

# NOTFALL-PILLE im Fokus

Mythen. Fakten. Beratungswissen.

# JUGENDSCHWANGERSCHAFTEN

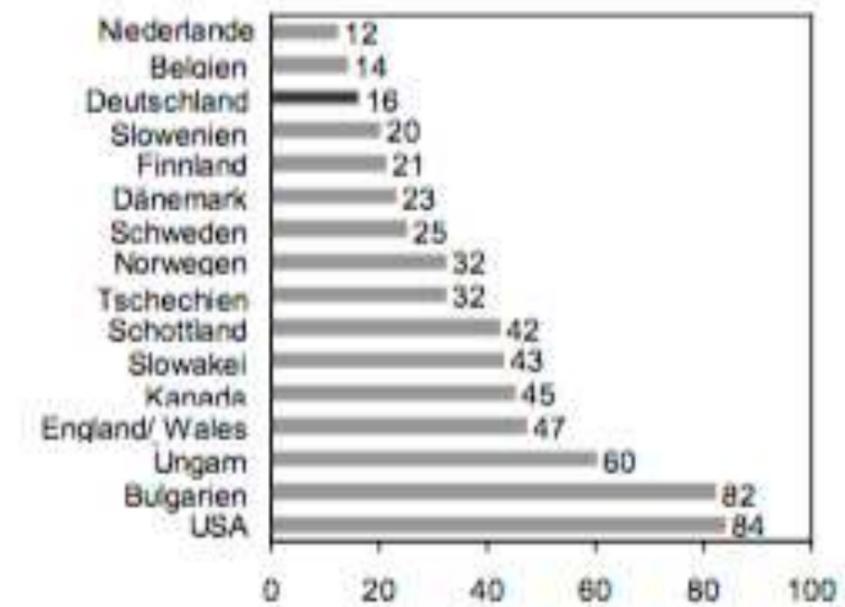
Der rezeptfreie Zugang zu Notfallkontrazeptiva ist eine wichtige Option, Schwangerschaften und Schwangerschaftsabbrüche, insbesondere bei Minderjährigen sowie sehr jungen, erwachsenen Frauen zu verhindern.

Minderjährige Frauen im Jahr 2009:

- 4.888 Schwangerschaftsabbrüche
- 4.837 Lebendgeburten

2,4% aller Frauen werden in Deutschland vor ihrem 18. Lebensjahr mindestens einmal schwanger.

