

Das **Estrogen** macht den Unterschied

Man unterscheidet zwei Arten von **Pillen**, die sich in ihrer Zusammensetzung und auch hinsichtlich ihrer Wirkung und Sicherheit unterscheiden – es sind die Mikro- und die Minipillen. Was sind die jeweiligen Besonderheiten?

Während die ersten hormonellen Antikontrazeptiva noch regelrechte Hormonbomben waren, sind moderne Pillen deutlich niedriger dosiert – daher sind die Namen Mikro- und Minipille durchaus gerechtfertigt. Mikropillen enthalten eine Kombina-

Dreifache Wirkung der Mikropille Man unterscheidet bei ihr Ein-, Zwei- und Dreiphasenpräparate. Erstere enthalten in jeder Pille die gleiche Menge Hormone, während Zwei- und Dreiphasenpräparate die hormonellen Schwankungen des normalen Zyklus imitieren. Medizinische Vorteile haben sie aber nach heutigem Kenntnisstand nicht. Durch die enthaltene Menge an Hormonen verhindert die Mikropille unabhängig von der Anzahl an Phasen den Eisprung und beeinflusst zusätzlich die Viskosität des Zervixschleims. Außerdem wird die Gebärmutter Schleimhaut nicht so stark aufgebaut, dass sich ein befruchtetes Ei einnisten könnte. Entsprechend bietet die Mikropille mit einem Pearl-Index von 0,1 bis 0,9 einen hohen Schutz vor einer ungewollten Schwangerschaft. Durch die Minipille wird der Eisprung nicht verhindert. Sie macht in erster Linie den Zervixschleim, der den Eingang zur Gebärmutter verschließt zäh, sodass er für die Spermien undurchdringlich wird. Zusätzlich wird der Aufbau der Gebärmutter Schleimhaut verändert. Bei korrekter Anwendung liegt der Pearl-Index bei 0,5. Bezieht man Anwendungsfehler mit ein, kann er auf 3 steigen.

teten Einnahme nimmt der Empfängnischutz schnell bis zur völligen Wirkungslosigkeit ab. Je nach Gestagen kann dies schon nach drei Stunden der Fall sein. Bei der Mikropille ist das Zeitfenster deutlich größer, ohne dass ihre Zuverlässigkeit darunter leidet. Man nimmt sie üblicherweise 21 Tage lang ein und legt dann eine Pause von 7 Tagen ein, in denen eine Abbruchblutung stattfindet. Die Minipille wird ohne Pause genommen. Meist kommt es bei jedem zweiten bis dritten Zyklus zu leichten Blutungen oder einer Schmierblutung. Daher ist einer ihrer Nachteile die schlechte Kontrolle des Zyklus.

Langzyklus Auch bei der Mikropille ist eine durchgehende Pilleneinnahme beispielsweise mit einer zwölfwöchigen durchgehenden Einnahme und anschließender siebentägiger Pause möglich. Für diesen Langzyklus eignen sich besonders die Einphasenpräparate. Neben medizinischen Gründen, wie zum Beispiel schmerzhafte Regelblutungen, Endometriose oder Eisenmangelanämie, bedeutet der Langzyklus für viele Frauen einfach ein bisschen mehr Freiheit. Problematisch oder ungesund ist er auf jeden Fall nicht. ■

tion aus einem Estrogen und einem Gestagen. Als Estrogen wird Ethinylestradiol verwendet, als Gestagen stehen verschiedene Substanzen zur Verfügung. Minipillen enthalten nur Gestagen.

Pünktliche Einnahme notwendig Die Minipille sollte möglichst auf die Stunde genau zur gleichen Tageszeit genommen werden. Bei einer verspäteten



© rainbow33 / 123rf.com

Sabine Bender,
Apothekerin / Redaktion