

Trend zur hormonfreien Verhütung

Nur noch ein Viertel der unter 22-jährigen Frauen und Mädchen verhütet mit der Pille. Innerhalb von drei Jahren sank die Zahl der Kontrazeptiva-Verordnungen um zehn Prozent.

Text und Interview von Frank Brunner

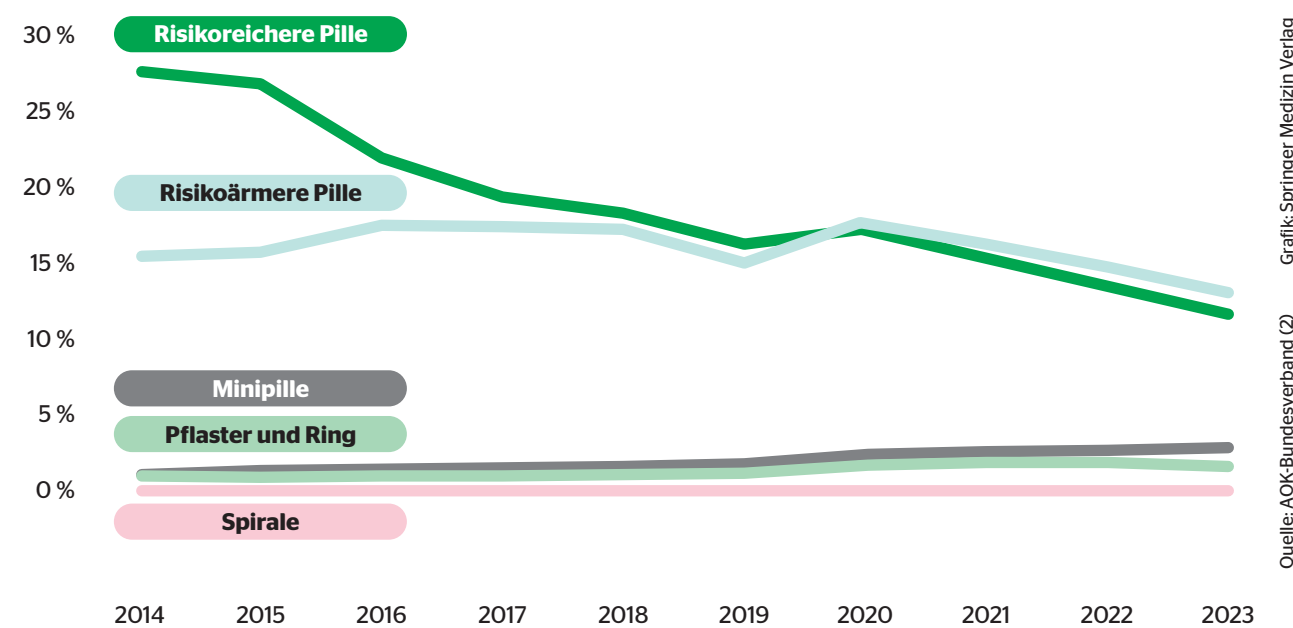
Die Bedeutung der Pille als Verhütungsmittel bei jungen Frauen und Mädchen sinkt weiter. Das ist das Ergebnis einer AOK-Analyse der GKV-Verordnungsdaten anlässlich des Jahrestages der Markteinführung der Pille zur Empfängnisverhütung am 18. August. Ließ sich 2020 noch mehr als jede Dritte (35 Prozent) in der Altersgruppe bis 22 Jahren die Pille verordnen, war es 2023 nur noch jede vierte Frau (25 Prozent). Das entspricht einem Rückgang von zehn Prozent in nur drei Jahren. Allein im Vergleich zum Vorjahr 2022 verringerte sich die Zahl der Verordnungen um drei Prozentpunkte. Für GKV-Versicherte unter 22 Jahren übernimmt die Krankenkasse die Kosten für verschreibungspflichtige Verhütungsmittel. Deshalb lassen sich Trends für diese Altersgruppe auf Grundlage von Verordnungsdaten gut dokumentieren.

Trotz des Rückgangs bleibt die Pille unter allen verordnungsfähigen Verhütungsmitteln, zu denen Spiralen, Vaginalring und Hormonpflaster zählen, das am häufigsten verordnete Kontrazeptivum. Bei den Pillen-Verordnungen setzt sich der Trend der vergangenen Jahre zu den risikoärmeren Präparaten fort. Als risikoärmer gelten kombinierte Pillen, welche die Gestagene Levonorgestrel, Norethisteron und Norgestimat enthalten, wobei in der Verordnung die Präparate mit Norethisteron und Norgestimat kaum eine Rolle spielen.