**Schwangerschaften 15- bis 19-jähriger Frauen im internationalen Vergleich, Raten per 1000 Frauen**

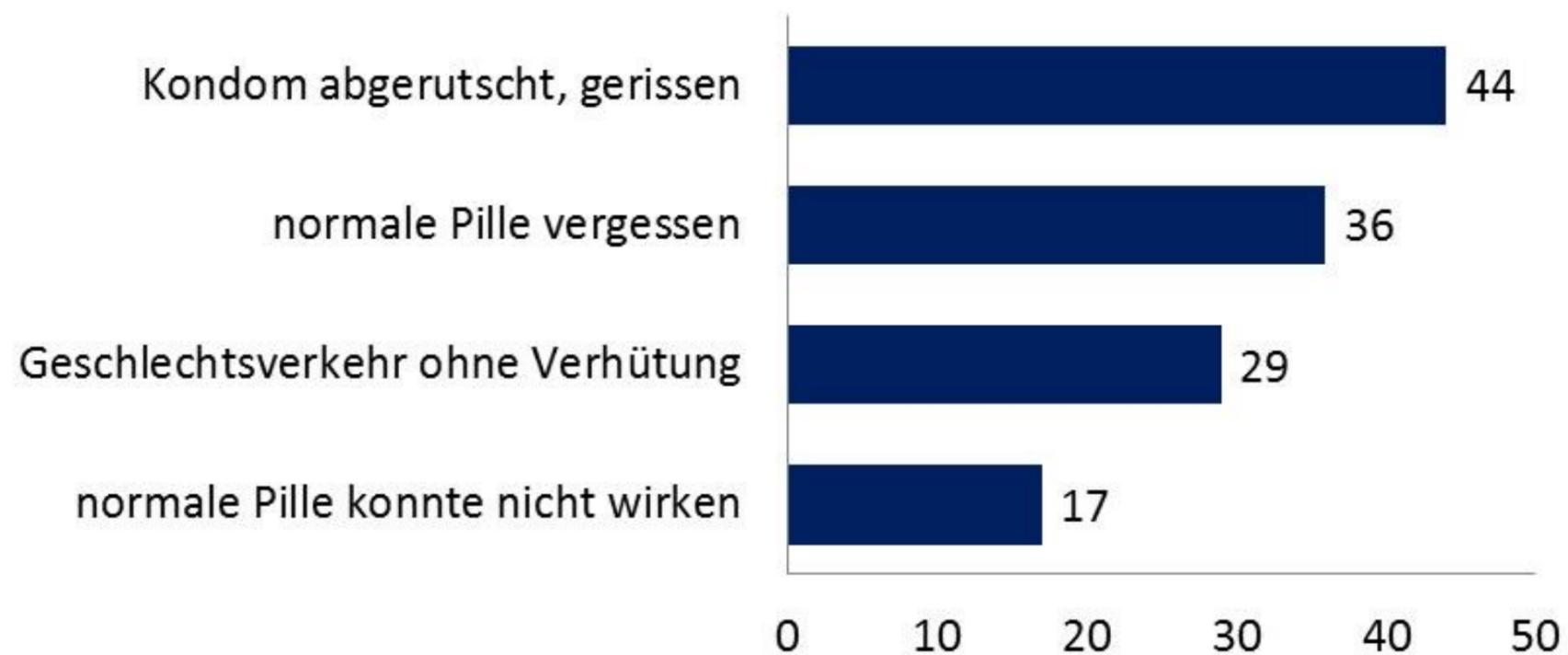


Quelle: The Alan Guttmacher Institute, 2000

Nahezu jede Teenager-Schwangerschaft ist ungewollt.

# ANLÄSSE FÜR DIE EINNAHME DER NOTFALL-PILLE

Antworten minderjähriger und junger Frauen (14 – 25 Jahre) in % (Mehrfachnennungen möglich):



Repräsentativbefragung der BZgA von sexuell aktiven Frauen (2015).

# VERHÜTUNGSPANNEN BEI ERWACHSENEN

Der richtige Umgang mit regulären Verhütungsmitteln ist selbst bei Erwachsenen nicht selbstverständlich:

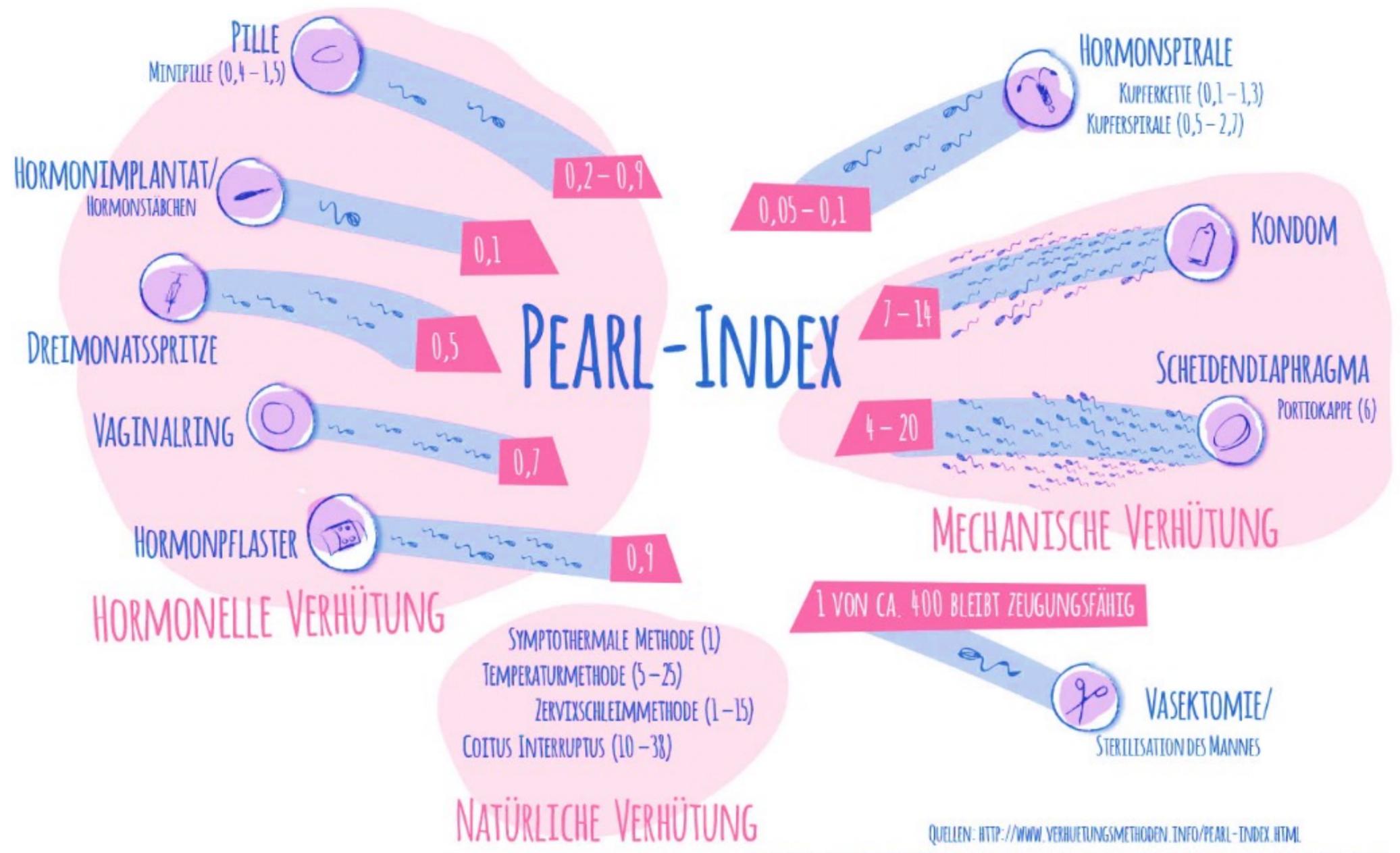
- Probleme mit der **Pille** haben **59% der Frauen**, wobei „Einnahme vergessen“ das mit Abstand häufigste Problem darstellt.
- Probleme mit dem **Kondom** haben **37% der Männer** (z. B. gerissen, falsche Größe, Probleme beim Abrollen).

