

Was tut sich auf dem Antikonzeptionsmarkt?

PLANES - INFOBLATT Nr. 1 zu Antikonzeptiva

Februar 2004

**Nuva®-Ring
Evra®-Pflaster
Diaphragma
Spermizider Gel
Notfallkontrazeption
Kupferspirale**

Sie haben das **erste Info-Blatt der Stiftung PLANES zu Verhütungsmitteln** vor sich, das wir auf vielfach geäusserten Wunsch nun regelmässig (1-2 mal pro Jahr) herausgeben möchten: wir berichten über neuere Tendenzen in der Antikonzeption, über neuere Verhütungsmittel in der Schweiz und über erste praktische Erfahrungen damit, aber auch über Verhütungsmittel, die ins Abseits geraten.

Wir hoffen, diese knapp gehaltenen Infos stossen auf Ihr Interesse und entsprechen Ihrem Bedürfnis. Zusammengestellt sind sie von Familienplanerinnen für FamilienplanerInnen in den Beratungsstellen, konkret von **Christine Sieber**, Diplomierte Beraterin SGGT, mit medizinischer Unterstützung von **Dr. med. Gabriela Bigler**, Zentrum für Familienplanung, Verhütung und Schwangerschaftskonfliktberatung, Frauenklinik Inselspital Bern.

Übrigens für eine generellere Übersicht empfehlenswert ist das bewährte und handliche Büchlein aus dem Departement Frauenheilkunde des Universitätsspital Zürich:
„Richtlinien für Familienplanungssprechstunde zur Wahl und Überwachung Kontrazeptiver Methode“ von Frau Dr. med. B. Hogg (direkt bei ihr zu bestellen).

PLANES freut sich auf Ihre Kommentare und Anregungen!

NEUERE TENDENZEN

Die Pharmaindustrie tüftelt weiter: immer breiter wird das Spektrum der hormonellen Antikonzeptionsmethoden für die Frau, während der Mann neben der Vasektomie nur mittels Kondom die Zeugung eines Kindes verhüten kann. Gleichzeitig verkleinert sich die Auswahl und Verfügbarkeit der nicht-hormonellen Methoden:

Nuva-Ring® und Evra-Pflaster®

Diese beiden – in etwa der herkömmlichen 20er-Antibabypille entsprechenden - hormonalen Verhütungsmittel kommen jetzt in der Schweiz auf den Markt. Sie stellen eine Alternative zur oralen Verabreichung dar. Kontraindikationen und Nebenwirkungen entsprechen denjenigen der Pille. Detail-Infos dazu siehe Seite 3 und 4.

Für welche Frauen können Nuva-Ring® und Evra-Pflaster® eine Alternative sein?

Geeignet sind diese beiden Methoden für Frauen,

- welche nicht gerne täglich eine Pille schlucken, aber dennoch von den Vorteilen eines Kombinationspräparates (regelmässig Mensblutung etc.) profitieren wollen.
- welche an Essstörungen oder Resorptionsstörungen im Magen-Darm-Trakt leiden, weil die volle Wirksamkeit und Sicherheit betr. AK vorhanden bleibt, was mit oralen Kontrazeptiva nicht unbedingt der Fall wäre.

INFOS ZU EINZELNEN VERHÜTUNGSMITTELN

▶▶▶ **Norlevo®**

- Seit einem Jahr rezeptfrei in der Apotheke.
- Je rascher die Einnahme nach dem nicht oder nicht genügend geschützten GV desto wirksamer; demnächst wird die offizielle Empfehlung sein: die 2 Tabletten auf einmal.
- Ist eine Notfallmassnahme!

▶▶▶ **Kupferspirale**

- Für die Kupferspirale ist die Infektionsgefahr bei entsprechenden Vorsichtsmassnahmen geringer als über lange Zeit angenommen. Sie wird heute auch für jüngere Frauen, die noch nicht geboren haben, immer mehr empfohlen.

