

Naturlehre/ Lebenskunde Sexualkunde	Verhütungsmittel	
---	------------------	--

Bezeichnung des Verhütungsmittels	Woraus besteht das Mittel?	Wie wird es angewendet? (Verlässlichkeit)	Wie wirkt es?	Vorteile	Nachteile
Pille	Hormone	Täglich eine Tablette zur gleichen Zeit	Dreifachwirkung: - Hemmung Eisprung - Verdickung Schleimpfropf -> Spermien können schlecht eindringen - kein Aufbau der Gebärmutterschleimhaut	- Hohe Sicherheit - Einfache Anwendung - Keine Störung beim Sex	- Kein Schutz vor HIV - Nebenwirkungen (Müdigkeit, Übelkeit, Brustspannen, Menstruation bleibt aus, Akne, Gewichtszunahme, Kopfschmerzen, Erhöhtes Thromboserisiko)
Mini Pille	Nur ein Hormon	Täglich eine Tablette zur gleichen Zeit	Hormonelle Dreifachwirkung		- Kein Schutz vor HIV - Nebenwirkungen (Müdigkeit, Übelkeit, Brustspannen, Menstruation bleibt aus, Akne, Gewichtszunahme, Kopfschmerzen, Erhöhtes Thromboserisiko)
Hormonstäbchen	Stäbchen aus Kunststoff mit Hormonen	Unter die Haut des Oberarms	Hormonelle Dreifachwirkung	Langzeitverhütung (3Jahre)	- Kein Schutz vor HIV - Nebenwirkungen (Müdigkeit, Übelkeit, Brustspannen, Menstruation bleibt aus, Akne, Gewichtszunahme, Kopfschmerzen, Erhöhtes Thromboserisiko)
Verhütungspflaster	Pflaster mit Hormonen	Wöchentlich am selben Tag, bsp auf dem Bauch	Hormonelle Dreifachwirkung	- Pflaster nur einmal pro Woche - Keine Störung beim Sex - Sehr hohe Sicherheit - wirkt auch bei Durchfall, Erbrechen	- kann sich ablösen - Hautunverträglichkeit - Kein Schutz vor HIV - Nebenwirkungen (Müdigkeit, Übelkeit, Brustspannen, Menstruation bleibt aus, Akne, Gewichtszunahme, Kopfschmerzen, Erhöhtes Thromboserisiko)
Verhütungsring	Plastikring mit Hormonen	Frau setzt sich den Ring selber in die Scheide ein	Hormonelle Dreifachwirkung	- einfach in der Anwendung - muss nicht jeden Tag daran denken	- Kein Schutz vor HIV - Nebenwirkungen (Müdigkeit, Übelkeit, Brustspannen, Menstruation bleibt aus, Akne, Gewichtszunahme, Kopfschmerzen, Erhöhtes Thromboserisiko) - Pilzinfektionen

Naturlehre/ Lebenskunde Sexualkunde	Verhütungsmittel	
---	------------------	--

Bezeichnung des Verhütungsmittels	Woraus besteht das Mittel?	Wie wird es angewendet? (Verlässlichkeit)	Wie wirkt es?	Vorteile	Nachteile
Dreimonatsspritze	Spritze mit Injektion (Hormonflüssigkeit)	Spritze alle drei Monate	Hormonelle Dreifachwirkung und wirkt nach 10 Tagen	- hohe Sicherheit - keine Störung beim Geschlechtsverkehr - muss nicht daran denken	- häufigere Nebenwirkungen als bei Pille - Kein Schutz vor HIV - Nebenwirkungen (Müdigkeit, Übelkeit, Brustspannen, Menstruation bleibt aus, Akne, Gewichtszunahme, Kopfschmerzen, Erhöhtes Thromboserisiko)
Hormonspirale	t-förmiges Plastikobjekt mit Hormonzylinder	Wird durch den Frauenarzt in die Gebärmutter eingesetzt,	hormonelle Dreifachwirkung, Wirkung drei bis fünf Jahre	- wirkt auch bei Durchfall, Erbrechen - hohe Sicherheit - Langzeitverhütungsmittel - man muss nicht immer daran denken	- Kein Schutz vor HIV - Nebenwirkungen (Müdigkeit, Übelkeit, Brustspannen, Menstruation bleibt aus, Akne, Gewichtszunahme, Kopfschmerzen)
Kupferspirale	T- oder Ankerform, Plastik und Kupfer, mit Draht (Kupfer) Umwickelt	Wird durch den Frauenarzt während der Menstruation in die Gebärmutter eingesetzt	- Mechanisch, durch das Kupfer wird die Befruchtungsfähigkeit der Spermien beeinträchtigt - Gebärmutterschleimhaut verändert sich -> Ei kann sich nicht einnisten	- Langzeit-verhütungsmittel (2-5 Jahre) - Keine Störung beim Geschlechtsverkehr	- stärkere und schmerzhaftere Menstruation - höheres Infektionsrisiko - Kein Schutz vor HIV
Flexible Spirale (Gynefix)	Schnur mit kleinen Kupferperlen	Wird durch den Frauenarzt während der Menstruation in die Gebärmutter eingesetzt	- Mechanisch, durch das Kupfer wird die Befruchtungsfähigkeit der Spermien beeinträchtigt - Gebärmutterschleimhaut verändert sich -> Ei kann sich nicht einnisten	- Langzeit-verhütungsmittel (2-5 Jahre) - Keine Störung beim Geschlechtsverkehr - sehr beweglich, braucht wenig Platz	- Blutungsstörungen - stärkere und schmerzhaftere Menstruation - höheres Infektionsrisiko - Kein Schutz vor HIV
Spirale danach	Siehe Kupferspirale und flexible Spirale	Dito, aber wird nach dem Geschlechtsverkehr eingesetzt	dito	- kann auch nach dem Geschlechtsverkehr eingesetzt werden	- man muss Arzt aufsuchen - es kostet - Blutungsstörungen - stärkere und schmerzhaftere Menstruation - höheres Infektionsrisiko - Kein Schutz vor HIV

