

Verhütungsmittel	Vorteile	Nachteile	Pearl Index	Kosten
K o n d o m	<ul style="list-style-type: none"> • schützt auch vor Geschlechtskrankheiten • keine Hormone • kostet nur, wenn man es braucht 	<ul style="list-style-type: none"> • Anwendung für manche lusttötend 	2 - 15	ab 20 Cent pro Kondom
F e m i d o m	<ul style="list-style-type: none"> • schützt auch vor Geschlechtskrankheiten • keine Hormone • kostet nur, wenn man es braucht • kann bis zu 10 Stunden vor GV eingeführt werden, d.h. keine Beeinträchtigung beim Liebesspiel 	<ul style="list-style-type: none"> • Anwendung komplizierter als beim Kondom • unsicherer als Kondom 	5 - 25	ca. 2 Euro pro Femidom
FemCap (früher Portiokappe), Diaphragma, LEA contraceptivum	<ul style="list-style-type: none"> • keine Hormonbelastung 	<ul style="list-style-type: none"> • Anwendung gewöhnungsbedürftig • Schutz nur mit Spermiziden ausreichend • ausser beim LEA contraceptivum einmalige Anpassung durch den Gyn notwendig 	Mit Spermiziden: 1 - 3	<ul style="list-style-type: none"> • alle drei ca. 60 Euro + ev. Kosten für Anpassung beim Gyn
Antibabypille	<ul style="list-style-type: none"> • sehr sicher und einfach in der Anwendung 	<ul style="list-style-type: none"> • Hormonbelastung • man muss jeden Tag dran denken 	0,03 - 0,1	zwischen 10 Euro und 50 Euro für 3 Monate (=3 Euro bis 17 Euro pro Monat)
Minipille	<ul style="list-style-type: none"> • geringere Hormonbelastung als bei der Antibabypille 	wie Antibabypille	0,4 - 4,3	zwischen 10 Euro und 50 Euro für 3 Monate (=3 Euro bis 17 Euro pro Monat)
Dreimonats-spritze	<ul style="list-style-type: none"> • für drei Monate kein Aufwand bei hoher Sicherheit 	<ul style="list-style-type: none"> • relativ hohe Hormonbelastung • ein Absetzen z.B. wegen Unverträglichkeit ist nicht möglich (was gespritzt ist, ist gespritzt und muss erst abgebaut werden) 	0,2 - 1,4	ca. 30 Euro/Spritze (=10 Euro/Monat)
Vaginalring	<ul style="list-style-type: none"> • man muss nicht jeden Tag dran denken • Hormone müssen nicht durch den Magen-Darm-Trakt, darum besser verträglich als Pille • Verhütung wird durch Erbrechen oder Durchfall nicht gestört 	<ul style="list-style-type: none"> • Hormonbelastung • manche Paare stört der Ring beim GV • er kann unbemerkt verloren gehen (beim GV oder beim Tamponwechsel) (passiert sehr selten) • manchmal Schleimhautreizungen oder Ausfluss 	0,4 - 0,65	15 Euro-25 Euro pro Zyklus
Hormonpflaster	<ul style="list-style-type: none"> • einfache und sichere Anwendung nur einmal wöchentlich • Hormone müssen nicht durch den Magen-Darm-Trakt, darum besser 	<ul style="list-style-type: none"> • manchmal treten Hautreizungen durch das Pflaster auf • Hormonbelastung 	0,88	13 Euro pro Zyklus

