen.

>> **Ovulationstest und Eisprungtest: So funktionieren sie**

Was empfehlen Sie Frauen, die die Pille absetzen möchten? Worauf sollten Sie sich einstellen und worauf sollten sie achten?

Möglicherweise werden die Beschwerden erst einmal schlimmer, was auch von der Dauer der Pilleneinnahme abhängig ist.

Und: Je schneller sich eine Frau dazu entschließt mit der Pille, der sogenannten Hormonspirale, dem NuvaRing, der Dreimonatsspritze oder den Implanonstäbchen wieder aufzuhören, desto besser, da die Langzeitwirkungen noch vermeidbar sind.

Wenn sie die Verhütung mittels Zykluscomputer beginnt, lernt sie auch ihren Körper und seine biologischen Funktionen besser kennen.

--