

Wie kann ich wechseln?

Falls Sie eine „Pille“ mit ungünstiger Zusammensetzung, einen Vaginalring oder ein Hormonpflaster nutzen, raten wir Ihnen, zu einer Methode mit niedrigerem Risiko zu wechseln. Sobald der Anwendungszeitraum geendet hat, können Sie umsteigen – Ihr Risiko erhöht sich dadurch nicht. Ebenso ist keine Untersuchung beim Frauenarzt nötig. Gerne stellen wir Ihnen dann ein entsprechendes Rezept aus. Ein Wechsel könnte in Deutschland jedes Jahr etwa 1.500 Frauen eine Thrombose und 800 Frauen eine schwere Lungenembolie ersparen.

Weitere Informationen finden sie hier:

Prautzsch, Joos; Reduktion von Lungenembolien und Thrombosen; Zeitschrift für Allgemeinmedizin 2017; 93(9); DOI 10.3238/zfa.2017.0342-0348

Sie wird überreicht durch:

© DEGAM
Stand 2018

Autor

Dr. med. H. Prautzsch, Prof. Dr. S. Joos
(Die Autoren haben keine Interessenkonflikte bezüglich des Themas.)

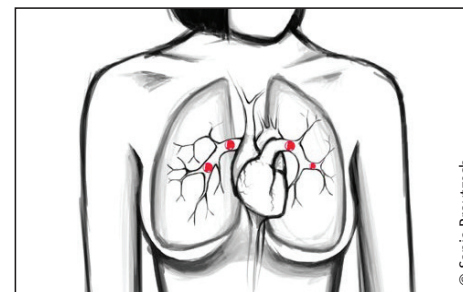
Konzeption und wissenschaftliche Redaktion
SLK-Leitungsteam der DEGAM

**Liebe Patientin,**

Sie haben sich entschieden, hormonell zu verhüten, zum Beispiel mit der „Pille“, dem Vaginalring oder dem Hormonpflaster. Zwischen den Präparaten gibt es deutliche Unterschiede, vielleicht haben Sie in den Medien bereits davon gehört: So können bei einigen Pillen häufiger Blutgerinnsel in Venen auftreten als bei anderen. Diese Thrombosen können teilweise schwere Folgen haben. Sie als Patientin können sich aber dafür entscheiden, Ihr Risiko für eine Thrombose zu mindern.

Welche Folgen hat eine Thrombose?

Thrombosen sind Blutgerinnsel in Venen. Löst sich ein solches Gerinnsel in der Vene ab und wird in die Lunge geschwemmt, kann es dort die Gefäße verstopfen. Betroffene spüren das als plötzliche Atemnot. Ärzte sprechen dann von einer Lungenembolie. Sie kann manchmal tödlich verlaufen. Auch Schlaganfälle können durch solche Blutgerinnsel ausgelöst werden und Betroffene dadurch schwere Behinderungen davontragen.



© Sanja Prautzsch

Wie senke ich mein Risiko?

Unter anderem beeinflusst die Art Ihres Verhütungsmittels, ob Ihr Risiko für eine Thrombose größer oder kleiner ist. Die „Pillen“ unterscheiden sich in ihrer Zusammensetzung – einige sind risikoärmer (s. Tab. 1 und 2). „Minipillen“ enthalten nur ein Hormon und führen deutlich seltener zu Thrombosen als „Kombinationspillen“ mit zwei Wirkstoffen. Letztere schützen dafür minimal besser vor einer Schwangerschaft und sind einfacher einzunehmen.

Die meisten Frauen in Deutschland nutzen „Kombi-Pillen“. Aber auch unter ihnen gibt es risikoärmere: einige Kombi-Pillen werden seit längerer Zeit erfolgreich angewendet. Eine Thrombose tritt bei ihnen seltener auf als bei anderen, neueren Kombi-Pillen (s. Tab. 1). Bei einigen der neuen Präparate ist das Thromboserisiko noch nicht ausrei-



Antibabypille – Thrombosen vorbeugen

chend erforscht und bekannt. Es gibt jedoch Hinweise, dass sie ähnlich risikoreich sind wie andere Kombi-Pillen der neueren Generation.

Ähnlich ist es bei **Vaginalring oder Hormonpflaster**. Diese sind zwar einfacher anzuwenden, aber auch bei ihnen treten Thrombosen ähnlich häufig auf wie bei den neuen Kombi-Pillen. Entscheiden Sie sich hormonell zu verhüten, empfiehlt es sich also, eine risi-

koarme Methode zu wählen (s. Tab. 1 und 2).

Neben der Art des Verhütungsmittels gibt es weitere Faktoren, die Ihr Risiko für eine Thrombose erhöhen und sich gegenseitig erheblich verstärken können:

- Rauchen
- Bluthochdruck
- Übergewicht
- aufgetretene Thrombosen (bei Ihnen oder Verwandten ersten Grades)

Tab. 1: Thromboserisiko nach Art des Verhütungsmittels

Anhand von Versorgungsdaten kann man für Frauen, die 20 Jahre ihres Lebens hormonell verhüten, abschätzen, wie wahrscheinlich es ist, dass sie in dieser Zeit eine schwere Thrombose bekommen [1].

Art der Verhütung	Thromboserisiko
Kombi-Pille, ungünstige Zusammensetzung*	1 von 54 Frauen
Kombi-Pille, günstige Zusammensetzung	1 von 83 Frauen
Ohne Verhütungspille	1 von 250 Frauen

*auch Vaginalring, Hormonpflaster

Tab. 2: Risikoarme Präparate

Sehr geringes Risiko (sog. Minipillen und andere Monopräparate)	Relativ geringes Risiko (Kombi-Präparate)
28 Mini	Amicette, Asumate, Aurorosa
Cerazette, Chalant	Cleogyn, Conceplan
Damara, Depot-Clinovir, Depot-Provera, Desirett, Desofemono, Desofenance, Desogestrel Aristo/Pharbil, Diamilla	Estelle, Ethinylestradiol Levonorgestrel, Eulitop, Evaluna, Eve
Evakadin	Femigoa, Femigyne, Femikadin, Femranette, Florentia
Feanolla	Glorianna, Gravistat
Implanon Nxt	Illina
Jubrele	Kleodina
Melinagyn, Microlut, Midesia	Leanova, Leios, Leona, Levina, Levomin, Levonance, Liana, Logynon, Lotta, Luisa, Lysandra
Nexplanon, Noristerat	Maexeni, Microgynon, Minisiston, Miranova, Monostep
Onefra	Novastep
Sayana, Seculact, Simonette, Solgest	Onarelle, Ovoplex
Tevanette	Stediril, Swingo, Synphase
Yvette	Trigoa, Trinordriol, Triquilar, Trisyston

1 Arzneimittelkommission der Deutschen Ärzteschaft: Aus der UAW-Datenbank, Dtsch Aerztebl 2013; 110(50): A-2446/B-2154/C-2074