

Hintergrundtext

## Pille Danach – Die Fakten

Deutschlandweit passieren ca. 2,4 Millionen Verhütungspannen im Jahr<sup>1</sup>: die Pille wurde vergessen, das Kondom ist verrutscht oder es wurde überhaupt nicht an Verhütung gedacht. In diesen Fällen bietet die Pille Danach Schutz – und bewahrt Mädchen und Frauen vor einer ungewollten Schwangerschaft.

Seit über 1 ½ Jahren ist die Pille Danach rezeptfrei in deutschen Apotheken erhältlich. Ohne den Umweg zum Arzt sparen Frauen viel Zeit, können einfacher und verantwortungsbewusst handeln und somit eine ungewollte Schwangerschaft eher verhindern. Die Beratung zur Pille Danach erfolgt direkt in den Apotheken durch geschultes Personal. Nur 57 Prozent der Deutschen zwischen 16 und 39 Jahren wissen jedoch, dass es die Pille Danach überhaupt gibt<sup>2</sup>. Hinzu kommt gefährliches Unwissen zu Risikosituationen, die zu einer Schwangerschaft führen können.

### Verhütungspannen passieren – doch keiner merkt's

Pannen passieren – zu oft werden diese aber als solche erst gar nicht wahrgenommen, denn viele Deutsche wissen nicht, was bei der Verhütung alles schiefgehen kann. In puncto Verhütungspannen erkennen lediglich fünf Prozent der Deutschen alle „Risikosituationen“, die zu einer Schwangerschaft führen können, richtig. Während ein gerissenes Kondom oder die vergessene Einnahme der regulären Pille noch zu den bekannteren Verhütungspannen zählen, weiß rund die Hälfte der Befragten nicht, dass die Einnahme von Antibiotika oder eine Durchfallerkrankung die Wirkung der Pille beeinträchtigen kann<sup>2</sup>. Bleiben Verhütungspannen unerkannt, stellt dies ein potenzielles Schwangerschaftsrisiko dar.

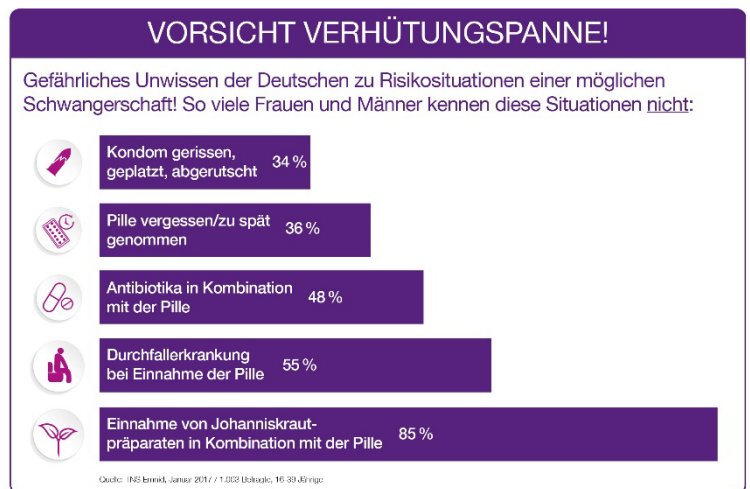


Abbildung 1: Deutsche kennen Verhütungspannen nicht

**Der Eisprung ist unberechenbar: Pille Danach statt Eisprungberechnung**

Nach einer Verhütungspanne ist es wichtig, die Pille Danach so schnell wie möglich einzunehmen, um dem Eisprung zuvorzukommen – denn die Pille Danach beeinflusst den weiblichen Zyklus und kann durch die Verschiebung des Eisprungs eine Schwangerschaft verhindern. Wann der Eisprung stattfinden wird, kann man jedoch nicht genau vorhersagen. Auf die Annahme, der Eisprung finde stets am 14. Tag des Zyklus' statt, ist kein Verlass. Zwar ist die höchste Ovulationswahrscheinlichkeit statistisch um den 14. Zyklustag verteilt, der genaue Tag des Eisprungs variiert jedoch stark – sowohl von Zyklus zu Zyklus als auch von Frau zu Frau.<sup>3</sup> Die Wahrscheinlichkeit des Eisprungs verteilt sich fast über den gesamten Zyklus. Durch die 5 Tage

