



# FAQ: Orale Notfallkontrazeptiva

Seitdem orale Notfallkontrazeptiva aus der Rezeptpflicht entlassen wurden, kommt dem Apothekenteam eine wichtige Beratungsfunktion zu. Mit Fachkompetenz und Einfühlungsvermögen gilt es alle notwendigen Informationen einzuholen, die zur Abgabe (oder Nichtabgabe) erforderlich sind. Im Folgenden erhalten Sie die wichtigsten Informationen für das Beratungsgespräch.

## Orale Notfallkontrazeptiva – DIE WICHTIGSTEN FRAGEN KOMPAKT BEANTWORTET:

### » Wann ist ein orales Notfallkontrazeptivum indiziert?

Zeitnah nach einer Verhütungspanne oder ungeschütztem Geschlechtsverkehr zur Verhütung einer ungewollten Schwangerschaft.

### » Welche Wirkstoffe gibt es?

Für die orale Notfallkontrazeption stehen zwei Wirkstoffe zur Verfügung: Levonorgestrel (LNG), z. B. Levonoraristo®, und Ulipristalacetat (UPA), z. B. Ulipristal Aristo®. Beide Wirkstoffe sind seit 2015 rezeptfrei in der Apotheke erhältlich.

### » Was bewirken die beiden Wirkstoffe?

Beide Wirkstoffe können einen noch nicht erfolgten Eisprung um 5 Tage verschieben. Das ist die Zeit, die männliche Spermazellen im Genitaltrakt der Frau befruchtungsfähig bleiben können. Sofern also noch kein Eisprung erfolgt ist, kann durch diese Verschiebung das Zusammentreffen von Eizelle und befruchtungsfähigen Spermazellen und damit eine Schwangerschaft verhindert werden.

Wichtig ist, dass das Notfallkontrazeptivum schnellstmöglich nach dem ungeschützten Geschlechtsverkehr oder der Verhütungspanne eingenommen wird, um einen möglicherweise kurz bevorstehenden Eisprung noch zu verschieben.

Hat ein Eisprung oder gar eine Befruchtung bereits stattgefunden, bleibt die Einnahme eines oralen Notfallkontrazeptivums wirkungslos. Eine bereits bestehende Schwangerschaft wird durch die Einnahme nicht abgebrochen. Es handelt sich bei der Notfallpille also keinesfalls um ein Abortivum oder eine Abtreibungspille.



### » Was ist der grundlegende Unterschied zwischen Levonorgestrel und Ulipristalacetat?

Wichtig ist der Zeitpunkt im Zyklus der Frau, an dem die Verhütungspanne oder der ungeschützte Geschlechtsverkehr stattgefunden hat. Die schwangerschaftsverhütende Wirkung beider Wirkstoffe beruht darauf, dass die Ausschüttung von LH (luteinisierendes Hormon) blockiert wird, sodass es nicht zu einem sprunghaften LH-Anstieg kommt, der dem Eisprung vorausgeht. Die Ovulation (Eisprung) wird somit verhindert. Die Einnahme von Levonorgestrel (LNG) muss dabei vor Beginn des LH-Anstiegs erfolgen. Ulipristalacetat (UPA) hingegen bremst den LH-Anstieg auch noch, nachdem er begonnen hat, und kann den Eisprung auch in dieser Phase noch verhindern.

Aus diesem Grund wird UPA von den Fachgesellschaften als Mittel der ersten Wahl zur Notfallkontrazeption eingestuft.<sup>1</sup> LNG ist hingegen das Mittel der Wahl, wenn UPA nicht in Frage kommt, z. B. bei der Einnahme von oralen Glucocorticoiden oder während der Stillzeit (siehe unten).

### » Muss der Eisprung vor der Einnahme der Notfallpille exakt berechnet werden?

Nein. Da der Zyklus individuell und oft auch unregelmäßig ist, ist der exakte Zeitpunkt des Eisprungs nicht bestimmbar. Wichtiger ist die Frage, wie lange der ungeschützte Geschlechtsverkehr zurückliegt. Das Notfallkontrazeptivum sollte grundsätzlich so schnell wie möglich eingenommen werden. LNG hat dabei ein Einnahmefenster von bis zu 72 Stunden nach dem ungeschützten Geschlechtsverkehr, UPA kann bis zu 120 Stunden danach eingenommen werden.