	<ul style="list-style-type: none"> • verträglich als Pille und Verhütung wird durch Erbrechen oder Durchfall nicht gestört 	<ul style="list-style-type: none"> • Hormonbelastung • Pflaster ist sichtbar 		
Verhütungsstäbchen	<ul style="list-style-type: none"> • einfache und sehr sichere Anwendung • wird durch den Gyn eingesetzt und hält dann wartungsfrei bis zu 3 Jahre • Schutz wird nicht durch Erbrechen oder Durchfall beeinträchtigt • weniger Hormone als z.B. bei der Pille • keine Östrogene 	<ul style="list-style-type: none"> • Hormonbelastung • kleine Narbe am Oberarm, wenn das Stäbchen wieder entfernt wird • muss durch den Gyn eingesetzt werden 	0	ca. 350 Euro für 3 Jahre (= ca. 10 Euro/Monat , wenn das Hormonstäbchen bis zum Schluss getragen wird)
Hormonspirale	<ul style="list-style-type: none"> • einfache und sehr sichere Anwendung • wird durch den Gyn eingesetzt und hält dann wartungsfrei bis zu 5 Jahren • Schutz wird nicht durch Erbrechen oder Durchfall beeinträchtigt • weniger Hormone als z.B. bei der Pille • keine Östrogene • Regelblutungen werden meist sehr schwach oder bleiben ganz aus 	<ul style="list-style-type: none"> • Hormonbelastung • muss durch den Gyn eingesetzt werden • ev. nicht geeignet für kinderlose Frauen, weil Gebärmutter noch zu klein ist • teuer, wenn sie vor Ablauf der 5 Jahre entfernt wird 	0,16	ca. 350 Euro für 5 Jahre (= 6 Euro/Monat , wenn sie bis zum Schluss getragen wird)
Gel, Zäpfchen & Co.	<ul style="list-style-type: none"> • Anwendung nur erforderlich, wenn GV erfolgen soll 	<ul style="list-style-type: none"> • als alleiniges Verhütungsmittel zu unsicher • manchmal Schleimhautreizung 	3 - 21	
Kupferspirale	<ul style="list-style-type: none"> • keine Hormonbelastung • einfache und sichere Anwendung • nach Einsetzen durch den Gyn für 5 Jahre wartungsfrei 	<ul style="list-style-type: none"> • ev. nicht geeignet für kinderlose Frauen, weil Gebärmutter noch zu klein ist • teuer, wenn sie vor Ablauf der 5 Jahre entfernt wird 	0,8 - 6	120 Euro - 200 Euro für 3 - 5 Jahre (= 2 bis 6 Euro pro Monat , wenn die Spirale bis zum Schluss getragen wird)
Kupferkette	<ul style="list-style-type: none"> • kleiner als Kupferspirale, darum auch für kinderlose Frauen geeignet • noch relativ neu, darum wird sie nicht von jedem Gyn eingesetzt (beim Hersteller nachfragen) • nach dem Einsetzen für 5 Jahre wartungsfrei und sicher • keine Hormonbelastung 	<ul style="list-style-type: none"> • teuer, wenn sie vor Ablauf der 5 Jahre entfernt wird • durch Verankerung in der Gebärmutterwand zusätzliche Risiken wie verstärkte Periodenblutung und Menstruationsschmerzen 	0,8 - 6	ca. 200 Euro - 330 Euro für 5 Jahre (= 3 Euro - 6 Euro pro Monat , wenn sie bis zum Schluss getragen wird)
Sterilisation des Mannes	<ul style="list-style-type: none"> • keine Hormonbelastung • sehr sicher • nach der Sterilisation kein weiterer Aufwand 	<ul style="list-style-type: none"> • operativer Eingriff mit entspr. Risiken • endgültig oder nur schwer rückgängig zu machen 	0,25	ca. 500 Euro
Sterilisation der	<ul style="list-style-type: none"> • keine Hormonbelastung • sehr sicher • nach der Sterilisation kein 	<ul style="list-style-type: none"> • operativer Eingriff mit entspr. Risiken • endgültig oder nur 	0,1	ca. 600 Euro

Frau	<ul style="list-style-type: none"> • nach der Sterilisation kein weiterer Aufwand 	schwer rückgängig zu machen		
Natürliche Familienplanung	<ul style="list-style-type: none"> • keine Hormonbelastung • fast keine Kosten • schnelles Erkennen von Veränderungen • auch als Hilfsmittel bei Kinderwunsch 	<ul style="list-style-type: none"> • aufwendiger • sicheres Anwenden setzt sechs Monate Vorlauf voraus 	0,5 - 3	fast kostenlos