Überlebenszeit von befruchtungsfähigen Spermien kann somit auch Sex während der Periode in seltenen Fällen zu einer Schwangerschaft führen. Eine Zyklusberechnung wäre deswegen ein unkalkulierbares Risiko – zu jedem Zeitpunkt im Zyklus. Eine Berechnung gibt keine Garantie, ob die Frau schwanger werden könnte oder nicht.

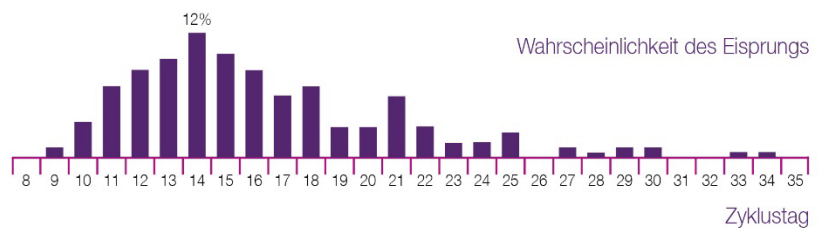


Abbildung 2: Der Zeitpunkt des Eisprungs lässt sich nicht voraussagen<sup>3</sup>

**Die Wirkweise der Pille Danach:**

**Eisprungverschiebung**

Einmal in jedem Zyklus gibt es im Körper einen kleinen Hormonanstieg, durch den der Eisprung ausgelöst wird. Die Pille Danach unterdrückt diesen Hormonanstieg und sorgt so für eine Verschiebung des Eisprungs. Hat der Eisprung noch nicht stattgefunden, kann die Pille Danach dafür sorgen, dass er verschoben wird und erst später erfolgt. Die Spermien überleben nicht lang genug, sodass Spermien und Eizelle nicht aufeinandertreffen können. Durch die Eisprungverschiebung kann die Entstehung einer Schwangerschaft verhindert werden. Die Pille Danach wirkt vor dem Eisprung und somit natürlich auch vor dem Verschmelzen von Eizelle und Spermium, also vor der Befruchtung. Wenn der Eisprung bereits stattgefunden hat, kann die Pille Danach nicht mehr wirken.<sup>4</sup> Auf eine eventuell bereits bestehende Schwangerschaft hat die Pille Danach keinen Einfluss, sie ist also keine Abtreibungspille.



Abbildung 3: Die Pille Danach verschiebt den Eisprung<sup>4</sup>

Die Pille Danach mit Levonorgestrel (LNG, z. B. PiDaNa<sup>®</sup>) wirkt, wenn sie zwei bis drei Tage vor dem Eisprung eingenommen wird, die Pille Danach mit Ulipristalacetat (UPA, ellaOne<sup>®</sup>) wirkt auch, wenn sie bis kurz vor dem Eisprung

eingegenommen wird. Die beiden Tage vor dem Eisprung sind die Tage mit dem höchsten Schwangerschaftsrisiko, was bei der Wahl des Wirkstoffs berücksichtigt werden sollte. Wann diese beiden fruchtbarsten Tage sind, lässt sich aufgrund des variablen Eisprungs nicht vorhersagen.

### Schwangerschaftsrisiko unter 1 Prozent mit UPA

Die Pille Danach mit Ulipristalacetat (ellaOne®) wurde speziell für die Notfallverhütung entwickelt und ist auch in der fruchtbarsten Phase im Zyklus wirksam. Aus diesem Grunde liegt das Schwangerschaftsrisiko bei Einnahme der Pille Danach innerhalb von 24 Stunden mit Ulipristalacetat bei 0,9 Prozent, bei der Pille Danach mit Levonorgestrel bei 2,3 Prozent.<sup>5</sup> Für beide Wirkstoffe gilt: Je früher sie nach der Verhütungspanne eingenommen werden, desto besser ist die Wirkung. Nach der Einnahme der Pille Danach ist es wichtig, bis zur nächsten Menstruation mit Kondomen zu verhüten. Am Tag nach der Einnahme der Pille Danach kann die reguläre Pille weiter regelmäßig eingenommen werden oder andere vorherige Verhütungsmethoden können fortgeführt werden. Auch dann sollte für die nächsten 14 Tage zusätzlich mit Kondomen verhütet werden.