<sup>1</sup> Rabe T et al. Notfallkontrazeption – ein Update. Gemeinsame Stellungnahme der Deutschen Gesellschaft für Gynäkologische Endokrinologie und Fortpflanzungsmedizin (DGGEF) e.V. und des Berufsverbands der Frauenärzte (BVF) e.V. Frauenarzt 2014; 55: 774–779

# FAQ: Orale Notfallkontrazeptiva

## » Wie lange nach der Verhütungspanne kann ein Notfallkontrazeptivum angewendet werden?

Notfallpillen mit Levonorgestrel sollten vorzugsweise innerhalb von 12 Stunden bis maximal 72 Stunden (3 Tage) nach dem ungeschützten Geschlechtsverkehr eingenommen werden. Notfallpillen mit Ulipristalacetat können bis spätestens 120 Stunden (5 Tage) danach eingenommen werden.



## » Was sind die wichtigsten Kontraindikationen?

Bei der Einnahme von oralen Glucocorticoiden wird die Anwendung von UPA nicht empfohlen. Wurde in den letzten 4 Wochen ein CYP3A4-Induktor genommen (Johanniskraut/Hypericin, Phenytoin, Phenobarbital, Carbamazepin etc.), sind UPA und LNG beide kontraindiziert. Hier wird eine ärztliche Beratung zu einer möglichen Einlage einer Kupferspirale empfohlen oder, wenn dies nicht möglich oder unerwünscht ist, die doppelte Dosis LNG (2 x 1,5 mg). Bei schweren Leberfunktionsstörungen darf keiner der beiden Wirkstoffe abgegeben werden.

## » Können LNG und UPA auch während der Stillzeit angewendet werden?

Da die Wirkstoffe in die Muttermilch übergehen, wird nach der Einnahme eine Stillpause empfohlen. Diese beträgt bei UPA 1 Woche, bei LNG nur 8 Stunden. Daher sind Notfallpillen mit Levonorgestrel bei Stillenden das Mittel der Wahl.

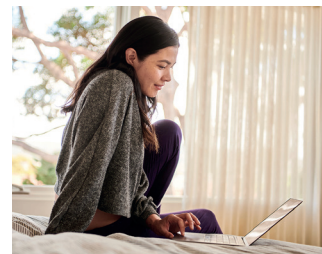
## » Wie erfolgt die Anwendung?

So schnell wie möglich nach dem ungeschützten Geschlechtsverkehr bzw. der Verhütungspanne wird 1 Tablette (30 mg UPA; 1,5 mg LNG) eingenommen.

## » An wen darf ein Notfallkontrazeptivum abgegeben werden?

Orale Notfallkontrazeptiva sind für alle Frauen im gebärfähigen Alter zugelassen und können somit auch an Minderjährige abgegeben werden. Hier ist eine ausführliche Beratung besonders wichtig, um der Sorgfaltspflicht bei der Abgabe von Arzneimitteln an Minderjährige nachzukommen.

Eine Abgabe an Dritte ist möglich, wenn die Person, beispielsweise der Partner, alle relevanten Fragen im Beratungsgespräch beantworten kann. Empfohlen werden die persönliche Beratung und Abgabe an die Frau.



## » Werden orale Notfallkontrazeptiva von der GKV erstattet?

Orale Notfallkontrazeptiva sind auch als OTC-Artikel bis zum vollendeten 22. Lebensjahr erstattungsfähig. Dafür müssen sie vom Arzt auf einem GKV-Rezept verordnet werden. Frauen zwischen 18 und 21 Jahren müssen die gültige Rezeptgebühr zahlen. Nach dem vollendeten 22. Lebensjahr müssen Frauen die Notfallkontrazeption selbst bezahlen.

