

# STUTTGARTER ZEITUNG

## 50 Jahre Pille, 50 Jahre Mythen

Artikel aus der STUTTGARTER ZEITUNG vom 23.06.2010

**Verhütung Machen Hormone dick und unfruchtbar oder senken sie die Libido? Zum Jubiläum wird aufgeklärt. Von Christine Pander**

 Versenden  Drucken  Lesezeichen

Auf den Tag genau vor 50 Jahren wurde die erste Antibabypille zur Verhütung in den USA zugelassen. Bis heute vertrauen Millionen Frauen auf das Medikament. Es greift in das komplizierte Wechselspiel der Hormone ein: Östrogene und Gestagene, die weiblichen Geschlechtshormone, steuern den Körper zusammen mit den männlichen Komponenten, den Androgenen. Um die Pille halten sich bis heute hartnäckige Mythen. Gemeinsam mit Diethelm Wallwiener, dem Ärztlichen Direktor der Frauenklinik in Tübingen, entlarven wir einige davon.

Die Pille macht dick

Die Gewichtszunahme ist eine bekannte Nebenwirkung, von der Frauen häufig berichten. Aber auf die Mehrzahl trifft das nicht zu. Manchmal kommt es vorübergehend zu vermehrten Wassereinlagerungen, das kann bei Normalgewichtigen Frauen zwei bis drei Kilogramm ausmachen. Das hängt allerdings von der Art der Pille ab. Das Gestagen in den Präparaten kann den Appetit anregen, was auch zu einer Gewichtszunahme führen kann.

Von der Pille fallen Haare aus

Normalerweise nein, eigentlich ist die Pille gut für Haut und Haare. Gerade bei jungen Frauen wird sie oft wegen Akne verordnet, und bei älteren Frauen kann der Haarausfall sogar zurückgehen, weil der eigene Hormonhaushalt durch die Pille begünstigt wird. Zum Haarausfall kann es bei sehr gestagenbetonten Pillen kommen. Das passiert, wenn die körpereigene Androgenproduktion relativ stark ist, zum Beispiel bei Frauen in den Wechseljahren. Bei ihnen ist die Östrogenproduktion verringert. Mediziner empfehlen dann Pillen mit Gestagenen, die auch antiandrogene Wirkkomponenten haben.

Die Pille erhöht das

Brustkrebsrisiko

Diese Diskussion wird seit 30 Jahren geführt. Es gibt ältere Studien mit hochdosierten Pillen, die einen solchen Zusammenhang vermuten lassen. Deshalb ist es wichtig, dass Ärzte aufklären, ohne die Patientin zu verunsichern. Denn neue, groß angelegte Studien haben nicht mehr bestätigt, dass dieses Risiko besteht. Die wohl größte Studie aus dem Jahr 2007 - an ihr haben mehr als 45 000 Frauen über einen Zeitraum von mehr als zwanzig Jahren teilgenommen - hat kein erhöhtes Brustkrebsrisiko gezeigt. Vor kurzem haben die Autoren dieser Studie ermittelt, dass die Sterberate, bezogen auf alle Erkrankungen bei den Frauen, die lange mit der Pille verhütet haben, insgesamt geringer ist als bei den Frauen, die keine Pille einnehmen. Fazit: falls überhaupt ein Brustkrebsrisiko besteht, ist es sehr gering.

Raucherinnen sollten

anders verhüten

Frauen über 35 Jahren sollten nur Pillen mit Gestagenen nehmen. Das Östrogen ist vor allem für das Risiko von Thrombosen, Herzinfarkten und Schlaganfällen verantwortlich. Auch bei jungen Frauen, die stark rauchen (also mehr als 15 Zigaretten am Tag), sollten möglichst geringe Hormondosen verwendet werden - vor allem in Bezug auf das Östrogen.

Für Mädchen gefährlich

Bei sehr jungen Frauen unter 14 Jahren sollte man die Pille nicht unbedacht einsetzen. Solange sich die Brust noch entwickelt, reagiert sie empfindlicher auf Einflüsse, die Risikofaktoren für Brustkrebs sein können wie Rauchen

oder starkes Übergewicht. Gerade in sehr jungen Jahren ist eine Schwangerschaft aber meist ein größeres Problem. Entsprechend vorsichtig muss man abwägen.

Pillen mit Gestagenen

drosseln den Knochenaufbau

Diese Frage ist in der Vergangenheit lange und kontrovers diskutiert worden. Experten weisen darauf hin, dass ein Risiko besteht. Es gibt allerdings nur wenig Studien, die das richtig messen. Das kritische Alter dafür dürfte bei unter 14 bis 16 Jahren liegen. In diesem Alter eignen sich kombinierte Pillen mit Östrogenen, denn Östrogene schützen vor Knochenabbau.