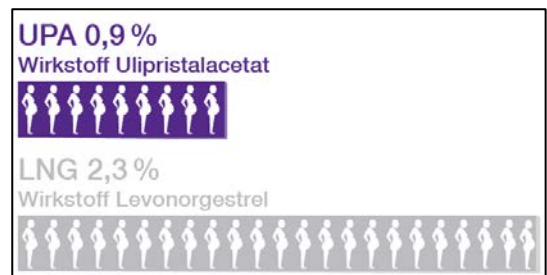


Abbildung 4: Schwangerschaftsrisiko bei Einnahme der Pille Danach innerhalb von 24 Stunden<sup>5</sup>

### Gibt es Nebenwirkungen?

Allgemein sind sowohl die Pille Danach mit Ulipristalacetat als auch die mit Levonorgestrel gut verträglich. Wie alle Arzneimittel kann aber auch die Pille Danach Nebenwirkungen haben, die jedoch nicht bei jedem auftreten müssen. Die möglicherweise auftretenden Symptome sind vergleichbar mit denen, die viele Frauen auch während ihrer Periode haben: Kopfschmerzen, Unwohlsein, Brustspannen und Unterleibsschmerzen. Mögliche Nebenwirkungen verlaufen meist mild und klingen schnell wieder von allein ab. Die Pille Danach ist also keine Hormonbombe – vielmehr ist der Einfluss auf den Hormonhaushalt vergleichbar mit dem einer regulären Pille.

### Das kostet die Pille Danach

Die Kosten für die Pille Danach mit dem Wirkstoff Ulipristalacetat, die bis kurz vor dem Eisprung wirkt und das Schwangerschaftsrisiko bei Einnahme innerhalb von 24 Stunden auf 0,9 Prozent senkt, liegen bei ca. 30 Euro. Die Pille Danach mit dem Wirkstoff Levonorgestrel, die bis zwei bis drei Tage vor dem Eisprung wirkt und das Schwangerschaftsrisiko in den ersten 24 Stunden auf 2,3 Prozent senken kann, kostet zwischen 14 und 19 Euro.

### Die Pille Danach engagiert sich für sexuelle Selbstbestimmung: #nurwennichesswill

Bei den Themen Sex, Verhütung, Verhütungspannen und potenziellen Schwangerschaften sind selbstbewusste eigene Entscheidungen wichtig. Aus diesem Grund hat die Pille Danach die Bewegung #nurwennichesswill ins Leben gerufen. Die Kampagne ermutigt junge Frauen zu mehr Selbstbewusstsein und Stärke und sensibilisiert die Gesellschaft kontinuierlich für diese Thematik. Mehr unter: [www.nurwennichesswill.de](http://www.nurwennichesswill.de) und <https://www.youtube.com/NurwennichesswillDE>

## HRA Pharma

HRA Pharma ist ein europäisches forschendes Pharmaunternehmen mit Hauptsitz in Paris. Spezialisiert auf Frauengesundheit und Endokrinologie entwickelt HRA Pharma Medikamente für Nischenindikationen, ermöglicht Patienten auf der ganzen Welt Zugang zu diesen und schließt somit therapeutische Lücken. Das Unternehmen zeigt seine soziale Verantwortung beispielsweise durch Aufklärungsprogramme zur Förderung der Empfängnisverhütung in Entwicklungsländern.