Naturlehre/ Lebenskunde Sexualkunde	Verhütungsmittel	
---	------------------	--

Bezeichnung des Verhütungsmittels	Woraus besteht das Mittel?	Wie wird es angewendet? (Verlässlichkeit)	Wie wirkt es?	Vorteile	Nachteile
Diaphragma	Gewölbter Gummi an einem Ring, Samenabtötende Creme	2h vor dem Geschlechtsverkehr einsetzen	Barriere Methode (bedeckt den Muttermund), Samen können nicht in die Gebärmutter eindringen	- Kostengünstig - Keine Körperliche Nebenwirkungen - Wird nur verwendet wenn es zum Geschlechtsverkehr kommt	- erfordert Übung beim einsetzen - Kein Schutz vor HIV und Geschlechtskrankheiten - Sex wird geplant
Kondom, Präservativ	- Latex	Vor dem Geschlechtsverkehr über da steife Glied abrollen	- Barrieremethode, Samen bleiben im Kondom - Sicherheit ist mittel	- Schutz vor HIV, Geschlechtskrankheiten - keine Nebenwirkung - eher günstig	- kann als störend empfunden werden - korrekt Handhabung braucht Übung - Latexallergie
Frauenkondom	- Latex, 2 Ringe am Ende und am Anfang	- Ring wir vor Muttermund eingeführt (geschlossen), anderer Ring beim Scheideneingang (offen), Schlauch liegt in der Scheide	- Barrieremethode, Samen bleiben im Sack und können nicht in die Gebärmutter gelangen	- Schutz vor HIV, Geschlechtskrankheiten - keine Nebenwirkung- - eher kostengünstig	- schwierig anzuwenden - kann beim Geschlechtsverkehr stören
Natürliche Methoden	Temperatur, Kalender, Schleimstruktur	Man bestimmt die fruchtbaren und unfruchtbaren Tage durch Körpertemperatur, beobachten der Zykluslänge und Schleimabsonderung	Natürlich	- keine Hormone - kein Eingriffe - keine Nebenwirkungen - keine Kosten	- hohe Disziplin - regelmässiger Zyklus - hohe Fehlerquote - kein Schutz vor Geschlechtskrankheiten
Sterilisation		Operativer Eingriff Mann: Samenleiter durchtrennt und abgebunden Frau: Eileiter wird verschlossen	Unterbindung der Zeugungsfähigkeit	- keine Veränderung der sexuellen Erlebnisfähigkeit - Sehr sichere Methode	- kann kaum rückgängig gemacht werden - kein Schutz vor Geschlechtskrankheiten - sehr teuer

Bezeichnung des Verhütungsmittels	Woraus besteht das Mittel?	Wie wird es angewendet? (Verlässlichkeit)	Wie wirkt es?	Vorteile	Nachteile
Pille danach	Wirkstoff	Innerhalb von 12 – 24 Stunden nach dem Geschlechtsverkehr	Unterdrückt den Eisprung	- keine Störung beim Sex - einfache Anwendung	- Kein Schutz vor HIV - Nebenwirkungen (Müdigkeit, Übelkeit, Brustspannen, Menstruation bleibt aus, Akne, Gewichtszunahme, Kopfschmerzen, Erhöhtes Thromboserisiko)

Naturlehre/ Lebenskunde Sexualkunde	Verhütungsmittel	
---	------------------	--

--	--	--	--	--	--