Befragung der BZgA von rund 1.000 sexuell aktiven Frauen und Männern (2011).

Probleme mit der Pille oder dem Kondom sind auch unter Erwachsenen verbreitet.

# PEARL-INDEX

$$\text{Pearl-Index} = \frac{\text{Anzahl Schwangerschaften}}{\text{Anzahl Frauen} \times \frac{12}{\text{Anwendungsmonate}}} \times 100$$



Quelle: <http://meine-pille.de/pille>

QUELLEN: [HTTP://WWW.VERHUETUNGSMETHODEN.INFO/PEARL-INDEX.HTML](http://WWW.VERHUETUNGSMETHODEN.INFO/PEARL-INDEX.HTML)  
[HTTPS://WWW.GESUNDHEIT.GV.AT/LEBEN/SEXUALITAET/VERHUETUNG/VERHUETUNGSMITTEL/OPERATIVE-VERHUETUNG/VASEKTOMIE](https://WWW.GESUNDHEIT.GV.AT/LEBEN/SEXUALITAET/VERHUETUNG/VERHUETUNGSMITTEL/OPERATIVE-VERHUETUNG/VASEKTOMIE)

# VERHÜTUNGSVERHALTEN ERWACHSENER 2018

- 47% Pille, **Abwärtstrend - 6%** verglichen mit 2011
- 46% Kondom, **Aufwärtstrend + 9%** verglichen mit 2011
  
- 10% Spirale
- Je 3% Sterilisation des Mannes und Kalendermethode
- Je 2% Sterilisation der Frau, Verhütungsring, Temperaturmethode
- 1% Dreimonatsspritze

Befragung der BZgA von rund 1000 sexuell aktiven Frauen und Männern (Alter: 18 – 49 J).

Pille und Kondom sind die beliebtesten Verhütungsmittel in Deutschland.

# INFORMATIONSMQUELLEN ZU VERHÜTUNG

- **Frauen**
  - 80% Frauenarzt
  - 5% Apotheke
- **Männer**
  - 40% Familie/Freunde
  - 40% Internet
  - 7% Apotheke

Befragung der BZgA von rund 1000 sexuell aktiven Frauen und Männern (Alter: 18 – 49 J).

Apotheken haben als Ansprechpartner „Nachholebedarf“.