## » Können Notfallkontrazeptiva auf Vorrat oder wiederholt abgegeben werden?

Wie der Name schon sagt, sind Notfallkontrazeptiva für die Notsituation nach einer Verhütungspanne gedacht. Eine Abgabe auf Vorrat ist nicht vorgesehen, wird vom Gesetzgeber aber auch nicht ausdrücklich untersagt.

Eine wiederholte Abgabe kann hingegen notwendig sein, selbst innerhalb eines Zyklus. Tritt z. B. innerhalb von 3 Stunden nach der Einnahme eines Notfallkontrazeptivums Erbrechen auf, sollte eine weitere Tablette eingenommen werden. Auch eine erneute Verhütungspanne kann die erneute Einnahme erforderlich machen. Das Beratungsgespräch sollte in diesem Fall auf die aktuelle Verhütungssituation eingehen und zudem eine regelmäßige Kontrazeption in der Zukunft thematisieren.

## » Tabellarische Gegenüberstellung Levonorgestrel und Ulipristalacetat

Wirkstoff	Levonorgestrel	Ulipristalacetat
<b>Wirkmechanismus</b>	Verschieben den Eisprung um mind. 5 Tage und verhindern dadurch eine Befruchtung	
	Verschiebt den Eisprung nur vor dem LH-Anstieg	Verschiebt den Eisprung auch noch nach begunnenem LH-Anstieg
<b>Wirkfenster</b>	Nur vor dem LH-Anstieg, bis 72 Stunden (3 Tage) nach ungeschütztem Verkehr	Auch während des LH-Anstiegs bis wenige Stunden vor Eisprung, bis 120 Stunden (5 Tage) nach ungeschütztem Verkehr
<b>Anwendung</b>	So schnell wie möglich nach ungeschütztem Verkehr 1 Tablette, zu jedem Zeitpunkt im Zyklus	
<b>Nebenwirkungen</b>	Zu den häufigsten gehören Schwindel, Kopfschmerzen, Übelkeit, Schmerzen im Unterbauch, Spannungsgefühl in der Brust, Durchfall und Dysmenorrhö. Für Details siehe jeweilige Fachinformation.	
<b>Kontraindikationen</b>	Überempfindlichkeit gegenüber dem Wirkstoff oder anderen Bestandteilen, schwere Leberfunktionsstörungen	
<b>CYP3A4-Induktoren</b>	Empfehlung: Kupferspirale oder ggf. 2 x 1,5 mg LNG. Patientin muss Vorgehensweise mit dem Arzt besprechen.	
<b>Orale Glucocorticoide bei schwerem Asthma</b>	Kann angewendet werden	Anwendung nicht empfohlen
<b>Thrombose</b>	Es wurde über thromboembolische Ereignisse berichtet.	Es gibt keine Hinweise auf ein erhöhtes Thromboserisiko.
<b>Antibabypille</b>	Bei weniger als 12 Stunden nach vergessener Einnahme ist keine Notfallkontrazeption notwendig. Die reguläre Pille wird weiter wie gewohnt eingenommen. Bei mehr als 12 Stunden nach vergessener Einnahme hängt die Einnahme eines Notfallkontrazeptivums vom jeweiligen Zeitpunkt im Einnahmezyklus ab.	
<b>Schwangerschaft</b>	Eine bestehende Schwangerschaft ist keine Kontraindikation. Die Einnahme eines Notfallkontrazeptivums führt nicht zum Schwangerschaftsabbruch.	
<b>Stillzeit</b>	Stillpause von 8 Stunden empfohlen	Stillpause von 1 Woche empfohlen; um die Milchbildung aufrechtzuerhalten, sollte die Milch abgepumpt und verworfen werden.