Die Pille macht depressiv

Das kann in seltenen Fällen vorkommen. Dafür kann die Pille aber bei bestimmten Erscheinungen wie dem Prämenstruellen Syndrom, den "Tagen vor den Tagen", helfen.

Die Pille belastet den Körper

Die neuen Pillen sind so niedrig dosiert, dass von einer großen Belastung keine Rede sein kann. Millionen Frauen nehmen die Pille, ohne unter Nebenwirkungen zu leiden. Natürlich kann man eine Belastung nicht ausschließen, da Hormone ins Zentrale Nervensystem eingreifen und dadurch der eigene Hormonhaushalt verändert werden kann. Die Östrogenkomponente führt unter Umständen außerdem dazu, dass das körpereigene Androgen verstärkt wird. Entgegenwirken kann man, indem man die Pille wechselt und etwa eine Variante mit einer niedrigeren Dosierung wählt.

Heiltees heben die Wirkung auf

Für Johanniskraut stimmt das. Dessen Verwendung kann die Wirkung der Pille einschränken. Wechselwirkungen, die relevant sein können, sind immer im Beipackzettel aufgelistet. Dazu zählen auch bestimmte Antiepileptika und Psychopharmaka sowie spezielle Antibiotika. Wer diese Medikamente einnimmt, sollte zu anderen Verhütungsmitteln greifen. Nur unter bestimmten Vorsichtsmaßnahmen hat der Arzt die Möglichkeit, dennoch eine Verhütung mit Hormonen zu verordnen.

Hormone sind Lustkiller

Immer wieder wird bestritten, dass die Pille zu einer Einschränkung der Libido führt. Die Studien dazu sind kontrovers. Unter Leitung des Instituts für Frauengesundheit Baden-Württemberg wurde dazu die größte Untersuchung initiiert, die bisher zu diesem Thema durchgeführt wurde. Mehr als tausend Medizinstudentinnen wurden dafür online befragt. Das Ergebnis: Frauen, die mit der Pille verhüten, klagen häufiger über Probleme wie Unlust beim Sex als jene, die Kondome einsetzen. Allerdings spielen auch viele andere Ursachen wie die Partnerbeziehung, Umwelteinflüsse und Rauchen eine Rolle. Jede Verhütung mit Hormonen kann demnach zur Abnahme der Libido führen, doch das ist eine eher seltene Nebenwirkung. Dagegenzurechnen sind immer auch die Probleme und Risiken, die eine Schwangerschaft mit sich bringen würde.

Die Pille löst Embolien und Thrombosen aus

Embolien und Thrombosen zählen zu den größten Risiken bei der Pilleneinnahme. Jeder Arzt muss auf die Gefahr hinweisen, auch wenn sie bei Patientinnen, die keine Vorbelastung haben, selten eintritt. Ohne Pilleneinnahme rechnet man mit etwa ein bis zwei Fällen pro 10 000 Frauen und Jahr, mit der Pille können es sechs bis zehn Fälle werden. In absoluten Zahlen ist das immer noch wenig. Liegen jedoch Vorbelastungen wie eine angeborene Gerinnungsstörung vor, kann das Risiko um mehr als das Zehnfache steigen. Gesichert ist, dass das Risiko steigt, wenn die Dosis des Östrogens erhöht wird. In den 80er Jahren haben die Gesundheitsbehörden deshalb international festgelegt, dass es keine Pillen mehr mit mehr als 50 Mikrogramm Äthinyloestradiol geben darf.

Heute werden am häufigsten 30 Mikrogramm verwendet. Eine aktuelle Studie zeigt, dass bei Pillen mit nur 20 Mikrogramm das Risiko weiter gesenkt werden kann. Wenn weitere Risikofaktoren wie Rauchen oder Bluthochdruck dazukommen, muss bei jeder Verordnung erneut auf das Risiko hingewiesen werden. Außerdem sollte der Blutdruck regelmäßig gemessen werden.

Die Pille macht unfruchtbar

Mit Sicherheit macht die Pille nicht unfruchtbar. Wer nach dem Absetzen Schwierigkeiten hat, schwanger zu

werden, hätte diese Probleme vermutlich auch ohne eine Pilleneinnahme in der Vergangenheit gehabt. Eine lange Pilleneinnahme bedeutet außerdem, dass die Frau sich in einem Alter befindet, in dem es prinzipiell schwieriger wird, schwanger zu werden.

Nach dem Absetzen gibt es

eine Gnadenfrist: Die Frau

wird nicht gleich schwanger

Das ist falsch. Die Fertilität kann sogar erhöht sein, gerade nach dem Absetzen.

Der Schlaf wird benotet Peter Glaser

 HISTORISCH: SO HABEN FRAUEN IM ZEITALTER VOR DER PILLE VERHÜTET

 Kommentar Schade eigentlich

 Aufrechter Gang

**Alle Artikel des Ressorts**

nach oben 