

Eine lange Geschichte

Verhütung ist schon lange Thema. Versuche, den einzelnen Verhütungsmethoden die richtige Epoche zuzuordnen.

Zur Auswahl stehen: Steinzeit, Ägypten/Orient, Antike, Mittelalter, Neuzeit, Aufklärung.

.....

Mystik und Magie dominierten diese Epoche. Nicht nur Kräuterhexen und Magier, sondern auch Ärzte empfahlen magische Amulette und das Aufsagen von Zaubersprüchen, um zu verhüten. Neben dem bis heute bekannten Keuschheitsgürtel sollten auch körperliche Übungen und bestimmte Positionen während des Aktes vor ungewollten Schwangerschaften schützen. Männer, die ihre Lust dämpfen wollten, legten sich Blätter des schwarzen und weißen Bilsenkrauts auf die Hoden.

.....

Auf dem 3-seitigen „Papyrus Kahun“ fand man folgende Rezepte zur Schwangerschaftsverhütung:

- „Um die Empfängnis zu vermeiden: Krokodil-Exkremente, fein aufgelöst in saurer Milch, damit bewässern ...“
- „Einen halben Liter Honig in ihre Vagina eingeführt mit einer Prise Soda ...“
- „Saure Milch, in ihre Vagina gegossen ...“

Als Diaphragma dienten halbierte und ausgepresste Zitronenschalen, die sich die Frau über den Muttermund legte. Neben der Barrierefunktion dürfte die Zitronensäure zusätzlich abtötend auf den männlichen Samen gewirkt haben.

.....

Die Menschen damals waren Jäger und Sammler. Sie kleideten sich in Felle und nutzten Steine als Werkzeug. Da das Leben und Überleben damals nicht abgesichert und jedes zusätzlich zu fütternde Maul eine Belastung war, bemühte man sich, seine Sippe nicht zu groß werden zu lassen – so wurde man schon damals in Sachen Verhütung kreativ. Tampons aus Gras, Wurzelwerk oder Algen, sowie Fruchtschoten, die vor den Muttermund geschoben wurden, um den Samen aufzufangen, waren einfach anzuwenden und daher auch über Jahrtausende im Einsatz. Die ältesten Darstellungen von Kondomen stammen aus dieser Epoche und dürften bis zu 30.000 Jahre alt sein.

.....

Zu Beginn dieser Zeit stiegen die Bevölkerungszahlen sprunghaft an. Das Thema Verhütung bekam dadurch eine neue Bedeutung. Da einerseits das Wissen über wirksame Verhütung fehlte und es andererseits nicht allen möglich war, eine Ehe zu schließen, waren zahllose Abtreibungen, Kindsmorde, Kindsweglegungen und Selbstmorde die traurige Folge.

.....

Ende des 18. Jahrhunderts mehrten sich die Sorgen um die immer größer werdende Bevölkerung. Die Kirche sah die Lösung in Enthaltensamkeit und später Eheschließung. In London hingegen wurde 1744 die erste Kondomerie eröffnet. Geführt von zwei Frauen wurden dort Präservative aus Tierdärmen und aus Geweben angeboten. Nach Gebrauch wurden die Präservative gewaschen, getrocknet, gepudert und erneut verwendet.

.....

Diese Epoche umfasst die Geschichte des archaischen und klassischen Griechenlands, des Hellenismus und des römischen Reiches. Unter anderem ist sie für ihre großen Philosophen und Gelehrten bekannt. Einer von ihnen war Hippokrates. Er schrieb in seinem Werk „Das Wesen der Frauen“: „Wenn eine Frau nicht empfangen will, mache sie es sich zur Gewohnheit, nach dem Beischlaf den Samen herausfallen zu lassen.“ Soranus gilt als der größte Gynäkologe dieser Zeit. Er empfahl den Frauen, ihre Scheide nach dem Verkehr mit einer sauren Flüssigkeit auszuspülen.

Von der Vergangenheit in die Gegenwart

Anfang 19. Jahrhundert

Rückgriff auf das Wissen der alten Ägypter, vor allem saure Scheidenspülungen waren wieder beliebt. Gleichzeitig machte aber auch die Forschung erste Fortschritte.

1818

stellte man fest, dass die Temperatur der Frau sich während des Zyklus verändert. Hormonelle Zusammenhänge konnten damals allerdings noch nicht erkannt werden.

