Deutsch : https://sexandfacts.ch/de/

Das Verhütungspflaster / Le patch transdermique

Das Verhütungspflaster

Das selbstklebende Verhütungspflaster mit den Massen 4,5 x 4,5cm enthält synthetische Hormone (Oestrogen und Gestagen), ähnlich denen, die der weibliche Körper produziert. In einigen Fällen können diese Hormone gesundheitliche Auswirkungen haben. Besprechen Sie Ihre individuelle Situation mit einer ärztlichen Fachperson.

Wirkungsweise

Das Verhütungspflaster

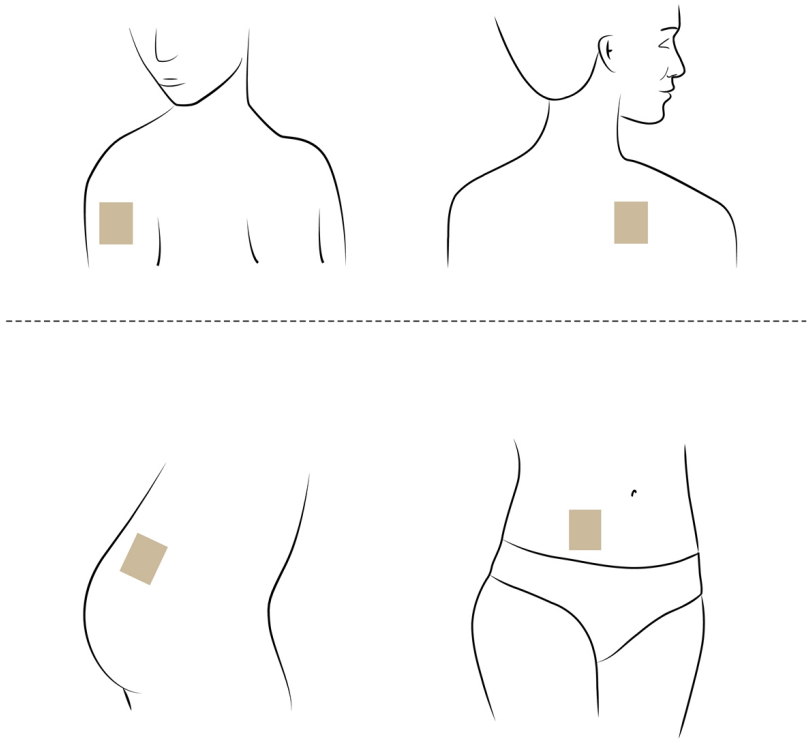
- **verhindert den Eisprung**, indem die Eierstöcke in den Ruhezustand versetzt werden.
- **verändert die Gebärmutterschleimhaut** (Endometrium) so, dass eine eventuelle Einnistung des Eis nicht möglich ist.
- **verdickt den Schleim des Gebärmuttermundes** (Zervixschleim) und verhindert damit das Eindringen der Spermien.

Bei korrekter Anwendung der Verhütungsmethode kann auf diese Weise eine Schwangerschaft verhindert werden.

Anwendung

Eine Packung enthält 3 Verhütungspflaster. Das heisst während 3 Wochen jeweils 1 Pflaster kleben, gefolgt von 1 Woche Pause.

Das Pflaster sorgfältig auf eine saubere und trockene Stelle (ohne Körpercrème oder Öl) am unteren Bauch, am Gesäss, am Rücken oder am Oberarm kleben. Nicht auf die Brüste kleben. 10 Sekunden lang mit der flachen Hand fest andrücken. **Kleben Sie das Pflaster jede Woche an einer anderen Stelle auf,** um Hautirritationen vorzubeugen.



- Wenn Sie **neu mit dem Pflaster beginnen: das erste Pflaster am ersten Tag der Periode aufkleben = sofortiger Schutz.** Wenn Sie die Methode nach dem zweiten Tag der Menstruation beginnen, während 7 Tagen Kondome benutzen.
- Wechseln Sie danach drei Wochen lang jede Woche das Pflaster. **Wechseln Sie es immer am selben Wochentag.** Entfernen Sie das benutzte Pflaster und kleben Sie sofort ein neues auf.
- Am Ende der drei Pflaster eine Woche Pause machen.
- Beginnen Sie dann mit einer neuen Serie von drei Pflastern, ebenfalls am selben Wochentag.

Die Blutung beginnt in der Pause und ist dann meistens weniger stark und weniger schmerzhaft als bei der Menstruation.

Bei korrekter Anwendung der Methode, ist der Schutz auch in der Pause gewährleistet.

Duschen, Schwimmen, Sauna, Sport beeinträchtigen die Klebesicherheit Ihres Pflasters nicht. Kontrollieren Sie jedoch nach diesen Aktivitäten das Pflaster auf seinen festen Sitz.

Wenn Sie ...

... während der Anwendung dieses Verhütungsmittels **Zwischenblutungen** haben**,** ist das ist nicht weiter schlimm. Fahren Sie mit dem Verhütungspflaster wie gewohnt weiter. Falls die Blutungen während der nächsten Monate andauern, sprechen Sie mit einer ärztlichen Fachperson.