▶▶▶ **Diaphragma**

- Die Firma Janssen-Cilag (notabene Zulassungsfirma für das Evra-Pflaster®) stellt die Produktion des Ortho-Diaphragmas ein. Das (durch eine Ärztin/einen Arzt in einer Beratungsstelle angepasste) Diaphragma muss in Zukunft durch eine Apotheke aus dem Ausland importiert werden.

▶▶▶ **Spermizide Cremes**

- Die Pharmaindustrie stellt keine spermiziden Vaginalcremes mehr her, es sind nur noch in Apotheken hergestellte Cremes erhältlich.

▶▶▶ Nuva-Ring®

Vaginalring aus Ethylenvinylacetat (Evatane)
Äusserer Durchmesser: 54 mm, Dicke 4 mm, flexibel und transparent
kontinuierliche Hormonfreisetzung während 3 Wochen
(15 Mikrogramm Ethinylestradiol pro Tag, 120 Mikrogramm Etonogestrel pro Tag)
Pearl-Index 0,65 (ähnlich wie Pille)

Anwendung:

1 Vaginalring möglichst tief in die Scheide einführen, für 3 Wochen.
Beginn am 1.-5. Zyklustag. (Während der ersten 7 Tage zusätzlichen kontrazeptiven Schutz anwenden.)
Nach 1 Woche Pause, in der die Monatsblutung eintritt, wird ein neuer Ring eingeführt.
(Der Ring kann, falls gewünscht, für max. 3 Stunden entfernt und wieder in die Scheide eingeführt werden.)
Wichtig: Nach Entfernen eines Tampons überprüfen, ob der Ring noch in der Scheide ist.

Beispiel:

Beginn der Nuva-Ring-Anwendung am 4. Zyklustag, bei ausklingender Menstruation, Dienstag, um 22 Uhr (zusätzlich kontrazeptiver Schutz während 7 Tagen). Nach 3 Wochen Ring entfernen, nach 1 Woche Pause am Dienstag, ca. 22 Uhr neuen Ring einsetzen.

Die häufigsten Fragen:

„Spürt man den Ring nicht?“

Über 80% der Studienteilnehmerinnen bemerkten den Ring während des Geschlechtsverkehrs nicht oder nur selten. 70% der Männer machten die gleiche Aussage und gaben an, wenn sie den Ring spüren, sei dies für sie nur selten störend.

„Ist die Methode sicher?“

Der Pearl-Index entspricht demjenigen der oralen Kontrazeptiva. Es ist wohl am ehesten die ungewohnte Vorstellung, dass ein Ring wirksam gegen Schwangerschaft schützen soll, die Frau an der Sicherheit zweifeln lässt.

„Kann ich den Ring selber einführen und wie nehme ich ihn wieder heraus?“

Der Ring wird von der Frau selber eingeführt und die Erfahrungen bestätigen, dass der Ring einfach zu entfernen ist.

Fehler, Pannen:

Der Ring wird länger als 3 Stunden aus der Scheide entfernt:

Zusätzlicher kontrazeptiver Schutz für 7 Tage. Falls die Panne in der ersten Woche geschieht: erhöhtes Schwangerschaftsrisiko.

Falls dies in der dritten Woche geschieht:

Ring nach dem Fehler noch 7 Tage länger in der Scheide belassen.

Wenn nach 3 Wochen vergessen wird, den Ring zu entfernen:

Bis zu einer Woche kein zusätzlicher kontrazeptiver Schutz nötig, denn die Wirksamkeit des Nuva-Rings beträgt eigentlich 4 Wochen. Nach Entfernung wie üblich eine ringfreie Woche einschalten (vgl. die Packungsbeilage).

