

Sexualität, Schwangerschaft, Familienplanung

Sexuality, Pregnancy, Family Planning

INFORMATIONEN ZUM SCHWANGERSCHAFTSABBRUCH

Wenn Sie zu einer Ärztin/einem Arzt oder in eine Klinik gehen, um einen Schwangerschaftsabbruch vornehmen zu lassen, müssen Sie folgende Unterlagen mitbringen:

- die Beratungsbescheinigung über die Konfliktberatung im Original
- Ihren Blutgruppenausweis oder den Mutterpass, falls vorhanden
- die ärztliche Überweisung und die Krankenversichertenkarte
- die Kostenübernahmebescheinigung Ihrer gesetzlichen Krankenkasse oder das Geld für die Honorarkosten

Grundsätzlich müssen Schwangerschaftsabbrüche ohne Indikationsstellung selbst bezahlt werden. Ausnahme: Wenn Sie über kein oder nur über ein geringes Einkommen verfügen, können Sie bei Ihrer gesetzlichen Krankenkasse eine Kostenübernahme für den Schwangerschaftsabbruch beantragen. Zwischen der Konfliktberatung und dem Schwangerschaftsabbruch müssen mindestens 3 Tage liegen.

Hinweise für den operativen Abbruch

- sechs bis acht Stunden vor dem Operationstermin nicht essen; zwei Stunden vorher nicht trinken, nicht rauchen
- denken Sie an bequeme Kleidung zum Beispiel: T-Shirt, Socken, Unterhose, und zwei Monatsbinden
- lassen Sie sich begleiten, insbesondere für die Fahrt nach Hause organisieren Sie für den Notfall eine Kontaktperson zu Hause und nöti-

genfalls eine Kinderbetreuung

- tragen Sie keinen Schmuck und entfernen Sie Ohrringe und Piercings zum OP-Termin; lassen Sie einen Fingernagel unlackiert

Hinweise für den medikamentösen Abbruch

Statt des operativen Eingriffs besteht bis zum 63. Tag nach Beginn der letzten Monatsblutung die Möglichkeit, den Abbruch mit Mifepriston durchzuführen. Dies geschieht in zwei Schritten:

1. Sie nehmen unter ärztlicher Aufsicht 3 Tabletten des Medikaments Mifepriston ein, das zum Absterben des Embryos führt. Damit ist der Schwangerschaftsabbruch eingeleitet. Sie können danach die Arztpraxis verlassen.
2. Zwei Tage später werden Sie in der Arztpraxis ein zweites Medikament, Prostaglandin, einnehmen, das in den folgenden 3 bis 4 Stunden Blutungen hervorruft, bei denen das abgestorbene Gewebe ausgestoßen wird. Solange bleiben Sie unter ärztlicher Aufsicht. Etwa 95 % der medikamentösen Abbrüche sind erfolgreich. In bis zu 5 % kann nachfolgend ein operativer Eingriff notwendig werden.

Hinweise für die Zeit nach dem Schwangerschaftsabbruch

- schonen Sie sich einige Tage; Berufstätige können eine Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung bekommen
- nach dem operativen Eingriff haben Sie ca. eine Woche eine Blutung

(Schmierblutung bis Periodenstärke)

- nach dem medikamentösen Abbruch besteht für etwa 10 Tage eine Blutung, sie kann zeitweise deutlich stärker als Ihre normale Monatsblutung sein
- gelegentliche, ziehende Unterleibschmerzen und eine kurzfristige Temperaturerhöhung auf 38 Grad Celsius sind normal

Um Entzündungen zu vermeiden, sollten Sie

- Binden benutzen, keine Tampons
- 14 Tage nur duschen! Nicht baden, nicht schwimmen oder in die Sauna gehen
- 2 bis 3 Wochen keinen Geschlechtsverkehr haben

Sie sollten Ihre Ärztin/Ihren Arzt benachrichtigen bei

- Fieber über 38 Grad Celsius
- unerwartet starken Leibschmerzen
- starker Übelkeit oder Erbrechen
- deutlich länger anhaltender und deutlich stärkerer Nachblutung
- starken Kreislaufbeschwerden mit Neigung zur Ohnmacht oder kalten Schweißausbrüchen

Nach dem Abbruch soll eine Nachuntersuchung durch Ihre Frauenärztin/Ihren Frauenarzt erfolgen.