Mitte 19. Jahrhundert

Kondome aus Gummi und Diaphragmen wurden ab nun industriell gefertigt.

Anfang des 20. Jahrhunderts

widmeten sich Mediziner der Erforschung des weiblichen Zyklus und legten den Grundstein für die Hormonforschung.

1916

eröffnete die amerikanische Krankenschwester Margret Sanger die erste Beratungsstelle der Nationalen Liga für Geburtenkontrolle.

In den 1920ern

herrschte in Amerika die Prohibition. Handel und Konsum von Alkohol waren verboten. Gleichzeitig hatten sich Frauen das Wahlrecht erkämpft, und Schwule und Lesben brachen offen das Tabu der Homosexualität. Ende der 20er Jahre ging bereits über die Hälfte der amerikanischen Frauen nicht mehr unberührt in die Ehe. Die Verbreitung von Informationen und Materialien zur Geburtenregelung stand allerdings noch unter Strafe.

1928

publizierte der österreichische Gynäkologe Hermann Knaus die Ergebnisse seiner Forschungen über den weiblichen Zyklus. Knaus meinte, der Eisprung finde im Normalfall immer exakt 14 Tage vor der nächsten Blutung statt. Mittlerweile weiß man, dass dieser Zeitraum eine viel größere Schwankungsbreite hat. Basierend auf seinen Ergebnissen entwickelte Knaus eine Berechnungsmethode zur Bestimmung der fruchtbaren Tage. Unabhängig davon war in Japan der Gynäkologe Ogino zu denselben Ergebnissen gelangt, weshalb man die Methode „Knaus-Ogino“ nannte.

1931

entwickelte der Gynäkologe Gräfenberg die erste Spirale.

Drittes Reich (1933-1945)

Verhütungsbefürworter hatten im deutschen Reich zu schweigen. „Kinder für den Führer“ sollte die deutsche Frau gebären. Die Fruchtbarkeit der arischen, also nicht jüdischen Frau durfte auf keinen Fall eingeschränkt werden. Beratungsstellen wurden geschlossen, die Werbung für Verhütungsmittel untersagt. Schwangerschaftsabbrüche bei Nicht-Ariern galten hingegen als „Dienst am Volk“.

1950er

1951 veranstaltete die 71-jährige Margret Sanger eine Dinnerparty, die in die Geschichte einging. Sanger hatte den Experten für Fortpflanzungsbiologie Dr. Gregory Pincus eingeladen. Sie fragte nach den Kosten für die Entwicklung eines Verhütungspräparates, das man wie „ein Aspirin schlucken“ könne. Pincus schätzte die notwendigen Investitionen auf 125.000 Dollar. Und Sanger wurde aktiv. Sie besorgte mit der 75-jährigen Katherine McCormick, einer reichen Erbin eines Mähdrescher-Imperiums, eine spendable Geldgeberin. Zusammen mit Carl Djerassi und Frank B. Colton führte Pincus umfangreiche Studien und Versuche an Tieren und Menschen durch.

11. Mai 1960

Die Pille wurde von der FDA (Food and Drug Administration, die US-Arzneimittelbehörde) als offizielles Verhütungsmittel für den Markt freigegeben.

1. Juli 1961

kam die erste europäische Pille als „Mittel zur Behebung von Menstruationsstörungen“ auf den Markt: „Anvolar“ von der Firma Schering.

Mitte 1980er

Aids tritt erstmals auf. Das Kondom als Verhütungsmittel nicht nur ungewollter Schwangerschaften, sondern auch der Übertragung sexueller Krankheiten gewinnt wieder an Bedeutung.

Beginn 1990er

Erfindung des „Femidoms“, des Kondoms für die Frau.



Was tun?

Je mehr Möglichkeiten, umso schwerer fällt die Entscheidung.
 Für welche Verhütungsmethode sollten sich die nachstehenden Paare entscheiden? Nutze die Übersichtstabelle, um die optimale Lösung zu finden, und begründe deine Entscheidung.
 (Mehrfachantworten sind möglich.)

Nicole & Peter

Nicole und Peter sind gerade in eine neue Stadt gezogen. Peter hat dort die Möglichkeit, in seinem Traumberuf richtig Fuß zu fassen, Nicole fehlen noch die letzten Prüfungen, um ihr Studium zu beenden.