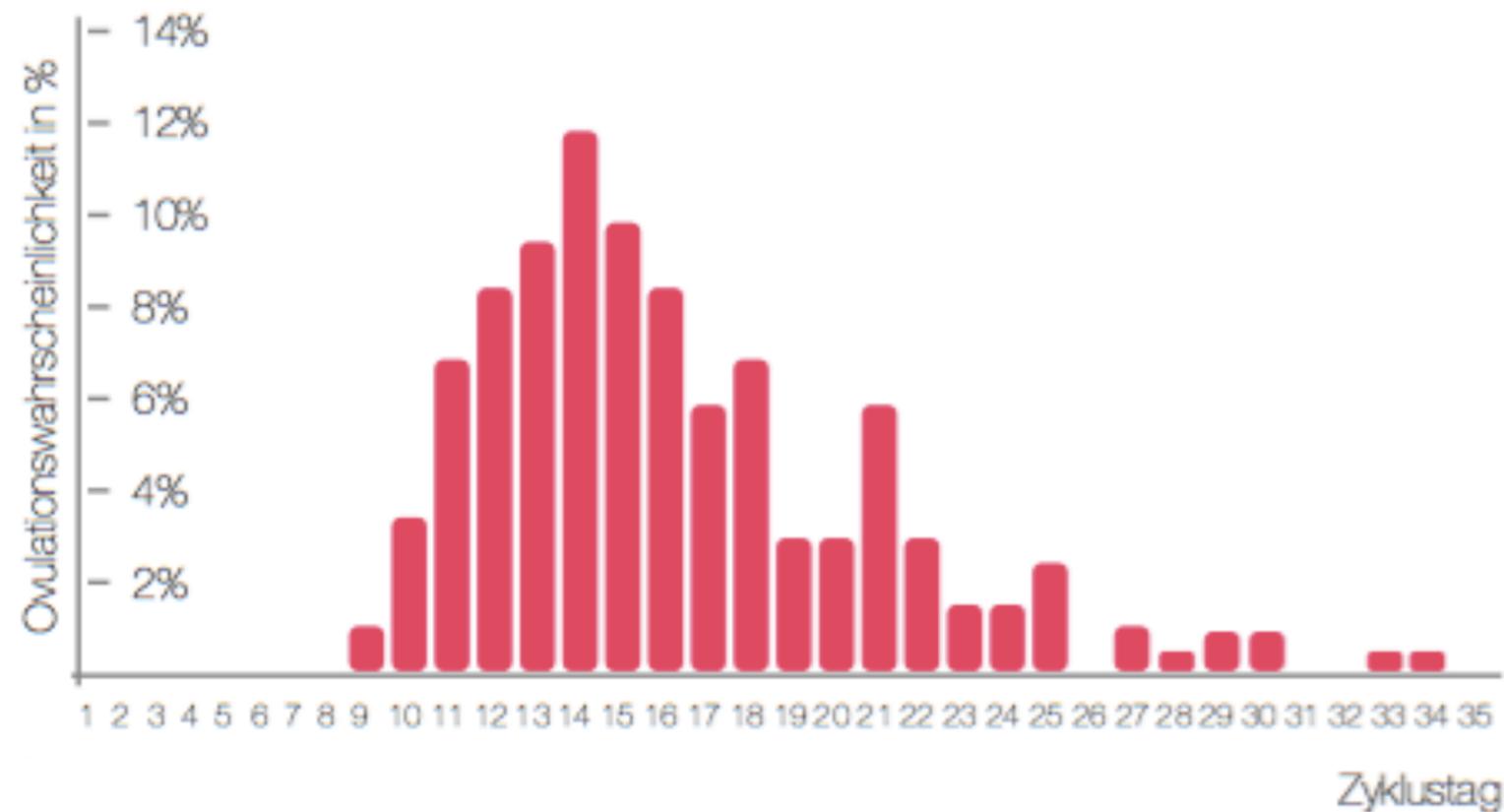
# FERTILES FENSTER

Der Begriff **fertiles Fenster** definiert den Zeitraum, in dem ungeschützter Geschlechtsverkehr zu einer **Schwangerschaft** führen kann:

- **Beginn:** Fünf Tage vor dem Eisprung, weil die Spermien im Körper der Frau bis zu fünf Tage überleben können und in dieser Zeit befruchtungsfähig sind.
- **Ende:** Bis zu einem Tag nach dem Eisprung, da das Ei bis zu 24 Stunden befruchtungsfähig ist.

Das **fertile Fenster** beginnt fünf Tage vor dem Eisprung und endet einen Tag danach, woraus etwa **sechs Tage** resultieren.

# OVULATIONSWAHRSCHEINLICHKEIT NACH ZYKLUSTAGEN



Zyklusauswertung bei 200 Frauen,  
modifiziert nach Baird DD et al. 1995

Bei nur 12% der Frauen erfolgt der Eisprung exakt am 14. Tag.

## MERKE



Der Zeitpunkt des beginnenden LH-Anstiegs bzw. des Eisprungs kann in der Apotheke nicht ermittelt werden. Daher spielt es für die Einnahme der *Notfall-Pille* keine Rolle, an welchem Tag im Monatszyklus der ungeschützte Geschlechtsverkehr erfolgt ist. Vielmehr ist von Bedeutung, wie viele Stunden beziehungsweise Tage dieser zurückliegt.

# INDIKATIONEN EINER NOTFALLVERHÜTUNG (I)

Die Notfall-Pille ist indiziert nach Geschlechtsverkehr

- ohne Verhütung
- und Versagen/Fehlanwendung eines Kondoms
- und vergessener oder fehlerhafter Einnahme/Anwendung von hormonellen Kontrazeptiva (KOK; Minipille; Vaginalring; Verhütungspflaster)
- und Fehlanwendung oder Versagen anderer Verhütungsmethoden (Temperaturmethode; Coitus interruptus)

Die *Pille danach* ist eine Notfallverhütung, keine reguläre Verhütung.