Verhütung nach dem Schwangerschaftsabbruch

Sofort nach dem Schwangerschaftsabbruch beginnt ein neuer Fruchtbarkeitszyklus, deshalb müssen Sie schnell für eine sichere Verhütungsmethode

sorgen. Falls Sie in Zukunft mit der Pille verhüten wollen, nehmen Sie am Abend des Abbruchs oder am nächsten Morgen die erste Pille einer neuen Packung.

Zu allen Fragen der Verhütung können Sie sich bei Ihrer Frauenärztin/Ihrem Frauenarzt oder in unserer Beratungsstelle informieren.

Für weitere offene Fragen zum Schwangerschaftsabbruch, zu Sexualität und Familienplanung stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung. Vereinbaren Sie dazu bitte telefonisch einen Termin mit uns.

Ihr Beratungsteam

INFORMATION FOR TERMINATION OF PREGNANCY

If you are visiting a doctor or a clinic for a termination of pregnancy, you must bring the following documents:

- original copy of the counselling certificate (Beratungsbescheinigung) for conflict counselling
- your blood group certificate or mother pass (Mutterpass), if you have one
- doctor's referral note and health insurance card
- proof of cost coverage from your statutory health insurance or the money to cover the fees

As a rule, the costs for terminating a pregnancy without indications are the responsibility of the individual. Exception: If you have no or only little income, you can apply to your statutory health insurance to cover the costs for the termination procedure. There must be at least three days between conflict counselling and termination of pregnancy.

Information for operative terminations

- Do not eat six to eight hours before the procedure; do not drink or smoke two hours prior to that time
- Consider comfortable clothing, such as T-shirt, socks, underwear, and two sanitary pads
- Have someone accompany you, especially for the drive back home
- Organise an emergency contact at home and babysitting if required

- Do not wear jewellery, and remove ear rings and piercings for the procedure date; leave one finger nail unpolished

Information for medicated terminations

Instead of undergoing an operative procedure, until the 63th day after the start of the last period a pregnancy can be terminated with Mifepriston. This is done in two steps:

1. You take 3 Mifepriston pills under medical supervision, which causes the embryo to die off. This is the start of the termination of the pregnancy. You can then leave the doctor's office.
2. Two days later you will take the second medication, Prostaglandin, at the doctor's office, which will cause bleeding in the next 3-4 hours, whereby the dead tissue is expelled. You will remain under medical supervision for that time period.

Approximately 95 % of medicated terminations are successful. A subsequent operative procedure may be necessary for up to 5 % of cases.

Information for the time after the termination of the pregnancy

- Take it easy for a few days; if you are employed you can obtain a work incapacity certificate (Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung)
- After the operative procedure you will have bleeding for approximately one week (spotting to period-like)
- After a medicated termination there will be bleeding for approximately 10 days, it may at times be noticeably heavier than your normal period
- Occasional, pulling pains in the lower abdomen and a short-term increase in body temperature to 38°C Care normal

In order to avoid infection you should

- use pads, not tampons
- take only showers, not baths, for 14 days! Do not go swimming or to the sauna
- have no sexual intercourse for 2-3 weeks

You should contact your doctor if you have

- fever above 38°C
- sudden strong abdominal pains
- strong nausea or vomiting
- subsequent bleeding that last noticeably longer and is noticeably heavier
- circulatory problems with a tendency to faint, or
- cold sweats

After the termination procedure you should have a follow-up examination at your gynaecologist.

Contraception after a pregnancy termination

A new menstrual cycle begins immediately after the termination of the pregnancy, therefore you must ensure that you have a secure method of contraception right away. If your contraceptive choice is the Pill, take the first pill of a new package in the evening of the termination procedure or in the next morning.

For more information on all questions regarding contraception, consult with your gynaecologist or our counselling office.

If you have more questions on termination of pregnancy, sexuality and family planning, please contact us and we would be happy to assist you. Please call us to make an appointment.

Your counselling team

Ihre AWO-Beratungsstelle



Informationen finden Sie unter:
www.familienplanung.de und www.awo-beratung.org