

Verhütung, Sex und Psyche

Dr. Claudia Schumann & Elina Kisselenko



DGPF e.V.

Deutsche Gesellschaft für Psychosomatische
Frauenheilkunde und Geburtshilfe e.V.



Wirkung und Nebenwirkungen der hormonellen Kontrazeption

Befreiung oder Unterdrückung?



DGPFPG e.V.

Deutsche Gesellschaft für Psychosomatische
Frauenheilkunde und Geburtshilfe e.V.

Claudia Schumann Frauenärztin/Psychotherapie DGPFPG



Worauf kommt es an bei der Verhütung?

- **sicher?**
- **ungefährlich?** (körperlich und seelisch)
- **reversibel?**
- einfach anzuwenden/ stört nicht bei Sex?
anwenden bei Bedarf ?
- partnerschaftliche Verantwortung: geteilt?
- Kosten?

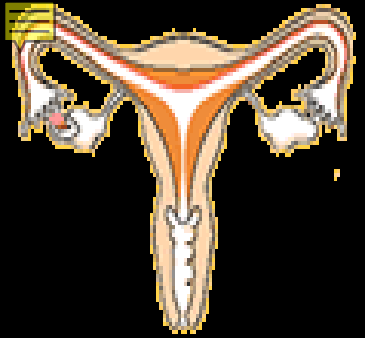


DGPF e.V.

Deutsche Gesellschaft für Psychosomatische
Frauenheilkunde und Geburtshilfe e.V.

Claudia Schumann Frauenärztin/Psychotherapie DGPF





Verhütungs-Wirkung der hormonellen Kontrazeption

- Hemmung der zyklischen Funktionsabläufe in den Eierstöcken ► **EI-SPRUNG wird VERHINDERT**

1. Kombinierte hormonelle Kontrazeption

= „Pille“, Pflaster, Vaginalring:

- Östrogen (Ethinylöstradiol 20/30 μ g) + Gestagen (unterschiedlich)

2. Reine Gestagenpräparate

- Minipille / 3-Monats-Spritze / Hormon-Implantat (*Implanon*®)

(Hormonspirale (*MIRENA*®, *KYLEENA*® (lokale Wirkung, geringere systemische Wirkung))



DGPF e.V.

Deutsche Gesellschaft für Psychosomatische
Frauenheilkunde und Geburtshilfe e.V.

Claudia Schumann Frauenärztin/Psychotherapie DGPF



Anwendung

- **Kombi-Pille / Pflaster/ Vaginalring:**
 - 3 Wochen Anwendung, 1 Woche Pause mit **Entzugsblutung**
 - „VERGESSEN“ häufig!
 - längere OH-Anwendung (ohne Pause): möglich + sinnvoll (Empfehlung aktuelle engl. Leitlinie: mehr Sicherheit!)
- **Minipille:** Daueranwendung – evtl. Zwischen -Bltg.
- **3-Monats-Spritze:** Hormondepot; evtl. Zwischen-Bltg.
- **Hormonspirale:** Einlage für 3-5 Jahre; Bltg. schwächer



DGPFPG e.V.

Deutsche Gesellschaft für Psychosomatische
Frauenheilkunde und Geburtshilfe e.V.

Claudia Schumann Frauenärztin/Psychotherapie DGPFPG





Haupt -Wirkungen

Befreiung:

von der Angst vor ungewollter Schwangerschaft

Unterdrückung:

des „zyklisches Geschehen“; „Pseudo-Blutung“




DGPF e.V.


Deutsche Gesellschaft für Psychosomatische
Frauenheilkunde und Geburtshilfe e.V.

Claudia Schumann Frauenärztin/Psychotherapie DGPF



Zusatz - Neben -Wirkungen

 Positiv: weniger Regelschmerzen, Blutung schwächer + „regelmäßig“, Haut besser; weniger PMS; Libido besser (Sex „ungestört“); Risikoreduktion für Eierstockkrebs & Gebärmutterkrebs

 Negativ: erhöhtes Thromboserisiko, Stimmungsschwankungen; depressive Verstimmungen; Gewicht? nachlassende Libido („verfügbar“); (leichte) Risikoerhöhung für Brustkrebs



DGPF e.V.