Die beiden sind schon mehr als fünf Jahre ein glückliches Paar. Sobald Nicole ihr Studium beendet und Peter sich beruflich „eingelebt“ hat, möchten sie ihr gemeinsames Glück mit einem Kind krönen. Sie hoffen, dass sie in etwa einem Jahr mit der Familienplanung beginnen können.

Welche Verhütungsmethode ist für Nicole & Peter geeignet?

- Hormonimplantat
 Kondom
 Spirale
 Sterilisation des Mannes

Begründe deine Entscheidung!

.....

.....

.....

Claudia & Manuel

Claudia und Manuel haben sich auf einer Studentenparty kennengelernt, und Party machen ist ihr liebstes Hobby. Wenn es ihr Stundenplan zulässt, sind sie so gut wie jede Nacht unterwegs. Treue ist den beiden absolut wichtig, auch eine gemeinsame Zukunft können sie sich miteinander vorstellen. Aber an Kinder denken Claudia und Manuel noch lange nicht! Ganz im Gegenteil – ein Kind passt für die nächsten Jahre überhaupt nicht in ihre Lebensplanung.

Welche Verhütungsmethode ist für Claudia & Manuel geeignet?

- Dreimonats-spritze
 Pille
 Temperatur-messung
 Vaginalring

Begründe deine Entscheidung!

.....

.....

.....



Sabine & Herbert

Mit Anfang 40 stehen Sabine und Herbert fest im Leben. Sie sind beruflich erfolgreich und haben zwei mittlerweile schon selbständige Kinder, auf die sie sehr stolz sind. Ihre Familienplanung ist abgeschlossen.

Sabine hat allerdings noch einige Jahre bis zur Menopause vor sich, und da Männer bis ins hohe Alter zeugungsfähig sind, besteht nach wie vor die Möglichkeit einer Schwangerschaft.

Welche Verhütungsmethode ist für Sabine & Herbert geeignet?

- Kondom Spermizide Spirale Sterilisatio des Mannes

Begründe deine Entscheidung!

.....

.....

.....

Lisi & Tobias

Lisi und Tobias sind ein unkonventionelles Paar! Sie bezeichnen sich selbst als polyamourös, das heißt, sie führen eine offene Beziehung, in der jeder Partner auch mit anderen Sex hat. Trotzdem lieben sie sich und schließen für ihre gemeinsame Zukunft nicht aus, Kinder miteinander zu haben.

Welche Verhütungsmethode ist für Lisi & Tobias geeignet?

- Dreimonatsspritze Hormonimplantat Kondom Portiokappe

Begründe deine Entscheidung!

.....

.....

.....



Julia & Florian

Julia und Florian sind richtig verliebt und planen ihr erstes Mal. Julias Zyklus ist erst seit kurzem regelmäßig, und sie hat ein wenig Angst davor, mit Hormonen einzugreifen. Außerdem hat sie von Freundinnen gehört, dass man von der Pille zunehmen kann. Verhütung ist für die beiden aber ein absolutes Muss.

Welche Verhütungsmethode ist für Julia & Florian geeignet?

- Frauenkondom Kondom Temperaturmessung Vaginalring

Begründe deine Entscheidung!

.....

.....

.....

Sigrid & Wolfgang

Sigrid und Wolfgang sind vor einem halben Jahr zum ersten Mal Eltern geworden. Sigrid stillt ihr Kind noch. Nach der Karenzzeit möchte sie wieder für einige Jahre in ihren alten Beruf zurückkehren, bevor sie und Wolfgang an einem weiteren Kind „basteln“.

Welche Verhütungsmethode ist für Sigrid & Wolfgang geeignet?

- Billings-Methode Hormonimplantat Pille Spirale

Begründe deine Entscheidung!

.....

.....

.....



