

THERAPIE aktuell

10 2025

Orale Kontrazeption

Sicher und anwenderinnenfreundlich verhüten: Worauf es in der Verhütungsberatung ankommt

Nikotinkonsum, Übergewicht, zunehmendes Alter – viele Frauen bringen Risikofaktoren für venöse Thromboembolien (VTE) mit in die Verhütungsberatung. Prof. Dr. Patricia G. Oppelt, Erlangen, macht deutlich, worauf es bei der individuellen Beratung ankommt und welche Alternative orale Gestagen-Monopräparate zu kombinierten oralen Kontrazeptiva (KOK) bieten.

In Deutschland weist fast ein Fünftel der Erwachsenen eine Adipositas auf [1]. Prof. Dr. Patricia G. Oppelt, Erlangen, zufolge liegt die Prävalenz der übergewichtigen Frauen in der für die Verhütungsberatung relevanten Population bis Anfang 50 Jahre bei etwa 15 %, bei Jugendlichen bereits bei 8 %. Auch das Thema Rauchen bleibe relevant (vgl. Interview). Trotz des bei Mädchen

rückläufigen Trends rauchen immer noch 30 % der Frauen im Alter zwischen 18 und 45 Jahren [2]. Der E-Zigarettenkonsum liege zwar nur bei etwa 2 % [3], doch auch E-Zigaretten könnten das VTE-Risiko nachweislich ebenso wie klassische Zigaretten erhöhen, gab Oppelt zu bedenken. Liegen mehrere Risikofaktoren vor, rückt die Sicherheit der Kontrazeption vermehrt in den

Fokus. Um das VTE-Risiko im Rahmen einer (Neu-)verschreibung von Kontrazeptiva individuell abschätzen zu können, steht die sorgfältige Erhebung möglicher VTE-Risikofaktoren an erster Stelle [4]. Dabei hat die Anwendung von Gestagen-Monopräparaten wie Drospirenon mono u.a. den Vorteil, dass sich darunter das VTE-Risiko nicht zusätzlich erhöht [4, 5].

„Wichtig, persönliche Wünsche und Bedenken der Frau mit einzubinden“

Welche Rolle spielen VTE-Risikofaktoren bei der Verhütungsberatung?

Oppelt: Tendenziell nimmt der Anteil der Frauen mit VTE-Risikofaktoren zu. Besonders relevant bleibt das Rauchen, das nach wie vor etwa 30 % der Frauen ab 18 Jahren betrifft [2]. Wichtig für die Verhütungsberatung ist aber, dass man



Foto: privat

Prof. Dr. med. Patricia G. Oppelt
Niedergelassene Gynäkologin in Erlangen; stellvertretende Oberärztin in der Frauenklinik am Universitätsklinikum Erlangen

nicht nur an den einen Faktor denkt, der VTE begünstigen kann. Vorsicht ist geboten, wenn zwei oder mehrere Risikofaktoren zusammenkommen. Nach der deutschen S3-Leitlinie wird ein BMI über 35 mit einem geringen bis mittleren Risiko für VTE bewertet [4]. Das VTE-Risiko steigt aber auf „mittel bis

Im Auftrag von



Eine Sonderpublikation von



hoch“, wenn jemand übergewichtig ist, zusätzlich mehr als 15 Zigaretten/Tag raucht und über 35 Jahre alt ist. Auch wenn bei einer jungen Patientin mit Adipositas noch ein KOK erwogen werden kann, steigt das VTE-Risiko, wenn sie beispielsweise mit dem Rauchen beginnt. So wird in diesem Fall eine Neubewertung der Risikosituation erforderlich. Ferner sollten gerade bei unter 18-jährigen Frauen angeborene Thromboserisiken – allen voran die Faktor-V-Leiden-Mutation, die immerhin 7 % der Bevölkerung betrifft – nicht übersehen werden. Hier ist die Familienanamnese wesentlich, insbesondere wenn z. B. Vater oder Mutter vor dem 50. Lebensjahr bereits eine Thrombose erlitten haben.

Worauf kommt es aus Ihrer Sicht bei der individuellen Verhütungsberatung an?

Oppelt: Bei der Verhütungsberatung gilt es, persönliche Wünsche ebenso wie medizinische Informationen einzubeziehen, um sichere und verträgliche Optionen zu finden. Da sich Lebensumstände verändern – etwa durch Alter, Lebensstil, Erkrankungen oder Geburt – sollte in regelmäßigen Abständen eine Verhütungsberatung stattfinden. So sind östrogenhaltige KOK beispielsweise in der Stillzeit ungeeignet oder auch bei Migräne mit

Aura sind sie altersunabhängig kontraindiziert.

Die S3-Leitlinie stuft Gestagen-Monopillen wie z.B. Drospirenon 4 mg auch für Frauen mit inhärenten VTE-Risiken sowie für Frauen in der Stillzeit als geeignete Verhütungsmöglichkeit zur Kontrazeption ein. Welche Erfahrungen machen Sie in der Praxis?

Oppelt: Ich sehe viele Patientinnen, die mit Drospirenon mono extrem zufrieden sind. Erstens sorgt das 24/4-Einnahmeschema für Zyklusstabilität [6]. Das ist relevant, da bei Gestagen-Monopräparaten – oft bedingt durch den Wegfall des Östrogens – häufig Sorge vor Blutungsstörungen besteht. Die Frauen sollten aber auch darüber aufgeklärt werden, dass es grundsätzlich zu Beginn jeder oralen Kontrazeption zu Blutungsstörungen kommen kann, die sich in der Regel nach 6 bis 9 Monaten stabilisieren. Diese Information bei Erstverordnung erhöht die Compliance. Zweitens werden fehlende Veränderungen des Stimmungsbildes und die Gewichtsneutralität positiv aufgenommen. Ein großer Vorteil bei vergessener Pilleneinnahme bzw. bei Durchfall/Erbrechen ist das 24-h-Sicherheitsfenster. Drospirenon mono ist die einzige Gestagen-Monopille mit antimineralokortikoider und antiandrogener Partialwirkung – ein

Plus bei Neigung zu Ödemen. Interessanterweise wurde bei Neigung zu leichter Hypertonie eine moderate Senkung des Blutdrucks beobachtet [7].

