

„Die Pille macht dick“

Mythos oder Wahrheit?

HW | Sicher haben auch Sie in Ihrem Freundeskreis oder von Ihren Kundinnen schon die ein oder andere Fehlinformation zu hormonellen Kontrazeptiva gehört, die im Rahmen eines Beratungsgesprächs richtiggestellt werden sollte. Im Folgenden stellen wir ein paar der häufigsten Mythen vor und klären auf.

1. Die Pille macht dick

Der Einfluss hormoneller Kontrazeptiva auf das Gewicht ist von keiner Studie bestätigt. Dementsprechend steht die Pille zu Unrecht im Verdacht, das Körpergewicht zu erhöhen. Vielmehr beobachtet man, dass auch Frauen, die nicht hormonell verhüten, oft über die Jahre hinweg zunehmen. Dies ist mitunter der mit zunehmendem Alter einhergehenden Stoffwechseleränderung geschuldet.

2. Der Körper benötigt eine regelmäßige Blutung

Meist wird die Pille 21 Tage lang eingenommen, gefolgt von einer 7-tägigen Pillenpause, in der es zu einer Blutung kommt. Diese hat jedoch nichts mit der natürlichen Menstruation zu tun. Die Entzugsblutung ahmt lediglich den weiblichen Zyklus nach. Aus medizinischer Sicht ist diese Pillenpause und die damit einhergehende Abbruchblutung jedoch nicht notwendig. Vielmehr profitieren Frauen von einer durchgängigen Pilleneinnahme niedrig dosierter Kombinationspräparate, sogenannter Mikropillen. Vor allem Frauen mit Regelschmerzen, prämenstruellem Syndrom (PMS), verstärkten Blutungen, der Neigung zu Eierstockzysten oder Endometriose bevorzugen die pausenlose Einnahme der Pille.

3. Die Pille macht unfruchtbar

Auch bei Frauen, die über einen längeren Zeitraum die Pille eingenommen haben, hat diese keine Auswirkung auf die Fruchtbarkeit.¹ Zwar kann es nach der Pilleneinnahme ein paar Wochen dauern, bis die Wirkstoffe eliminiert sind und sich der Zyklus wieder stabilisiert hat – mit einer Unfruchtbarkeit hat dies jedoch nichts zu tun. Diese Phase wird als „Post-Pill-Amenorrhoe“ bezeichnet und kommt bei 98% aller Pillenanwenderinnen vor.² Die meisten Frauen, die über mehrere Jahre hinweg hormonell verhütet haben, werden innerhalb der ersten 12 Monate nach Absetzen der Pille schwanger.

4. Antibiotika machen die Pille unwirksam

Fest steht, dass die Einnahme der Antibiotika Rifampicin und Rifabutin zu einem beschleunigten Metabolismus oraler Kontrazeptiva und damit einem Verlust der empfängnisverhütenden Wirkung führen kann. Studien belegen, dass das Risiko eines Pillenversagens unter Antibiotika ohne CYP-Enzyminduktion insgesamt sehr gering ist und sich nicht signifikant von der normalen Versagerrate unterscheidet (1,2–1,6% gegenüber 1,0% ohne Antibiotika).³ Tritt während einer Antibiotikatherapie allerdings Erbrechen und/oder Durchfall auf, sollte immer von einer verminderten Wirksamkeit der Kontrazeption ausgegangen werden. In jedem Fall sollte im Beratungsgespräch auf diese Problematik aufmerksam gemacht werden.

5. Raucherinnen dürfen keine Pille einnehmen

Raucherinnen, die ein Kombinationspräparat (Mikropille) einnehmen, haben ein erhöhtes Risiko, einen Herzinfarkt oder einen Schlaganfall zu erleiden – das ist Fakt. Die WHO empfiehlt eine besondere Vorsicht bei einem Zigarettenkonsum von mehr als 15 Zigaretten pro Tag. Das Risiko einer Thrombose steigt weiter, wenn die Pillenanwenderin älter als 35 Jahre ist. Raucherinnen wird daher häufig eine östrogenfreie Pille empfohlen, denen ein geringeres Thromboserisiko zugesprochen wird.

Neues Service-Poster „Hormonelle Kontrazeption“

Eine Auswahl verschiedener Wirkstoffkombinationen bildet das DAP Poster „Hormonelle Kontrazeption“ ab, das diesem DAP Dialog beiliegt.

1 Leidenberger FA et al. Klinische Endokrinologie für Frauenärzte (2014), S. 156 f., Berlin: Springer

2 Burghardt E. Spezielle Gynäkologie und Geburtshilfe: Mit Andrologie und Neonatologie (2013), S. 216, Wien: Springer Verlag GmbH

3 Donnerer J. Wechselwirkungen der hormonellen Kontrazeptiva. Gynäkologe 2011; 44: 31–36