Pillen mit einer Wirkstoff-Kombination aus Ethinylestradiol mit Drospirenon, Desogestrel, Chlormadinonacetat und Gestoden sind laut Studienlage risikoreicher im Hinblick auf die Entstehung von tiefen Beinvenenthrombosen und Lungenembolien als Levonorgestrel-haltige orale Kontrazeptiva.

Eike Eymers, Ärztin im Stab Medizin des AOK-Bundesverbandes, betonte: „Die Nachteile und Risiken von hormonellen Verhütungsmetho-

Entwicklung der verordneten Kontrazeptiva bei jüngeren GKV-versicherten Frauen



den werden heute öffentlich stärker thematisiert.“ Auch fühlten sich Frauen laut einer Befragung der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung immer besser durch das Internet, aber auch durch ärztliche Beratung, informiert. Dies könne zu einer Verhaltensveränderung, aber auch zu einer kritischeren Einstellung gegenüber der Einnahme von Hormonen und zu einer bewussteren Entscheidung für risikoärmere

Präparate führen, so Eymers. Allerdings seien weitere Erklärungen, etwa eine wachsende Bedeutung von Barrieremethoden zur Verhütung wie Kondomen denkbar. Eymers erklärt: „Da diese aber nicht vom Arzt verschrieben werden, liegen uns dazu anders als bei der Pille keine Abrechnungsdaten vor.“ Laut PEARL-Index, der die Sicherheit von Kontrazeptiva anzeigt, ist die Pille seit mehr als 60 Jahren eines der wirk-

samsten Verhütungsmittel, das gut für jüngere Frauen geeignet ist.

Frauen, die Kombinationspräparate nicht vertragen, können auf Alternativenprodukte wie die Minipille, den Vaginalring oder die Spirale umsteigen. Der Verordnungsanteil der Minipille stieg von einem Prozent im Jahr 2014 leicht auf drei Prozent im Jahr 2023. Sie eignet sich auch bei stillenden Frauen, da sie kein Östrogen enthält.

Der Anteil von sogenannten intrauterinen Kontrazeptiva spielt nur eine untergeordnete Rolle bei den Verordnungen für unter 22-Jährige, obwohl sie Levonorgestrel enthalten und somit ein niedrigeres Thromboserisiko aufweisen. Auch Hormonpflaster und Vaginalring umfassten zusammen nur zwei Prozent der Verordnungen. Diese beiden Verhütungsmethoden gehen als Hormonkombinationspräparate mit einem erhöhten Risiko für Embolien und Thrombosen einher.

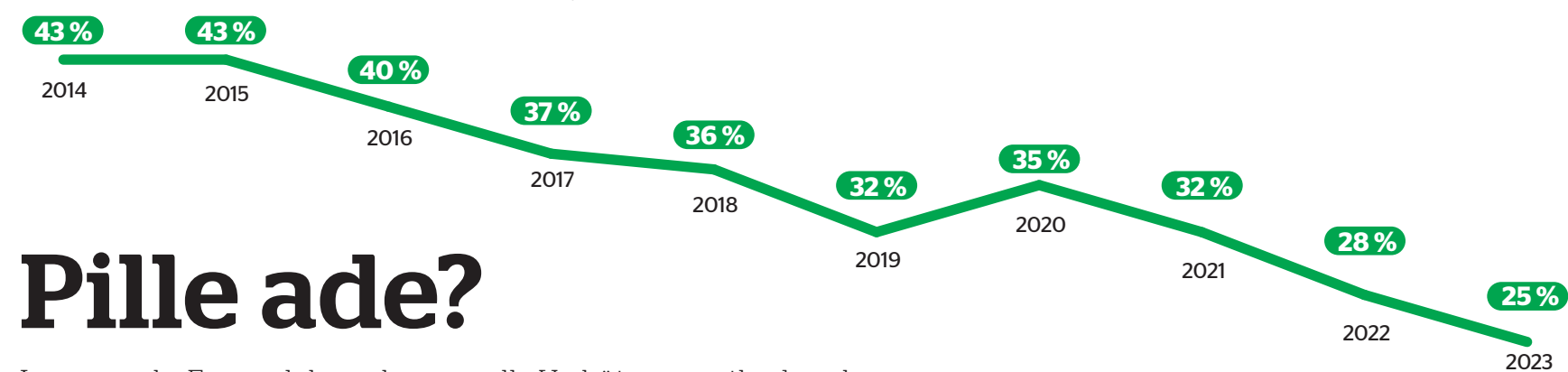
Die Praxis-Serie

Lesen Sie am 5. September:

