

Teenies und Verhütung

Ihr habt heute die Homepage „Service zu Gesundheitsthemen“ des Medizinischen Qualitätsnetzes Westküste, auch MQW genannt, gewählt, weil Ihr vielleicht einige Fragen zur Pille habt. Wir möchten Euch dazu ein kleines Gespräch zwischen zwei Freundinnen vorstellen und hoffen, dass wir darin auch Eure Fragen beantworten. Die beiden Freundinnen sind Tanja und Nicole. Tanja hat sich gerade in einer gynäkologischen Praxis die Pille verordnen lassen. Ihre Freundin Nicole arbeitet dort seit 2 Jahren als Auszubildende für den Beruf der Arzthelferin.

Tanja: Nicole, kannst Du mir eigentlich mal sagen, wie ich die Pille nun einnehmen muss?

Nicole: Am ersten Tag der Regel beginnst Du mit der Einnahme der ersten Pille. Du nimmst jeden Tag eine Pille, bis die Packung zu Ende ist. Also 21 Tage lang. Dann machst Du eine Pause und nimmst sieben Tage lang keine Pille. In dieser Zeit kommt dann Deine Regel. Nach der Regel beginnst Du dann mit der nächsten Pillenpackung. Auch wenn Du Deine Regel noch hast, das macht nichts. Zu welcher Zeit Du die Pille einnimmst, ist im Prinzip völlig egal. Die Zeit sollte nur so ziemlich jeden Tag die gleiche sein, damit Du den Überblick behältst, wann Du die letzte Pille genommen hast.

Tanja: Ab wann wirkt die Pille dann?

Nicole: Du bist bereits am ersten Einnahmetag der Pille vor einer Schwangerschaft geschützt. Dieser Schutz gilt auch für die sieben Tage der Pillenpause.

Tanja: Was mache ich, wenn ich eine Pille vergessen habe?

Nicole: Wenn Du Deine Pille vergessen hast, kannst Du sie noch innerhalb von 12 Stunden nachnehmen und bist trotzdem geschützt. Wenn Du also zum Beispiel Deine Pille immer abends um 8:00 Uhr nimmst und Du vergisst sie am nächsten Tag abends einzunehmen, dann hast Du bist zum nächsten Morgen um 8:00 Uhr immer noch Zeit, an die vergessene Pille zu denken. Sind allerdings diese 12 zusätzlichen Stunden überschritten, wird es kompliziert. Wie man dann wieder zu einem Schutz kommt, hängt von der Pille ab, ob es sich um ein älteres oder moderneres Modell handelt. Ob sie mehrere verschiedene Farben enthält, oder einfarbig ist. Du musst sie dann auf jeden Fall erst einmal weiter nehmen und in deiner

Frauenarztpraxis anrufen, damit die dir im Einzelfall sagen können, wie weiter vorzugehen ist. Manchmal steht es auch im Beipackzettel der Pille.

Tanja: Was mache ich eigentlich, wenn ich eine Pille verliere?

Nicole: Wenn Du eine Pille verlierst, nimmst Du Dir einfach die letzte Pille aus der Packung. Du nimmst diese an Stelle der verlorenen Pille und machst dann eben einen Tag früher Pause.

Tanja: Ich habe mal gehört, dass die Pille bei Erbrechen und Durchfall nicht wirken soll.

Nicole: Bei Erbrechen und Durchfall innerhalb der ersten vier Stunden nach Einnahme der Pille könnte es sein, dass die Pille noch nicht richtig wirken konnte und Du musst innerhalb der 12 Stunden nachträglich eine weitere Pille nehmen.

Tanja: Eine meiner Klassenkameradinnen hat mir erzählt, dass es manchmal Zwischenblutungen gibt.

Nicole: Innerhalb der ersten drei Monate kann es vorkommen, dass Blutungen außerhalb der Reihe auftreten, so genannte Zwischenblutungen. Du brauchst Dir darüber aber keine Gedanken machen. Die Pille verhütet trotzdem, und Du bist auch nicht krank. Wenn es nur ganz leichte Schmierblutungen sind, solltest Du unbedingt Deine Pille ganz normal weiter nehmen. Wenn aber ganz starke Blutungen sind, rufe uns kurz an oder komm vorbei, es ist aber auch kein Grund, sich Gedanken zu machen, evtl. brauchst Du dann nur eine andere Pille. Normalerweise sollten die Zwischenblutungen nach den ersten drei Monaten vorüber sein.

Tanja: Kann es sein, dass in der Pillenpause die Regel manchmal gar nicht kommt?

Nicole: Ja, das kommt bei einigen Pillen manchmal vor. Wenn Du die Pille immer regelmäßig genommen hast und dich an die Einnahmевorschrift gehalten hast, brauchst Du Dir über Schwangerschaft eigentlich keine Gedanken zu machen. Es kann bei den heutigen sehr niedrig dosierten Pillen vorkommen, dass sich gar keine Schleimhaut aufbaut, die dann abbluten könnte. Das ist nicht weiter schlimm. Wenn Du möchtest, komme vorbei und wir machen vorsichtshalber einen Schwangerschaftstest, evtl. brauchst Du dann auch eine stärkere Pille.

Tanja: Gibt es andere Medikamente, die sich mit der Pille nicht vertragen?

Nicole: Solltest Du andere Medikamente nehmen, musst Du immer darauf achten oder den Arzt fragen, ob sie nicht die Wirkung der Pille beeinträchtigen. Dieses ist zum Beispiel bei Medikamenten wie Penicillin und anderen Antibiotika der Fall. Die Medikamente, die Du selber kaufen kannst, wie z. B. gegen Husten, Grippe und Schmerzen, haben keinen Einfluss auf die Wirkung der Pille. Wenn Du Dir nicht sicher bist, frage lieber nach.

Tanja: Und wie ist das mit Rauchen und Alkohol trinken?

Nicole: Rauchen schwächt die Wirkung der Pille nicht ab. Allerdings kann Rauchen, ebenso wie die Pille, die Entstehung einer Thrombose (das ist ein Blutgerinnsel in den Gefäßen, das auch mal gefährlich sein könnte) begünstigen. Wenn Du also zur Pille rauchst, erhöhst Du Dein Risiko in dieser Hinsicht. Alkohol, allerdings in Maßen genossen, hat keine negativen Einwirkungen auf die Pille.

Tanja: Macht die Pille dick?

Nicole: Die Pille macht nicht dick, auch wenn Gerüchte etwas anderes sagen. Allerdings können Pillen manchmal den Appetit steigern, und wenn Du dann unkontrolliert isst, dann nimmst Du natürlich zu.

Tanja: Wie oft muss ich zur Untersuchung kommen?

Nicole: Wenn man eine Pille einnimmt, sollte man ca. alle 6 Monate zu einer gynäkologischen Untersuchung gehen.

So, wir hoffen, dass wir mit dem kleinen Gespräch die meisten Fragen, die Ihr zur Pille habt, beantworten konnten. Solltet Ihr noch weitere Fragen haben, scheut Euch nicht, mit der gynäkologischen Praxis, die Euch die Pille verordnet hat, Rücksprache zu nehmen. Dort wird man sicherlich Eure Fragen beantworten können.

Frau Dr. Petersen
Stand: April 2010