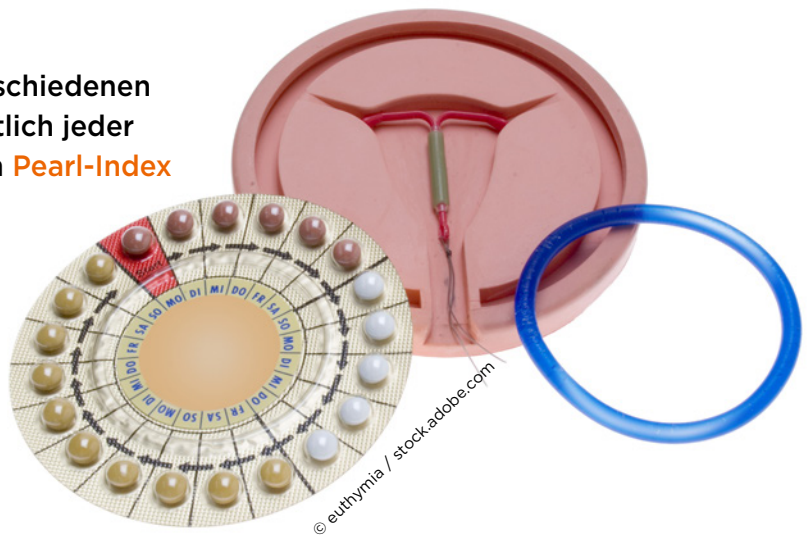


Es geht um die Sicherheit

Die Frage nach der Zuverlässigkeit der verschiedenen Verhütungsmöglichkeiten stellt sich vermutlich jeder Frau und jedem Mann irgendwann. Mit dem **Pearl-Index** kann man die Methoden vergleichen.

Eigentlich ist die Abschätzung der Sicherheit ganz einfach. Je kleiner die Zahl im Pearl-Index, umso sicherer ist ein Verhütungsmittel. Der amerikanische Genetiker Raymond Pearl (1879–1940) hat dazu folgende Formel aufgestellt: Anzahl der Schwangerschaften x 12 Monate x 100 / Zahl der Anwendungsmonate x Zahl der Frauen. Oder anders ausgedrückt: Der Pearl-Index sagt aus, wie viele Schwangerschaften eintreten, wenn 100 Frauen 12 Monate lang eine bestimmte Verhütungsmethode anwenden. Noch einfacher wird es mit einem Beispiel: Wenn 100 sexuell aktive Frauen ein Jahr lang ein bestimmtes Verhütungsmittel benutzen – und zwar nur dieses – und es werden in dieser Zeit drei von ihnen schwanger, dann beträgt der Pearl-Index 3.

Pille gilt als sicher Die Angaben sind zum Teil unterschiedlich. Das liegt daran, dass man zwischen der Sicherheit der Methode und der Sicherheit unter Lebenspraxis unterscheiden muss. Bei letzterer werden auch die Zahlen der Schwangerschaften durch Anwendungsfehler einbezogen. Herstellerstudien geben gerne die reine Sicherheit der Methode an. Beachtet man jedoch beides, ergeben sich zum Teil relativ große Spannen. Pro familia hat auf seiner Internet-Seite eine Liste



der Pearl-Indices der üblichen Methoden veröffentlicht. Demnach gilt die Pille, genauer die Mikropille, mit einem Pearl-Index von 0,1 bis 0,9 nach wie vor als sehr sicher. Man weiß aber, dass etwa zwei Drittel der Frauen hin und wieder die Einnahme vergessen, daher die Spanne. Ein Pearl-Index von 0,1 bedeutet also, dass von 1000 Frauen eine einzige bei korrekter Einnahme der Pille über ein Jahr schwanger wird. Die übrigen acht Fälle dürften auf das Vergessen der Pille, Erbrechen oder Durchfall, Arzneimittelinteraktionen und ähnliches zurückzuführen sein. Die Minipille, die nur Gestagen enthält, ist mit 0,5 bis 3 schon etwas weniger sicher. An der größeren Spanne zeigt sich, dass das Zeitfenster für die nachträgliche Einnahme einer vergessenen Pille hier deutlich geringer ist.

Zahl der möglichen Anwendungsfehler entscheidend Sehr sicher sind der Vaginalring mit 0,4 bis 0,65, die Hormonspirale mit 0,16, die

Kupferspirale mit 0,3 bis 0,8 sowie das Hormonimplantat mit 0 bis 0,08. Hier kann man selbst wenig falsch machen, die Spanne kommt durch Versager, die auf einer fehlerhaften Einlage beruhen, zustande. Aber selbst die Sterilisation des Mannes bietet mit 0,1 keine absolute Sicherheit. Lässt sich eine Frau sterilisieren, liegt der Pearl-Index bei 0,2 bis 0,3. Von den nicht hormonellen Methoden ist die Messung der Basaltemperatur mit 0,8 bis 3 relativ sicher. Beim Diaphragma in Kombination mit einem Verhütungsgel ist die Möglichkeit der fehlerhaften Anwendung dagegen recht groß. Die Werte liegen bei 1 bis 20. Etwas besser sieht es beim Kondom mit 2 bis 12 aus. Zum Vergleich: Ganz ohne Verhütung werden 85 von 100 Frauen in einem Jahr schwanger. Der Pearl-Index ist natürlich nur ein Anhaltspunkt und bietet keine Gewähr. Er ist allerdings sehr hilfreich, wenn man die Vor- und Nachteile der einzelnen Methoden für sich selbst oder im Beratungsgespräch abschätzen möchte. ■