# INDIKATIONEN EINER NOTFALLVERHÜTUNG (II)

Bei ggf. forensisch relevanten Hinweisen auf eine Gewalttat (Vergewaltigung/sexueller Missbrauch):

- ! 1. Abgabe der Pille danach !
2. Empfehlung der gynäkologischen Nachbehandlung
3. Hinweis zum Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen (Tel.: 08000 116 016 oder online via <https://www.hilfetelefon.de>) bzw. den Frauennotruf ([www.frauen-gegen-gewalt.de](http://www.frauen-gegen-gewalt.de)).
4. Hinweis auf die Möglichkeit der anonymen Spurensicherung vor Ort (<https://www.frauenrechte.de/online/index.php/themen-und-aktionen/haeusliche-und-sexualisierte-gewalt/unterstuetzung-fuer-betroffene/anonyme-spurensicherung>).

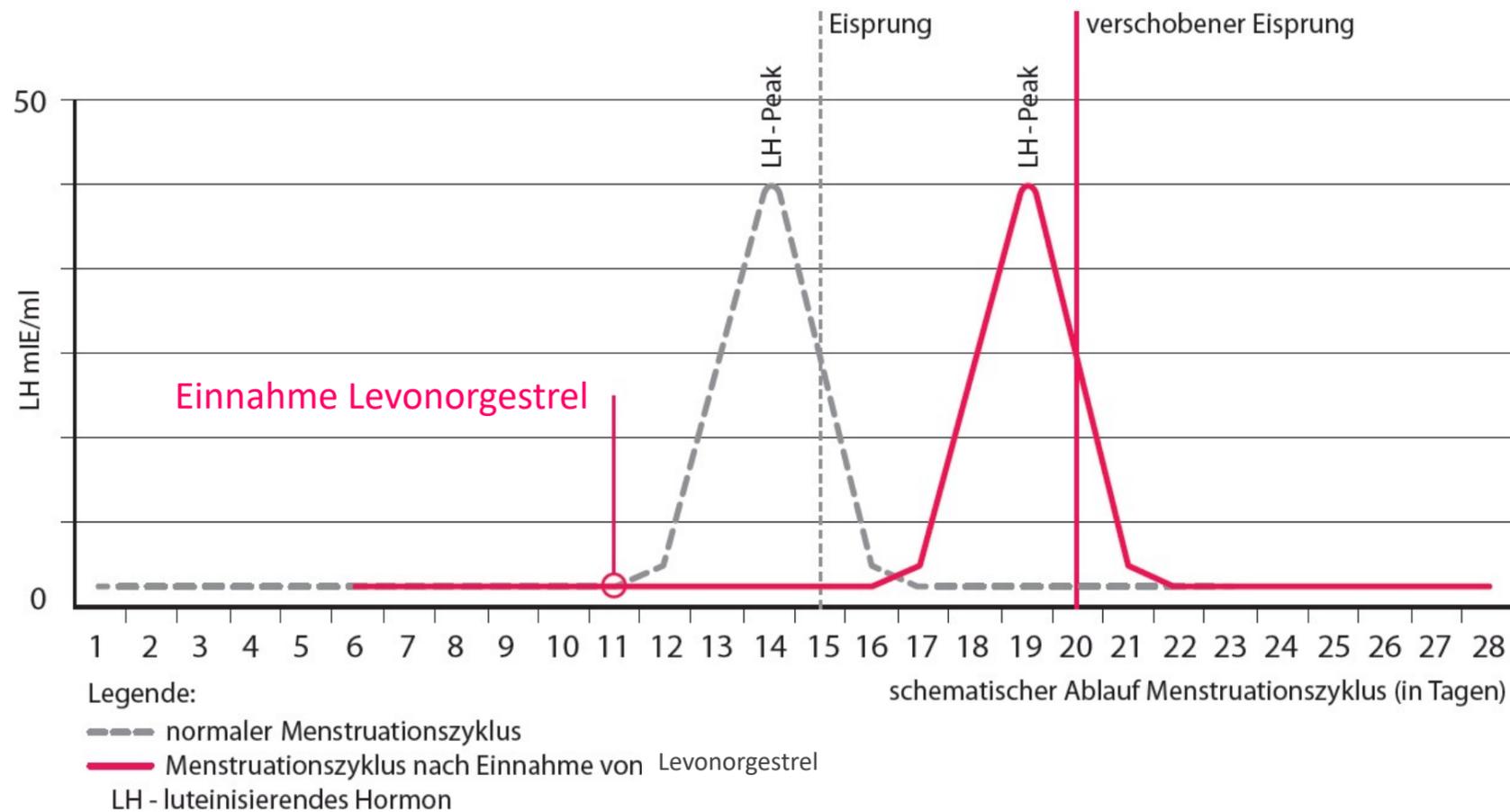
**BAK**

# PRÄPARATE IN DEUTSCHLAND

<b>Levonorgestrel 1,5 mg</b>	PiDaNa
	<b>Levonoraristo</b>
	Postinor
	Unofem Hexal
	Levonorgestrel Stada
<b>Ulipristalacetat 30 mg</b>	ellaOne
	<b>Ulipristal Aristo</b>
	Ulipristalacetat AL
	Femke
	Lencya

Keine Notfall-Pille kann eine Schwangerschaft 100%-ig verhindern.

