

Sexualität, Schwangerschaft, Familienplanung

Sexualité, Grossesse, Planning familial

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 Ohringe 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

INFORMATIONEN SUR L'AVORTEMENT

Si vous vous rendez chez un docteur ou dans un hôpital pour un avortement, vous devez vous munir des documents suivants :

- l'attestation originale de consultation préalable à l'avortement
- votre attestation de groupe sanguin ou le carnet de grossesse, si disponible
- l'adressage du médecin traitant et la carte d'assurance maladie
- l'attestation de prise en charge de votre caisse maladie ou l'argent nécessaire pour payer la consultation

En règle générale, les avortements sans raisons médicales doivent être payés par la patiente. Exception : si vous n'avez pas de revenus ou s'ils sont faibles, vous pouvez faire une demande de prise en charge financière de l'avortement auprès de votre caisse maladie. Un délai minimal de 3 jours doit être respecté entre la consultation préalable à l'avortement et l'avortement.

Informations sur l'avortement chirurgical

- de six à huit heures avant l'opération ne mangez pas ; deux heures avant, ne buvez pas et ne fumez pas
- veuillez ne pas oublier de prendre des vêtements confortables, par exemple : T-Shirts, chaussettes, sous-vêtements et deux serviettes hygiéniques
- faites-vous accompagner, surtout pour le chemin du retour
- désignez un contact à la maison en

cas d'urgence et faites garder vos enfants si nécessaire

- ne portez pas de bijoux et enlevez vos boucles d'oreilles et piercings avant l'opération ; laissez un ongle sans vernis

Informations sur l'avortement chimique

Au lieu de faire une intervention chirurgicale, il existe la possibilité, jusqu'au 63ème jour après les dernières règles, d'avorter en prenant de la Mifépristone. Ce processus se fait en deux étapes :

1. Vous prenez, sous surveillance médicale, 3 comprimés de Mifépristone, ce qui conduit à la mort de l'embryon. Le processus de l'avortement est ainsi commencé. Vous pouvez ensuite quitter le cabinet médical.
2. Deux jours plus tard, vous devrez prendre un deuxième médicament dans le cabinet médical, de la Prostaglandine, qui provoque dans les 3 à 4 heures suivantes des saignements pendant lesquels les tissus morts seront expulsés. Vous restez pendant ce temps sous surveillance médicale. Environ 95 % des avortements chimiques réussissent. Dans 5 % des cas, une intervention chirurgicale peut être nécessaire.

Informations sur la période suivant l'avortement

- évitez les efforts pendant quelques jours ; Les employées peuvent obtenir un arrêt de travail
- après l'avortement chirurgical vous avez des saignements pendant environ une semaine (saignements très légers ou similaires aux règles)
- après l'avortement chimique vous avez des saignements pendant environ 10 jours qui peuvent être beaucoup plus forts que pendant les règles

- des douleurs occasionnelles dans le bas-ventre ainsi qu'une température de 38°C pendant un court moment sont normales

Afin d'éviter les infections vous devez

- n'utiliser que des serviettes hygiéniques, pas de tampons
- ne prendre que des douches pendant 14 jours ! Ne pas prendre de bains, ne pas nager, ne pas aller au sauna
- ne pas avoir de rapports sexuels pendant 2 à 3 semaines

Vous devez consulter votre docteur en cas de

- température supérieure à 38°C
- douleurs aiguës dans le bas-ventre
- fortes nausées ou vomissements
- saignements très forts et pendant une très longue durée
- problèmes de pression artérielle avec évanouissement et sueurs froides

Après l'avortement, vous devez faire une visite de contrôle chez votre gynécologue.

Protection après l'avortement

Immédiatement après l'avortement, une nouvelle période de fertilité commence. Pour cette raison, vous devez vous protéger rapidement avec des contraceptifs. Si, dans le futur, vous souhaitez utiliser la pilule, prenez le soir même de l'avortement ou le lendemain matin la première pilule d'un nouveau paquet. Pour toutes les questions concernant la protection, vous pouvez consulter votre gynécologue ou notre point conseil. Nous sommes à votre disposition pour toutes autres questions concernant l'avortement, la sexualité et le planning familial. Veuillez SVP prendre rendez-vous par téléphone avec nous.

Votre équipe de conseillers

Ihre AWO-Beratungsstelle



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