Literatur

1. Robert Koch-Institut (RKI): Themenschwerpunkt: Übergewicht und Adipositas (Stand: 16.02.2024)
2. RKI. Gesundheit in Deutschland aktuell – GEDA 2019/2020-EHIS
3. Klosterhalfen S et al.: *Addiction* 2025; 120: 557–67
4. S3-Leitlinie „Hormonelle Empfängnisverhütung“; AWMF-Registernr. 015/015 (Stand: 09/2020)
5. Fachinformation Slinda® 4 mg, Stand: März 2024
6. Palacios S et al.: *PLoS One* 2020; 15: e0231856
7. Archer DF et al.: *Contraception* 2015; 92: 439–44

Impressum

Verlag: Deutscher Ärzteverlag GmbH
Dieselstraße 2, 50859 Köln
Geschäftsführung: Joachim Herbst
Telefon 02234 70111-0 (Zentrale)

Autorin: Dr. Yuri Sankawa

Druckerei: L.N. Schaffrath GmbH & Co. KG
DruckMedien, Marktweg 42, 47608 Geldern

Diese Sonderpublikation erscheint im Auftrag und inhaltlichen Verantwortungsbereich der Exeltis Germany GmbH, Adalperstraße 84, 85737 Ismaning.

Der Verlag kann für Angaben über Dosieranweisungen und Applikationsformen keine Gewähr übernehmen. Durch sorgfältige Prüfung der Fachinformationen der verwendeten Präparate und ggf. nach Konsultation eines Spezialisten ist jeder Benutzer angehalten, festzustellen, ob die dort gegebene Empfehlung für Dosierung oder die Beachtung von Kontraindikationen gegenüber der Angabe in dieser Beilage abweicht. Bei selten verwendeten oder neu auf den Markt gebrachten Präparaten ist eine solche Prüfung besonders wichtig. Jede Dosierung oder Applikation erfolgt auf eigene Gefahr des Benutzers.

Diese Sonderpublikation erscheint außerhalb des Verantwortungsbereichs des Deutschen Ärzteverlages.

Pflichtangaben gem. § 4 HWG

Slinda 4 mg Filmtabletten. Verschreibungspflichtig. **Zus.:** 1 weiße, wirkstoffh. Filmtabl. Enth.: 4 mg Drospirenon. 1 grüne Placebo Filmtabl. enth. keinen Wirkst. Sonst. Bestandt.: wirkstoffh. Tbl.: mikrok. Cellulose, Lactose, hochdisp. Siliziumdioxid (E 551), Magnesiumstearat (Ph. Eur.) [pflanzl.], Poly(vinylalkohol), Titandioxid (E 171), Macrogol 3350, Talkum. Placebo: Lactose-Monohydrat, Maisstärke, Povidon K 30, hochdisp. Siliziumdioxid (E 551), Magnesiumstearat (Ph. Eur.) [pflanzl.], Hypromellose, Triacetin, Polysorbat 80, Titandioxid (E 171), Indigokarmin-Aluminiumsalz (E 132), Eisen(III)-hydroxid-oxid x H₂O (E 172). **Anwend.:** Kontrazeption. **Gegenanz.:** Überempfindl. vag. d. Wirkstoff od. einen d. sonst. Bestandt., aktive ven. thromboemb. Erkr., früh. od. akt. best. schw. Lebererkr. bis zur Normalis. d. Leberfunktionswerte, schw. Niereninsuff. od. akut. Nierenversagen, best. od. vermut. Geschlechtshormonabh. Malignome, nicht abgekl. vagin. Blutungen **Nebenw.:** Häufig: verm. Libido, Stimmungsschwank., Kopfschm., Übelkeit, Bauchschm., Akne, Brustbeschw., Metrorrhagie, vag. Blut., Dysmenorrhoe, unregelm. Blut., Gewichtszun. Gelegentl.: Vagin. Infekt., Uterine Leiomyome, Anämie, Überempfindlichkeitsreakt., Appetitzun., Hyperkaliämie, Angstzust., Depression, depress. Stimmung, Schwindel, Hitzewallung., Hypertens., Erbrechen, Diarrhoe, Obstipation, Haarausfall, extrem. Schwitzen, Hautausschlag, Seborrhoe, Pruritus, Dermatitis, Amenorrhoe, Menstruationsstör., Unterleibsschm., Ovarialzyste, Vulvovagin. Trockenheit, vagin. Ausfluss, Müdigk., periph. Ödeme, erh. Lebertransaminasen-Werte, erh. Bilirubin-Wert, erh. Kreatin-Phosphokinase-Wert, erh. Gamma-Glutamyltransferase-Wert, erh. Triglycerid-Wert. selten: Kontaktlinsennunverträglichk., Polyurie, Zyste in d. Brust, zervikale Dysplasie, Galaktorrhoe, Vulvovagin. Pruritus, Gewichtsabnahme. **Warnhinweis:** Enthält Lactose. **Zul.-Inhaber:** Exeltis Germany GmbH, Adalperstraße 84, 85737 Ismaning, Deutschland, Tel.: +49 89 4520529-0. **Stand d. Information:** Mai 2021