Übersicht von Verhütungsmethoden

Verhütungsmethode	Pearl-Index*	Wirkung	Dauer der Wirkung	Anwendung	Anwender	Schutz vor sexuell übertragbaren Krankheiten
Die Pille	0,1 - 0,9	Hormonell	Dauer der Einnahme. Einige Monate nach Absetzen ist ein unregelmäßiger Zyklus möglich.	Die Frau schluckt jeden Tag zur gleichen Zeit eine Pille. Je nach Pilleart variiert die Einnahmezeit.	Frau	nein
Dreimonatsspritze	0,3 - 0,88	Hormonell	3 Monate Einige Monate nach Absetzen ist ein unregelmäßiger Zyklus möglich.	Die Frau bekommt eine Spritze, die den Eisprung für drei Monate verhindert.	Frau	nein
Hormonimplantat	0 - 0,08	Hormonell	3 Jahre Einige Monate nach Absetzen ist ein unregelmäßiger Zyklus möglich.	Ein Kunststoffstäbchen wird an der Innenseite des Oberarms unter die Haut implantiert. Anschließend ist der Eisprung bis zu drei Jahre unterdrückt.	Frau	nein
Vaginalring	0,4 - 0,65	Hormonell	1 Zyklus Nach Absetzen ist ein unregelmäßiger Zyklus möglich.	Ein elastischer Hormonring wird von der Frau selbst in die Vagina gesetzt, wo er drei Wochen bleibt. In der ringfreien Woche setzt die Blutung ein.	Frau	nein
Verhütungspflaster	0,72 - 0,9	Hormonell	Dauer der Anwendung Nach Absetzen ist ein unregelmäßiger Zyklus möglich.	Wöchentlich wird ein frisches Hormonpflaster auf die Haut geklebt. Über dieses gelangen Wirkstoffe ins Blut, die den Eisprung verhindern.	Frau	nein
Kondom	2 - 12	Mechanisch	einmalig	Vor dem Eindringen wird ein Kondom über den erigierten Penis gestreift.	Mann	ja
Frauenkondom	5 - 21	Mechanisch	einmalig	Das Frauenkondom wird über die Vagina gelegt, bevor der Mann eindringt.	Frau	ja
Spirale	0,9 - 3	Mechanisch	3-5 Jahre	Die Spirale wird von der Frauenärztin direkt in die Gebärmutter eingesetzt und verhindert die Einnistung eines befruchteten Eis. Sie kann zwischen drei und fünf Jahre dort verbleiben.	Frau	nein

* Der Pearl-Index gibt die jährliche Zahl ungewollter Schwangerschaften bei Anwendung einer bestimmten Verhütungsmethode bei 100 Frauen an. Je höher die Zahl, umso unsicherer die Methode.



Verhütungsmethode	Pearl-Index*	Wirkung	Dauer der Wirkung	Anwendung	Anwender	Schutz vor sexuell übertragbaren Krankheiten
Portiokappe	6	Mechanisch	einmalig	Der Frauenarzt setzt nach jeder Periode die Kappe vor den Muttermund. Diese muss vor jedem Verkehr mit einem Spermizid versehen werden.	Frau	nein
Temperaturmessung	0,8 - 3	Natürlich	Dauer der Anwendung	Die Frau misst täglich die Temperatur in ihrer Scheide und trägt diese in eine Liste ein. Aus dieser Liste kann der Eisprung abgelesen werden. Diese Methode funktioniert nur bei regelmäßigem Zyklus, größter Sorgfalt und geregelter Lebensrhythmus.	Frau	nein
Billings-Methode	5	Natürlich	Dauer der Anwendung	Die Frau beobachtet ihren Zervikalschleim während des Zyklus. Anhand der Veränderungen, kann man den Eisprung feststellen.	Frau	nein
Verhütungscomputer	2 - 5	Natürlich	Dauer der Anwendung	Durch Eingabe der Temperatur oder mit Hilfe von Urintests berechnet der Computer die fruchtbaren Tage.	Frau	nein
Sterilisation der Frau	0,2 - 0,3	Chirurgisch	dauerhaft	Die Eileiter werden im Zuge eines operativen Eingriffs durchtrennt.	Frau	nein
Sterilisation des Mannes	0,2 - 0,3	Chirurgisch	dauerhaft	Die Samenleiter werden im Zuge eines ambulanten Eingriffs durchtrennt. Kann wieder rückgängig gemacht werden.	Mann	nein

* Der Pearl-Index gibt die jährliche Zahl ungewollter Schwangerschaften bei Anwendung einer bestimmten Verhütungsmethode bei 100 Frauen an. Je höher die Zahl, umso unsicherer die Methode.