In der Pandemie sind die Fallzahlen der Krankenhäuser stark eingebrochen und haben seitdem das Vor-Pandemie-Niveau nicht mehr erreicht. Eine aktuelle Analyse des Wissenschaftlichen Instituts der AOK (WIdO) beleuchtet die jüngste Entwicklung.

Kontakt: Haben Sie Fragen an die AOK oder Themenwünsche für diese Seite? Dann schreiben Sie uns per E-Mail an: prodialog@bv.aok.de.

Anteil der GKV-versicherten Frauen, die die Pille verordnet bekommen



Pille ade?

Immer mehr Frauen lehnen hormonelle Verhütungsmethoden ab. Das ergaben eine AOK-Analyse der GKV-Verordnungsdaten und eine Studie der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA). Sara Scharmanski, BZgA-Studienleiterin, über die Gründe, den Einfluss von Influencerinnen und das Sexualverhalten Jugendlicher.

Frau Dr. Scharmanski, nach einer Befragung der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) ist die Pillennutzung weiter rückläufig. Eine AOK-Analyse der GKV-Verordnungsdaten kommt zum selben Ergebnis.

Woraus resultiert dieser Trend?

Wir stellen fest, dass für viele Menschen hierzulande ein gesundheitsbewusster Lebensstil immer wichtiger wird. Das zeigt sich in vielen Bereichen, unter anderem beim Thema Verhütung. Die Studienergebnisse der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) zeigen, dass die Kriterien „Verträglichkeit“ und „explizite Ablehnung von Hormonen“ bei Verhütungsentscheidungen für immer mehr Menschen wichtig sind. 2011 waren diese Aspekte für 17 Prozent der Befragten relevant; 2023 waren es 33 Prozent.

Der BZgA-Studie zufolge bewerten vor allem Frauen zwischen 18 und 29 Jahren die Pille kritisch. Wie interpretieren Sie das Ergebnis?

Das Thema Gesundheit beschäftigt vor allem die jüngere Bevölkerung. Das zeigt sich schon seit einigen Jahren. In der repräsentativen BZgA-Studie „Jugendsexualität 9. Welle“ bewerteten Frauen bis 25 die Gesundheitsverträglichkeit der Pille deutlich schlechter als in der Erhebung aus dem Jahre 2015. Diese hormonkritische Einstellung übernehmen zunehmend auch ältere Jahrgänge – alleine schon wegen der demografischen Entwicklung.

Wie beurteilen die Befragten andere hormonelle Verhütungsformen? Hormonpflaster beispielsweise?

Verhütungsmittel wie Hormonstäbchen oder Hormonpflaster werden von maximal zwei Prozent der Bevölkerung eingesetzt. Kondom und die Pille sind nach wie vor die zentralen Verhütungsmittel in Deutschland. 38 Prozent nutzen die Pille, 53 Prozent Kondome. An Bedeutung gewonnen hat außerdem die Spirale,

besonders bei Frauen unter 30 Jahren. Während bei unserer vorletzten Befragung nur drei Prozent angaben, auf diese Methode zurückzugreifen, waren es aktuell 14 Prozent aller Befragten.

Ist die gestiegene Bedeutung von Kondomen ein Indiz dafür, dass sich die Geschlechter gleichermaßen um das Thema Verhütung kümmern?

Der Anteil von Paaren, bei denen sich beide dafür verantwortlich fühlen, steigt. Allerdings sagt ein großer Anteil der jungen Frauen noch immer: Ich muss mich alleine darum kümmern.

2023 erreichte die Zahl der Schwangerschaftsabbrüche mit 106.218 den höchsten Stand seit 2012. Sehen Sie einen Zusammenhang zwischen der sinkenden Beliebtheit hormoneller Verhütung und der steigenden Zahl an Schwangerschaftsabbrüchen?

Nein, eine Kausalität zwischen beiden Phänomenen können wir nicht feststellen.