... Medikamente einnehmen, klären Sie mit einer ärztlichen Fachperson oder in der Apotheke ab, ob Sie noch geschützt sind. **Johanniskrautpräparate, einige Antibiotika, einige Antiepileptika und Medikamente gegen HIV** verringern die empfängnisverhütende Wirkung während und nach einer Behandlung. Fahren Sie mit der Empfängnisverhütung fort und benützen Sie beim Sex Kondome.

... mit dieser Verhütungsmethode aufhören, hört die empfängnisverhütende Wirkung sofort auf. Es wird empfohlen, alle drei Pflaster der Packung zu verwenden.

... zum Zeitpunkt der Pause keine Blutung haben, beginnen Sie eine neue Serie von Pflastern am

vorgesehenen Tag und kontaktieren Sie eine Beratungsstelle für sexuelle Gesundheit oder eine ärztliche Fachperson.

Vergessen das Pflaster zu wechseln

WENIGER als 48 Stunden vergessen

Die Wirksamkeit der Empfängnisverhütung ist gewährleistet.

- Wechseln Sie das Pflaster und fahren Sie wie gewohnt weiter.
- Kleben Sie das nächste Pflaster am vorgesehenen Tag auf.

MEHR als 48 Stunden vergessen

Die Wirksamkeit der Empfängnisverhütung ist nicht mehr gewährleistet.

Ohne Geschlechtsverkehr in den letzten 5 Tagen

- **Entfernen Sie das Pflaster. Kleben Sie ein neues Pflaster auf und beginnen Sie eine neue Serie von 3 Pflastern.**
- 7 Tage Kondome verwenden.

Mit Geschlechtsverkehr in den letzten 5 Tagen

- Nehmen Sie **so schnell wie möglich eine Notfallverhütung** und befolgen Sie die Empfehlungen der Fachpersonen.
- Verwenden Sie Kondome, bis die empfängnisverhütende Wirkung wiederhergestellt ist. Dies hängt von der Sorte der Notfallverhütung ab.

Vergessen das 3. Pflaster zu entfernen

- Entfernen Sie das Pflaster, sobald Sie es bemerken**.**
- **Beginnen Sie eine neue Serie von 3 Pflastern am vorgesehenen Wochentag (auch wenn die Pause kürzer ist).**

Vergessen das 1. Pflaster nach der Pause aufzukleben

Wenn die Pause ohne Pflaster länger als eine Woche dauert, ist die Wirksamkeit der Empfängnisverhütung nicht mehr gewährleistet.

Ohne Geschlechtsverkehr in den letzten 5 Tagen:

- Kleben Sie das Pflaster auf, sobald Sie es merken. Dies ist nun Ihr neuer Pflaster-Wechseltag.
- 7 Tage Kondome verwenden.
- Das zweite Pflaster eine Woche später aufkleben.

Mit Geschlechtsverkehr in den letzten 5 Tagen

- Nehmen Sie **so schnell wie möglich eine Notfallverhütung** und befolgen Sie die Empfehlungen der Fachpersonen.
- Verwenden Sie Kondome, bis die empfängnisverhütende Wirkung wiederhergestellt ist. Dies hängt von der Sorte der Notfallverhütung ab.

Ihr Pflaster hat sich gelöst

während WENIGER als 24 Stunden

Die Wirksamkeit der Empfängnisverhütung ist gewährleistet.

- Versuchen Sie es wieder anzukleben (weder Heftpflaster noch Klebstoff verwenden). Wenn es nicht mehr klebt: ein neues Pflaster kleben, zum Beispiel aus einer Reservepackung.
- Das Pflaster am gewohnten Tag wechseln oder entfernen.

während MEHR als 24 Stunden

Die Wirksamkeit der Empfängnisverhütung ist nicht mehr gewährleistet.

Ohne Geschlechtsverkehr in den letzten 5 Tagen:

- Entfernen Sie das Pflaster. Kleben Sie ein neues Pflaster auf und beginnen Sie eine neue Serie von 3 Pflastern.
- 7 Tage Kondome verwenden.

Mit Geschlechtsverkehr in den letzten 5 Tagen

- Nehmen Sie **so schnell wie möglich eine Notfallverhütung** und befolgen Sie die Empfehlungen der Fachpersonen.
- Verwenden Sie Kondome, bis die empfängnisverhütende Wirkung wiederhergestellt ist. Dies hängt von der Sorte der Notfallverhütung ab.

Gut zu wissen

- Mit den Safer-Sex-Regeln schützen Sie sich wirkungsvoll vor HIV und reduzieren das Risiko für andere sexuell übertragbare Infektionen:
  1. Bei Geschlechtsverkehr mit vaginaler oder analer Penetration Kondome verwenden.
  2. Alle weiteren Informationen auf lovelife.ch.

2023, SEXUELLE GESUNDHEIT SCHWEIZ, Schweizerische Stiftung für sexuelle und reproduktive Gesundheit; ALECSS Association suisse latine des spécialistes en santé sexuelle, Éducation – Formation – Conseil; faseg, Fachverband sexuelle Gesundheit in Beratung und Bildung

Deutsch : https://sexandfacts.ch/de/schwangerschaftsverhuetung/das-verhuetungspatch