Deutsche Gesellschaft für Psychosomatische
Frauenheilkunde und Geburtshilfe e.V.

Claudia Schumann Frauenärztin/Psychotherapie DGPF





Pille ► Sex und Psyche: ??

viele Einflussfaktoren wie

- Körpergefühl („Fremdsteuerung“ / „Chemie“)
- Sicherheit: positiv oder negativ bewertet?
- Partnerschaft / Verantwortung

Studien-Design schwierig; Evidenz fraglich –
z.B. Studie aus Dänemark (Skovlund et al. 2017)

- Risikobewertung der EMA
- Warnhinweis „Suizid-Risiko“



DGPF e.V.

Deutsche Gesellschaft für Psychosomatische
Frauenheilkunde und Geburtshilfe e.V.

Claudia Schumann Frauenärztin/Psychotherapie DGPF



Frage:

Woran erkennt man eine Depression?



DGPF e.V.

Deutsche Gesellschaft für Psychosomatische
Frauenheilkunde und Geburtshilfe e.V.

Claudia Schumann Frauenärztin/Psychotherapie DGPF



Psychologische Aspekte in der Frauenheilkunde

Angststörung & Depression



Angststörungen

Lebenszeitprävalenz: 14-29%

Frauen : Männer → 2:1

- Panikstörung /Panikattacken
- Agoraphobie
- Soziale Angststörung
- Generalisierte Angststörung (GAS)
- spezifische Angststörung



Depression

Daten & Zahlen

Lebenszeitprävalenz: 16-20%

Frauen : Männer → 2:1

Frauen im Alter von 18-29 Jahren besonders betroffen mit 16,4% (2014; RKI)

Depression ICD 10

B Kriterium

- depressive Stimmungslage
- Interessenverlust/ Freudlosigkeit
- Antriebslosigkeit/Ermüdbarkeit

Depression ICD 10

C Kriterium

- Schlaf
- Appetit
- Suizidalität
- Konzentration / Gedächtnis
- Schuldgefühle / Selbstvorwürfe
- Selbstwertgefühl
- Innere Unruhe / Agitiertheit

Pille und Depression?

- aktuelle Befundlage:
 - korrelative Zusammenhänge zw. hormoneller Verhütung und Stimmungsschwankungen
 - unklare Zusammenhänge zw. hormoneller Verhütung und psychischen Erkrankungen (bspw. Depressionen + Suizidalität)

Frage:

Wie sieht das in der Praxis aus?

Beim Verschreiben der Pille – werden da psychische Symptome berücksichtigt?

Quellen

https://www.rki.de/DE/Content/Gesundheitsmonitoring/Gesundheitsberichterstattung/GBEDownloadsJ/FactSheets/JoHM_03_2017_Praevalenz_Depressive_Symptomatik.pdf?__blob=publicationFile

Burrows LJ, Basha M, Goldstein AT. (2012) The effects of hormonal contraceptives on female sexuality: a review. *J Sex Med*

Duke JM, Sibbritt DW, Young AF (2007) Is there an association between the use of oral contraception and depressive symptoms in young Australian women? *Contraception*.

O'Connell K, Davis AR, Kerns J. (2007) Oral contraceptives: side effects and depression in adolescent girls. *Contraception*.

Pastor Z, Holla K, Chmel R. (2013) The influence of combined oral contraceptives on female sexual desire: A systematic review. *The European Journal of Contraception and Reproductive health Care*

Skovlund, C. W., Mørch, L.S., & Kessing, L.V. (2016) Association of hormonal contraception with depression

Skovlund, C. W., Mørch, L. S., Kessing, L. V., Lange, T., & Lidegaard, Ø. (2017). Association of hormonal contraception with suicide attempts and suicides. *American journal of psychiatry*