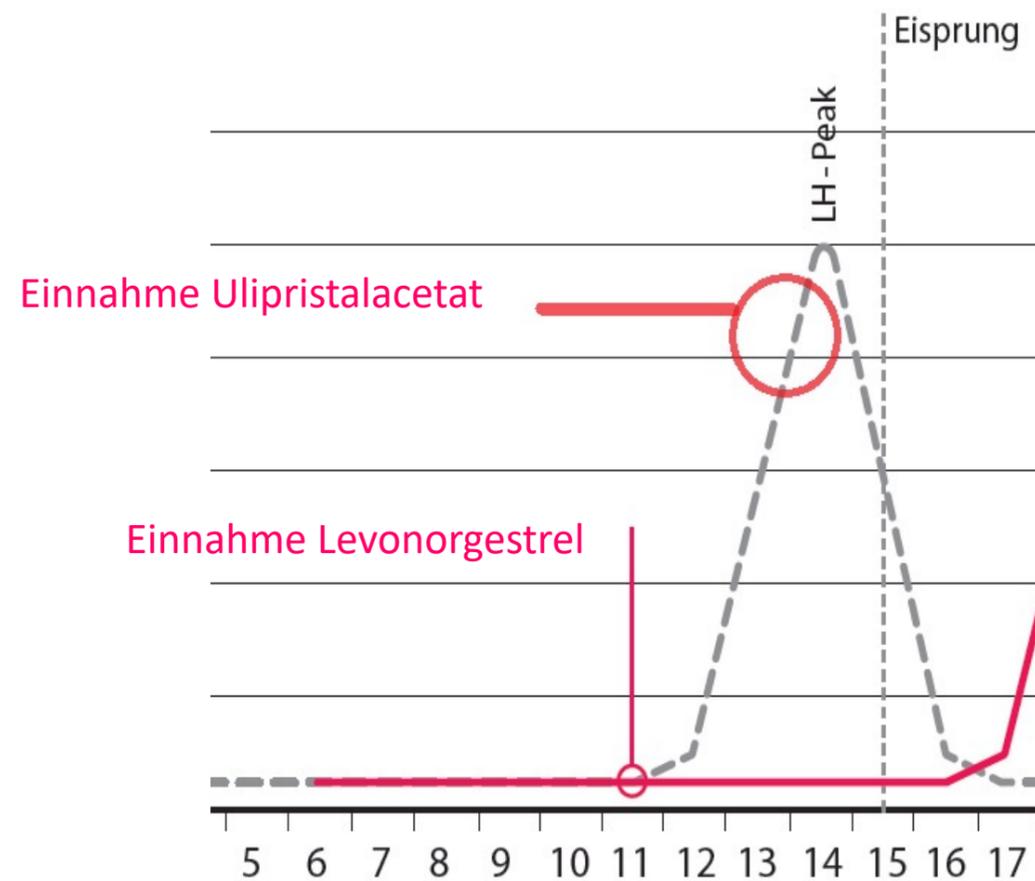
# LEVONORGESTREL: WIRKMECHANISMUS



## LEVONORGESTREL (SYNTHETISCHES GESTAGEN)

- verschiebt den Eisprung um 5 Tage durch negative Rückkopplung auf die LH-Produktion (LH-Produktion wird reduziert)
- anwendbar bis zu 3 Tagen nach ungeschütztem Geschlechtsverkehr

# ULIPRISTALACETAT: WIRKMECHANISMUS



## ULIPRISTALACETAT IST

- ein selektiver Progesteron-Rezeptormodulator
  - wirksam auch bei begonnenem LH-Anstieg
- ↓
- anwendbar **bis zu 5 Tagen** nach ungeschütztem Geschlechtsverkehr

## CAVE: CYP3A4-INDUKTOREN

CYP3A4-INDUKTOREN SENKEN DEUTLICH DEN BLUTSPIEGEL VON LEVONORGESTREL UND ULIPRISTALACETAT

- **Antiepileptika** wie Carbamazepin, Primidon, Phenytoin und Phenobarbital
- **Tuberkulosemittel** wie Rifampicin und Rifabutin
- **HIV-Medikamente** wie Ritonavir und Efavirenz
- **Antimykotikum** Griseofulvin
- **Antidepressivum** Johanniskraut

Es wird empfohlen, 2 Tabletten (gesamt: 3 mg) Levonorgestrel einzunehmen, wenn in den letzten 4 Wochen ein CYP3A4-Induktor eingenommen wurde.\* Ein erhöhtes Risiko für Nebenwirkungen bei doppelter Dosierung besteht nicht. Die Einnahme von Ulipristalacetat wird nicht empfohlen.