Übrigens:

Der Nuva-Ring® muss innert vier Monaten ab Abgabedatum verwendet werden. Auf der Packung muss das Abgabedatum sowie das Verfalldatum von Hand durch die Ärztin/ den Arzt oder die Apothekerin/den Apotheker eingetragen werden. Von der Herstellung bis zur Abgabe an die Klientin wird der Nuva-Ring kühl gelagert. Die Anwenderin hingegen kann den Ring in der Originalverpackung bei Raumtemperatur lagern und muss ihn innert vier Monaten verwenden.

Hersteller/Vertrieb: Organon AG, 8808 Pfäffikon SZ, Tel. 055 415 19 11, www.organon.ch

▶▶▶ Evra-Pflaster®

Matrixpflaster zur transdermalen Kontrazeption

Grösse 4,5 x 4,5 cm

Farbe: Hautfarben

Kontinuierliche Hormonabgabe während 7 Tagen von:

- 20 Mikrogramm Ethinylestration (EE) pro Tag
 - 150 Mikrogramm Norelgestromin (Metabolit von Norgestimat) pro Tag
- Pearl-Index 0,88, d.h. ähnlich wie die Pille

Anwendung:

Ein Patch pro Woche während 3 Wochen anwenden. Beginn am 1. Zyklustag. (Kein zusätzlicher kontrazeptiver Schutz nötig.) Dann eine Woche Pause, in der die Monatsblutung eintritt. Wechsel immer am gleichen Wochentag. Den neuen Patch jeweils 10 Sekunden mit der Handfläche fest auf die Haut drücken.

Wichtig: Die Ränder müssen gut haften. Täglich überprüfen, ob der Patch noch fest klebt.

Beispiel:

Starttag/1.Tag: Dienstag (am 1. Tag der Periode, somit kein zusätzlicher kontrazeptiver Schutz nötig). Wechsel des Patches jeweils Dienstag, am 8. und 15. Tag des Zyklus. Entfernung des Patches am Dienstag, am 22. Tag. Nach einer Woche wieder am Dienstag mit einem neuen Pflaster beginnen.

Applikationsstellen:

Oberarm, Gesäss, Bauch, Rücken. Die Haut unter dem Patch muss sauber, trocken, unbehaart und intakt sein. Keine Cremes, Öle etc. auf der Applikationsstelle verwenden. Niemals auf die Brüste oder auf gerötete oder verletzte Hautstellen kleben. Für jedes neue Pflaster eine andere Stelle wählen.

Die häufigsten Fragen:

„Fällt das Pflaster nicht ab?“

Frau kann mit dem Patch baden, duschen und in die Sauna gehen.

„Wie wirkt denn das?“

Die hormonellen Wirkstoffe werden durch die Haut aufgenommen und nicht wie bei der Pille durch die Magenschleimhaut.

Fehler, Pannen:

Vergessener Patchwechsel:

Der Patch ist noch zwei weitere Tage voll wirksam.

Abgelöster Patch (komplett oder partiell): Weniger als 1 Tag:

Neuen Patch aufkleben und am gewohnten Patch-Wechseltag wechseln.

Mehr als 1 Tag oder wenn nicht klar ist, wie lange sich der Patch schon gelöst hat:

Erhöhtes Schwangerschaftsrisiko. Sofort neuen Patch aufkleben und einen neuen 4-Wochen-Zyklus beginnen. Zusätzlicher Schutz während 7 Tagen.

Wechsel vergessen:

Bis zu 48 Stunden kein Problem. Neues Pflaster aufkleben und Wechsel zum normalen Patch-Wechseltag vornehmen.

Länger als 48 Stunden:

Erhöhtes Schwangerschaftsrisiko (Vorgehen vgl. Packungsbeilage).

Verlängerte Pause:

Besonders hohes Schwangerschaftsrisiko (Vorgehen vgl. Packungsbeilage)

Übrigens:

Vorteilhaft ist es, den neuen Patch jeweils abends vor dem Schlafen Gehen aufzukleben respektive zu wechseln.

Zulassungsinhaberin: Janssen-Cilag AG, 6341 Baar, Tel. 041 767 34 34, www.janssen-cilag.ch