

## Pressemitteilung

# Die Antibaby-Pille wird 65: Anteil risikoreicher Produkte in Schleswig-Holstein wieder geringfügig gestiegen

## Thema Verhütung nicht mehr alleinige Sache der Frauen

Kiel, 18. August 2025

Vor genau 65 Jahren, am 18. August 1960, kam die erste Pille zur Verhütung in den USA auf den Markt, in Deutschland war sie ein Jahr später erhältlich. Sie gilt seitdem als wirksamstes Verhütungsmittel. Dabei werden risikoärmere und risikoreiche Präparate unterschieden. Wie aus einer aktuellen Analyse des Wissenschaftlichen Instituts der AOK (WIdO) hervorgeht, werden risikoreiche Antibaby-Pillen von den Ärztinnen und Ärzten in Schleswig-Holstein wieder geringfügig häufiger verschrieben: Im Jahr 2024 waren es 47,1 Prozent, im Vorjahr betrug der Anteil 46,8 Prozent. In den letzten zehn Jahren ist jedoch der Verordnungsanteil der kombinierten oralen Verhütungsmittel mit einem höheren Risiko für die Bildung von Thrombosen und Embolien im Norden von 64,2 Prozent im Jahre 2015 auf 47,1 Prozent im Jahr 2024 gesunken. „Trotz der langfristig positiven Entwicklung ist dies immer noch ein Wert, der kritisch betrachtet werden muss. Dass andere Verhütungsmethoden an Bedeutung gewonnen haben und das Thema Verhütung nicht mehr alleinige Frauen-Sache ist, ist in diesem Zusammenhang positiv zu bewerten,“ sagt AOK-Vorstandsvorsitzender Tom Ackermann.

### **Größeres Bewusstsein beim Thema Verhütung**

Die Gründe für die Verstärkung dieser Entwicklung sieht Ackermann vor allem in der wachsenden Informiertheit und in einem größeren Bewusstsein der Mädchen und jungen Frauen um die Nachteile der klassischen Pille. „Gerade in den sozialen Medien wird thematisiert, dass eine hormonelle Verhütung auch Risiken hat“, so Ackermann. Die Wahl für ein Verhütungsmittel bleibe eine individuelle Entscheidung, die nur unter gründlicher Abwägung der Risiken und des Nutzens getroffen werden sollte. Dabei habe sich die Informationslage zu Risiken und Nebenwirkungen von hormoneller Verhütung stark verbessert und ausdifferenziert. Zudem würden Ärztinnen und Ärzte ihre Patientinnen auf Grundlage der medizinischen Vorerkrankungen und individuellen Lebensumstände beraten und über unterschiedliche Risiken, auch bezüglich Thrombosen oder Embolien, aufklären.

### **Andere Verhütungsmethoden haben an Bedeutung gewonnen**

Das Selbstverständnis der jüngeren Generation und ein größeres Selbstbewusstsein junger Frauen spielen ebenfalls eine Rolle. Verhütung ist nicht mehr alleinige Frauen-Sache. Befragungen zeigen, dass andere Verhütungsmethoden an Bedeutung gewonnen haben. So wird das Kondom gerade bei jungen Menschen als zweithäufigste Methode zur Empfängnisverhütung genutzt.

Und noch etwas könnte zu Veränderungen der Einnahme von Kontrazeptiva bei jungen Frauen beitragen: „Junge Menschen machen heute häufig erst später sexuelle Erfahrungen als noch vor zehn oder 20 Jahren. Das heißt, sie befassen sich auch später mit dem Thema“, so Ackermann.

### **Thrombosen und Embolien mit risikoärmeren Präparaten vorbeugen**

Je nach Wirkstoffen und deren Kombination wird in Ein-, Zwei- oder Dreiphasen-Präparate unterschieden. Kombinierte hormonale Verhütungsmittel (KOK) wie die Pille enthalten immer zwei Arten von Hormonen: Östrogene und Gestagene. In Bezug auf Schwangerschaftsverhütung sind sämtliche Gestagene gleich wirksam. Als risikoärmer gelten kombinierte orale Kontrazeptiva, die unter anderem die Gestagene Levonorgestrel, Norethisteron und Norgestimat enthalten.

Junge Frauen, die sich für die Verhütung mit der Pille entscheiden und erstmals ein orales Kontrazeptivum einnehmen, sollten sich von ihrem Arzt oder ihrer Ärztin über die Risiken und Symptome aufklären lassen und möglichst auf ein Präparat mit einem Gestagen der Risikoklasse Eins zurückgreifen. Grundsätzlich steige das Risiko für venöse thromboembolische Ereignisse vor allem im

ersten Jahr der Einnahme und bei bereits vorliegenden medizinischen Risikofaktoren. „Ein erhöhtes Risiko entsteht durch Rauchen und Übergewicht. Auch das familiäre Thrombosegeschehen sollte abgeklärt werden“, rät Ackermann.

Auch Frauen, die schon viele Jahre mit der Pille verhüten, sollten bei Anzeichen einer Thrombose oder Embolie sofort einen Arzt aufsuchen. Symptome für eine Thrombose können sein: Starke Schmerzen oder Schwellungen sowie ein merkliches Spannungs- oder Schweregefühl im Bein sowie eine bläulich-rote Verfärbung oder glänzende Haut. Typische Anzeichen einer Lungenembolie sind plötzlich auftretende Atemnot, atemunabhängiger Brustschmerz, Herzrasen oder unerklärlicher Husten.

Die Pille wird für gesetzlich krankenversicherte Mädchen und Frauen bis zum vollendeten 22. Lebensjahr von den Krankenkassen erstattet.

Weitere Infos zu Verhütungsmittel im Internet unter [aok.de](http://aok.de) in der Rubrik Leistungen von A bis Z.