\* Sofern das Einsetzen einer Kupferspirale nicht möglich oder nicht gewünscht ist

# ULIPRISTALACETAT UND PROGESTERON-HALTIGE KONTRAZEPTIVA

## ULIPRISTALACETAT = SELEKTIVER PROGESTERON-REZEPTOR-MODULATOR

- Am Progesteron-Rezeptor antagonistisch und partiell agonistische Effekte
- Ulipristalacetat kann die Wirksamkeit Progesteron-haltiger Kontrazeptiva („Pille“) mindern<sup>1,2</sup>

# Die Leitlinien zur Qualitätssicherung – Empfehlungen für apothekerliches Handeln in charakteristischen Situationen

Mit den Leitlinien zur Qualitätssicherung, deren erste von der Mitgliederversammlung der Bundesapothekerkammer am 4. Mai 2000 verabschiedet worden sind, gibt es nunmehr einen solchen Rahmen. Die Leitlinien einschließlich ihrer ausführlichen Kommentare und Arbeitshilfen sind Empfehlungen für apothekerliches Handeln in charakteristischen Situationen und geben eine Hilfestellung bei der Formulierung der betriebsspezifischen Prozesse im Rahmen der Einführung eines QMS nach § 2a ApBetrO. Sie werden regelmäßig aktualisiert mit dem Ziel, die Qualität der pharmazeutischen Leistungen ständig zu verbessern.

- Die Leitlinien der Bundesapothekerkammer zur Qualitätssicherung sind als Empfehlungen zu verstehen. Sie entbinden nicht von der heilberuflichen Verantwortung des Einzelnen, d. h. sie haben weder haftungsbegründende noch haftungsbefreiende Wirkung.

## **Rezeptfreie Abgabe von oralen Notfallkontrazeptiva („Pille danach“)**

### **Handlungsempfehlungen der Bundesapothekerkammer**

**Stand: 28.02.2018**

#### **Vorbemerkungen**

Die nachfolgenden Handlungsempfehlungen und Unterlagen zur Beratung sowie das Curriculum geben den Stand der derzeitigen medizinisch-pharmazeutischen Erkenntnisse wieder. Sie müssen bei Vorliegen neuer Erkenntnisse und auf Basis möglicher weiterer Vorgaben des Gesetz- bzw. Verordnungsgebers angepasst werden.

Es wird ausdrücklich auf die jeweils gültigen Produktinformationen (Fach- und Gebrauchsinformationen) der nicht verschreibungspflichtigen Notfallkontrazeptiva (NFK) hingewiesen.

# NOTFALL-PILLE – WICHTIG FÜR DIE BERATUNG (I)

<p><b>Für wen ist die <i>Pille danach</i>? Wie alt sind Sie?</b></p>	<p><u>Empfohlen</u> wird die Abgabe an</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- die betroffene Frau</li><li>- Minderjährige unter 14 Jahren nach Einverständniserklärung der Eltern bzw. Verweis an einen Frauenarzt.</li></ul>
<p><b>Wann hat der Geschlechtsverkehr stattgefunden?</b></p>	<p>Generell keine Abgabe, wenn der Zeitpunkt mehr als 120 Std. zurückliegt. Patientin sollte in diesem Fall eine/n Arzt/Ärztin aufsuchen.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Liegt der Geschlechtsverkehr <b>nicht länger als 72 Std.</b> (3 Tage) zurück: Abgabe von LNG oder UPA.</li><li>• Liegt der Geschlechtsverkehr <b>mehr als 72 Std. aber nicht länger als 120 Std.</b> zurück: Abgabe von UPA.</li></ul> <p>!Anwendung so früh wie möglich (am besten innerhalb von 12 Stunden)!</p>
<p><b>Bitte nehmen Sie die <i>Pille danach</i> sofort bzw. so schnell wie möglich ein. Gern gleich hier mit einem Glas Wasser.</b></p>	<p>Hinweis, dass <b>schnelle Einnahme unbedingt erforderlich</b> ist.</p>

# NOTFALL-PILLE – WICHTIG FÜR DIE BERATUNG (II)

**Wie haben Sie aktuell verhütet? Kam es zu einer Pillenpanne bzw. Verhütungspanne?**

Kenntnisse der Definition einer "Pillenpanne" sowie bei welcher Art der hormonellen Verhütung der Konzeptionsschutz verloren gegangen ist.

Nicht nach jeder "vergessenen" Pille muss die *Pille danach* eingenommen werden (siehe zulässiges Einnahmezeitfenster der Antibabypille). **Abklären, ob tatsächlich eine Notfallverhütung notwendig ist.**

**Sind Sie schwanger?**

**Ist Ihre Menstruation im letzten Zyklus wie gewohnt aufgetreten?**

**Wann war die letzte Monatsblutung?**

**Bei Verdacht auf eine Schwangerschaft keine Abgabe.** Die Patientin sollte eine/n Arzt/Ärztin aufsuchen.

Zeitpunkt, Dauer und Stärke der letzten Blutung können als Indikatoren Hilfestellung bieten.