Gegründet wurde HRA Pharma 1996 von André Ulmann, der die Notwendigkeit für effektive Notfallverhütung erkannte. Bereits 1999 konnte HRA Pharma die erste Pille Danach auf den Markt bringen. Im Jahr 2000 begann die klinische Entwicklung des Wirkstoffs UPA (Ulipristalacetat) speziell für die Notfallverhütung, der 2009 unter dem Markennamen ellaOne® (30 mg Ulipristalacetat) eingeführt wurde. ellaOne® ist in Deutschland mittlerweile die meistempfohlene Pille Danach und seit 15. März 2015 rezeptfrei in der Apotheke erhältlich.

**ellaOne®** 30 mg Tablette, Wirkstoff: Ulipristalacetat. Anwendungsgebiet: Notfall-Empfängnisverhütungsmittel zur Verhinderung einer Schwangerschaft nach ungeschütztem Geschlechtsverkehr oder im Fall des Versagens der Verhütungsmethode. **Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen für die Anwendung:** Bitte lesen Sie vor der Einnahme aufmerksam die Hinweise in der Packungsbeilage. So schnell wie möglich nach dem ungeschützten Geschlechtsverkehr einnehmen, jedoch höchstens 120 Stunden (5 Tage) danach. Beachten Sie die bereitgestellten Informationen zur möglicherweise verringerten Wirksamkeit bei gleichzeitiger Anwendung bestimmter Arzneimittel. Für alle Frauen im gebärfähigen Alter geeignet, auch für Jugendliche. Verschiebt den Eisprung. Nicht für die regelmäßige Empfängnisverhütung geeignet. Nicht wirksam bei einer bereits bestehenden Schwangerschaft. Nicht in allen Fällen wirksam. **Apothekenpflichtig.**

### Stand 01/2017

**Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.**

**PiDaNa** 1,5 mg Tablette, Wirkstoff: Levonorgestrel. **Anwendungsgebiet:** Notfall-Empfängnisverhütungsmittel zur Verhinderung einer Schwangerschaft nach ungeschütztem Geschlechtsverkehr oder im Fall des Versagens einer Verhütungsmethode. **Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen für die Anwendung:** Bitte lesen Sie vor der Einnahme aufmerksam die Hinweise in der Packungsbeilage. So bald wie möglich nach dem ungeschützten Geschlechtsverkehr einnehmen, vorzugsweise innerhalb von 12 Stunden, keinesfalls aber später als 72 Stunden (3 Tage). Beachten Sie die bereitgestellten Informationen zur möglicherweise verringerten Wirksamkeit bei gleichzeitiger Anwendung bestimmter Arzneimittel und der evtl. erforderlichen Dosisanpassung. Für alle Frauen im gebärfähigen Alter geeignet, auch für Jugendliche. Verschiebt den Eisprung. Nicht für die regelmäßige Empfängnisverhütung geeignet. Nicht wirksam bei einer bereits bestehenden Schwangerschaft. Nicht in allen Fällen wirksam. **Apothekenpflichtig.**

### Stand 01/2017

**Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.**

## Pressekontakt

Cohn & Wolfe Public Relations  
Franziska Linke  
Friedensallee 11, 22765 Hamburg  
040 808016-122, franziska.linke@cohnwolfe.com

<sup>1</sup> Nappi, R. E. et al. Use of and attitudes to emergency contraception: a survey of women in five European Countries. Eur. J. Contracept. Reprod. Health 2014;19(2): 93-101.

<sup>2</sup> Repräsentative Emnid-Befragung zur Bekanntheit der Pille Danach, im Auftrag von HRA-Pharma, Januar 2017

<sup>3</sup> Baird, D. D. et al. Application of a method for estimating day of ovulation using urinary estrogen and progesterone metabolites. Epidemiology. 1995; 6(5):547-550.

<sup>4</sup> Gemzell-Danielsson, K. et al. ISGE statement on emergency contraception - Mechanisms of action of oral emergency contraception. Gynecol Endocrinol 2014; 30: 685-7.

<sup>5</sup> Glasier, A. F. et al. Ulipristal acetate versus levonorgestrel for emergency contraception: a randomized non-inferiority trial and meta-analysis. Lancet 2010; 375(9714): 555-62.