## » Weitere Informationen und Services unter [www.meine-notfallpille.de](http://www.meine-notfallpille.de)

### Pflichttexte Levonoraristo® und Ulipristal Aristo®:

**Levonoraristo® 1,5 mg Tabletten (Ap)**, Wirkstoff: Levonorgestrel, Zus.: 1 Tbl. enth. 1,5 mg Levonorgestrel, sonst. Bestandt.: Lactose-Monohydrat, Maisstärke, Povidon K-25 (E1201), hochdisperses Siliciumdioxid (E 551), Magnesiumstearat (Ph. Eur.) (E 572). **Anw.**: Notfallkontrazeption innerhalb von 72 Stunden nach ungeschütztem Geschlechtsverkehr oder bei Versagen einer Verhütungsmethode. **Gegenanz.**: Überempfindlichkeit gegen Wirkstoff od. ein d. sonst. Bestandteile. **Nebenw.:** Sehr häufig: Kopfschmerzen; Übelkeit; Unterbauchschmerz; nicht menstruationsbedingte Blutung; Müdigkeit. Häufig: Schwindel; Diarrhoe; Erbrechen; Regelblutung mehr als 7 Tage verzögert, unregelmäßige Menstruation, Brustspannen. Sehr selten: Bauchschmerzen; Ausschlag, Urtikaria, Pruritus; Beckenschmerzen, Dysmenorrhö; Gesichtssödem. Enthält Lactose. Packungsbeilage beachten. (Stand September 2019).

**Ulipristal Aristo® 30 mg Filmtablette (Ap)**, Wirkstoff: Ulipristalacetat, Zus.: 1 Filmtbl. enth. 30 mg Ulipristalacetat. Sonst. Bestandt.: Tablettenkern: Lactose-Monohydrat, Vorverkleisterte Stärke (Mais), Carboxymethylstärke-Natrium (Typ A) (Ph.Eur.), Magnesiumstearat (Ph. Eur.) [pflanzlich]. Filmüberzug: Hypromellose, Hypromellose (Ph. Eur.) (Substitutionsgrad 2,0 - 4,1), Stearinsäure, Talkum, Titandioxid (E171). **Anw.:** Notfallverhütung innerhalb von 120 Stunden (5 Tagen) nach einem ungeschützten Geschlechtsverkehr bzw. Versagen der Empfängnisverhütung. **Gegenanz.:** Überempfindlichkeit gegen den Wirkstoff od. ein d. sonst. Bestandteile. **Schwangerschaft:** Nicht zur Anwendung während der Schwangerschaft bestimmt, keine Anwendung bei Verdacht auf eine Schwangerschaft bzw. bei bekannter Schwangerschaft; Ulipristalacetat führt nicht zum Abbruch einer bestehenden Schwangerschaft. **Stillzeit:** Nach Anwendung ist das Stillen für eine Woche auszusetzen. **Nebenwirk.:** Häufig: Stimmungsschwankungen; Kopfschmerzen, Schwindelgefühl; Übelkeit, Bauchschmerzen; Unwohlsein in der Bauchgegend, Erbrechen; Myalgie, Rückenschmerzen; Dysmenorrhö, Unterleibschmerzen, Spannungen in der Brust; Müdigkeit. Gelegentlich: Influenza; Appetitstörungen; emotionale Störungen; Angst; Schlaflosigkeit, Hyperaktivitätsstörung, Veränderungen der Libido; Somnolenz, Migräne; Sehstörungen; Diarrhö, Mundtrockenheit, Verdauungsstörungen, Meteorismus; Akne, Dermatose, Pruritus; Menorrhagie, Vaginalausfluss, Menstruationsbeschwerden, Metrorrhagie, Vaginitis, Hitzewallungen, Prämenstruelles Syndrom; Schüttelfrost, Unwohlsein, Pyrexie. Selten: Desorientierung; Tremor, Aufmerksamkeitsstörung, Dysgeusie, Synkope; Abnormes Gefühl in den Augen, okuläre Hyperämie, Photophobie; Schwindel, trockener Rachen; Urtikaria; Genitalpruritus, Dyspareunie, rupturierte Ovarialzyste, vulvovaginale Schmerzen, Hypomenorrhö; Durst. Enthält Lactose. Packungsbeilage beachten. (Stand Juni 2020). Aristo Pharma GmbH, Wallenroder Straße 8-10, 13435 Berlin.



# FAQ: Orale Notfallkontrazeptiva

## Pillenpanne – Notfallkontrazeptivum ja oder nein? Ein Leitfaden für das Beratungsgespräch