# NOTFALL-PILLE – WICHTIG FÜR DIE BERATUNG (III)

**Leiden Sie unter chronischen Erkrankungen?  
(z. B. schweres Asthma, Leberfunktionsstörungen)**

**Welche Medikamente nehmen Sie im Moment oder  
dauerhaft ein?**

**Haben Sie schon einmal die *Pille danach* angewendet?**

Bei "nein": Abgabe.

Bei "ja": Einzelfallentscheidung in Abhängigkeit von Wirkstoff und Erkrankung.

Wirksamkeit von LNG und UPA kann vermindert werden durch CYP3A4-Induktoren, wie z. B. Johanniskraut/Hypericin, Phenytoin, Phenobarbital, Carbamazepin, Oxcarbazepin, Primidon, Ritonavir, Efavirenz, Nevirapin, Rifampicin, Rifabutin.  
**Kein UPA, nur LNG in zweifacher Dosis.**

Wurde die *Pille danach* schon einmal eingenommen, dann abklären ob dabei Nebenwirkungen/Unverträglichkeiten aufgetreten sind.

# NOTFALL-PILLE – WICHTIG FÜR DIE BERATUNG (IV)

**Stillen Sie?**

Wenn „ja“: Patientin muss auf die Notwendigkeit einer **Stillpause** verwiesen werden (bei LNG 8 Stunden und bei UPA 1 Woche). Und darauf, dass sie die Milch abpumpen und verwerfen soll.

**Sollten Sie innerhalb von 3 Stunden nach der Einnahme erbrechen, nehmen Sie bitte eine zweite Tablette ein. Um Erbrechen/Übelkeit zu vermeiden, empfehle ich Ihnen vor der Einnahme etwas zu essen.**

**Falls es zu anhaltendem Erbrechen kommt, sollten Sie einen Arzt/Ärztin aufsuchen.**

Bei Erbrechen innerhalb von 3 Stunden nach der Einnahme muss eine zweite Dosis eingenommen werden. Aufgrund des guten Sicherheitsprofils spricht nichts dagegen.

# NOTFALL-PILLE – WICHTIG FÜR DIE BERATUNG (VI)

**Bitte beachten Sie, dass sich Ihre nächste Monatsblutung verzögern kann, auch kann die Blutungsstärke verändert sein.**

**Falls die Monatsblutung länger als 7 Tage nach dem erwarteten Termin ausbleibt, führen Sie bitte einen Schwangerschaftstest durch und suchen einen Arzt/Ärztin auf.**

**Bitte beachten Sie, dass es keinen 100% Schutz auch nach korrekter Einnahme der *Pille danach* gibt.**

Sowohl unter LNG / UPA kann sich die Menstruation verschieben, auch kann sich die Blutungsstärke verändern.

Die *Pille danach* kann eine Schwangerschaft nicht 100% verhindern, auch nicht bei korrekter Einnahme.

# NOTFALL-PILLE – WICHTIG FÜR DIE BERATUNG (V)

**Die *Pille danach* ist für den Notfall geeignet. Keinesfalls sollte damit dauerhaft oder regelmäßig mehrfach in einem Zyklus verhütet werden. Bitte beachten Sie, dass Sie während des gesamten Zyklus bis zur nächsten Monatsblutung zusätzlich z. B. mit Kondomen verhüten.**

**Bitte denken Sie daran, dass die *Pille danach* keinen nachträglichen Schutz vor sexuell übertragbaren Erkrankungen bietet.**

Weisen Sie Ihre Kundin darauf hin, dass es sich hier um eine "Notfallverhütung" handelt, die nicht für den Dauergebrauch geeignet ist. Für den restlichen Zyklus müssen unbedingt Barrieremethoden angewandt werden.

Der Hinweis, dass die *Pille danach* nachträglich nicht vor sexuell übertragbaren Krankheiten schützt sollte gegeben werden, da hierzu nicht bei allen Patientinnen ausreichende Kenntnisse vorhanden sind.

# NOTFALL-PILLE – DOKUMENTATION

Wird ein Notfallkontrazeptivum von Minderjährigen nachgefragt (Alter laut Selbstauskunft der Frau), wird empfohlen, schriftliche Aufzeichnungen (Datum, Uhrzeit, Inhalt der Beratung, Abgabe/Nichtabgabe) anzufertigen (vgl. *Checkliste/Aufzeichnungen der Apotheke*).

Zusätzlich sollte besonders Minderjährigen immer ein (anschließender) Arztbesuch empfohlen werden.

**BAK**

