

Männliche Verhütungsmethoden

Männliche Empfängnisverhütung ermöglicht es Menschen mit einem Penis, ihre Fruchtbarkeit zu kontrollieren und die Verantwortung für die Verhütung in ihrer Beziehung zu teilen. Persönliche und vertrauliche Beratung erhalten Sie bei Ihrer medizinischen Fachperson oder bei Fachstellen für sexuelle Gesundheit.

Reversible Methoden

in der Schweiz erhältlich:

- **Das Peniskondom** ist eine finger grosse, dehnbare Hülle aus Latex oder synthetischem Material, die sich der Form des Penis wie eine zweite Haut anpasst. Es ist meist mit Gleitmittel versehen.

Es bietet auch Schutz vor HIV und anderen sexuell übertragbaren Infektionen.

[Detaillierte Informationen](#)

in der Schweiz noch nicht erhältlich:

- **Die thermische Empfängnisverhütung** erhöht die Temperatur der Hoden. Damit wird die Spermienproduktion reduziert. Es gibt verschiedene Möglichkeiten:
 - Spezielle Unterwäsche oder ein Ring bringen die Hoden näher zur Peniswurzel
 - Eine Wärmekompressen in einem speziellen Slip erhöht die Temperatur der Hoden.

Nach einigen Monaten Anwendung der thermischen Methode enthält das Sperma nicht mehr genügend Spermien (Samenzellen) für die Befruchtung einer Eizelle. Bevor die Methode angewendet wird, sollte eine ärztliche Konsultation und ein Spermiogramm erfolgen, um die Fruchtbarkeit zu bestätigen. Anschliessend werden regelmässig Kontroll-Spermiogramme durchgeführt.

Bislang gibt es keine ausreichenden wissenschaftlichen Studien über die Wirksamkeit und Sicherheit dieser thermischen Methoden. Die Menschen wenden sie auf eigene Verantwortung an.

- **Hormonelle Methoden** in Form von Injektionen oder Gels werden derzeit erforscht und getestet.
- **Synthetische Gels zur Injektion oder Ventile zur Implantation in die Samenleiter** werden erforscht. Ziel ist, dass keine Spermien (Samenzellen) in den Samenerguss (Ejakulat) gelangen, solange dies gewünscht ist.

Informieren Sie sich bei Fachstellen für sexuelle Gesundheit oder bei ärztlichen Fachpersonen

über den Stand der Forschung und der Entwicklung dieser Methoden.

Irreversible Methoden

- **Die Vasektomie (Sterilisation)** ist ein einfacher Eingriff, der ambulant und unter lokaler Betäubung durchgeführt wird. Die Samenleiter werden dabei durchtrennt. Im Samenerguss (Ejakulat) befinden sich nach einer gewissen Zeit keine Spermien (Samenzellen) mehr. Die Erektion (Steifwerden des Penis) und die Menge des Samenergusses (Ejakulat) bleiben nach der Sterilisation unverändert. Die Sterilisation ist eine dauerhafte Verhütungsmethode. Sie eignet sich für Personen, die kein Kind oder keine weiteren Kinder haben möchten.

[Detaillierte Informationen](#)

Gut zu wissen

- Der Coitus interruptus («Aufpassen», «Sich zurückziehen vor dem Samenerguss») schützt nicht zuverlässig vor einer Schwangerschaft.
- Alle Personen können sich an die Fachstellen für sexuelle Gesundheit wenden. Zum Beispiel bei Fragen zu: Sexualität, Verhütung, sexuell übertragbare Infektionen, ungeplante Schwangerschaft (gewollt oder ungewollt)
- 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, immer Peniskondome oder Vaginalkondome verwenden.
2. Weitere, persönlich abgestimmte Empfehlungen erhalten Sie beim Safer-Sex-Check auf lovelife.ch

2021, *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/verhuetungsmethoden-fuer-maenner>