Wir untersuchen seit vielen Jahren zusammen mit dem Sozialwissenschaftlichen Institut für Geschlechterfragen in Freiburg das Thema ungewollte Schwangerschaften. Deshalb können wir sehr klar sagen, dass Frauen vor allem aufgrund schwieriger Lebensumstände kein Kind bekommen möchten. Dazu zählen Probleme mit der Partnerschaft, beengte Wohnverhältnisse, finanzielle Sorgen oder Gewalt in der Partnerschaft.

Ein weiteres Ergebnis der BZgA-Untersuchung ist, dass sich 47 Prozent der Frauen im Internet über Verhütung informieren. Im Vergleich zu 2018 ein Plus von 18 Prozent. Wie beurteilen Sie diesen Trend?

Das ist eine gesellschaftliche Entwicklung, die unumkehrbar ist. Problematisch ist, dass im Internet auch jede Menge Falschinformationen

kursieren, nicht zuletzt beim Thema Verhütung. Wir haben zusammen mit der TU Ilmenau die Qualität von verhütungsbezogenen Gesundheitsinformationen auf Social Media analysiert – sie ist auf TikTok und Instagram schlecht, auf YouTube etwas besser.

Besonders junge Frauen folgen Influencerinnen, die eine hohe Glaubwürdigkeit genießen. Sehen Sie in deren individuellen Schilderungen von Verhütungserfahrungen die Gefahr, dass Verhütungsentscheidungen auf Wahrnehmungen Dritter statt auf wissenschaftlichen Grundlagen beruhen?

Richtig ist, dass manche Influencerinnen über hohe Reichweiten verfügen und deshalb zu Rollenmodellen ihrer Zielgruppe avancieren können. Übrigens orientieren sich zunehmend auch Erwachsene an solchen Vorbildern. Tatsächlich präsentieren manche Influencerinnen persönliche Verhütungserfahrungen als Wahrheiten. Dagegen helfen verständliche und evidenzbasierte Veröffentlichungen wie das BZgA-Onlineangebot familienplanung.de und unsere Social-Media-Kanäle.

Unsere Studien ergaben aber auch, dass Jugendliche das Internet durchaus differenziert nutzen. Sie folgen zwar Influencerinnen, sehen deren Videos, hören deren Botschaften, reflektieren aber die Glaubwürdigkeit von Internetquellen und Urhebern. In Befragungen von Jugendlichen stellten wir fest, dass offizielle Aufklärungs- und Beratungsseiten mit die höchste Reputation genießen.

Befragungen wie die Shell-Jugendstudie ergaben, dass die Themen Partnerschaft und Treue für heutige Jugendliche einen höheren Stellenwert besitzen als in früheren Generationen. Beobachten auch Sie diesen Wandel?

Ja, die Surveys der BZgA kommen zu ähnlichen Resultaten: Die heutige

junge Generation agiert sexuell zurückhaltender. Die Anzahl der Jugendlichen, die mit 16 ihr erstes Mal erlebt haben, ist in den vergangenen 15 Jahren sehr deutlich zurückgegangen.

Warum ist das so?

Oft fehlt der richtige Partner, die richtige Partnerin. Vielen Jugendlichen ist es nach eigenen Angaben wichtig, erst eine vertrauensvolle Beziehung einzugehen, bevor sie ins Sexuelle einsteigen.

Wertvorstellungen wie Stabilität und Geborgenheit haben an Bedeutung gewonnen.

Obwohl der Zugang zu Sexualität durch das Internet viel einfacher ist als vor 20 Jahren?

Das ist kein Widerspruch. Wie schon beim Thema Verhütung und Influencer gilt auch hier: Wir sollten der jungen Generation mehr vertrauen. Nur weil sie im Internet bestimmte Rollen und Modelle konsumieren, heißt das nicht, dass sie diese unreflektiert übernehmen.

Die bislang letzte BZgA-Repräsentativstudie zur Jugendsexualität stammt aus dem Jahr 2019. Ist eine Neuauflage geplant?

Ja. Wir starten gerade mit der zehnten Welle und befragen bundesweit und repräsentativ zwei Gruppen: 14- bis 17-Jährige und 18- bis 25-Jährige. Wir führen einerseits persönliche Interviews durch, andererseits können die jungen Menschen intimere Fragen am Laptop beantworten. Ergänzend werden wir auch wieder die Eltern der Jugendlichen befragen.

Frau Dr. Scharmanski, vielen Dank für das Gespräch!

Dr. Sara Scharmanski ist wissenschaftliche Referentin in der Abteilung Sexualaufklärung, Verhütung und Familienplanung in der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA).