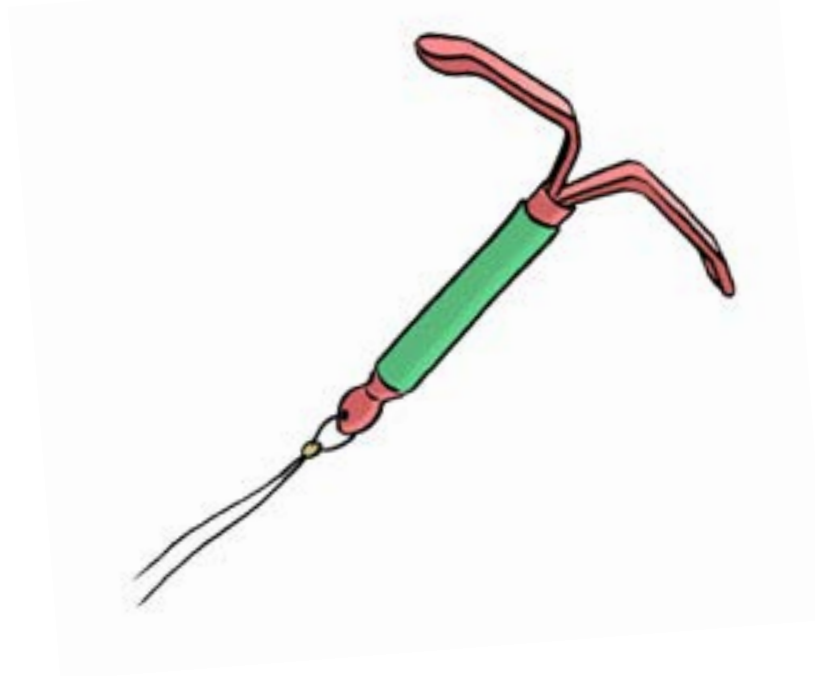




Die Hormon-Spirale

Ein Verhütungs-Mittel



**Informationen vom
Familien-Planungs-Zentrum**

Was ist eine Hormon-Spirale?

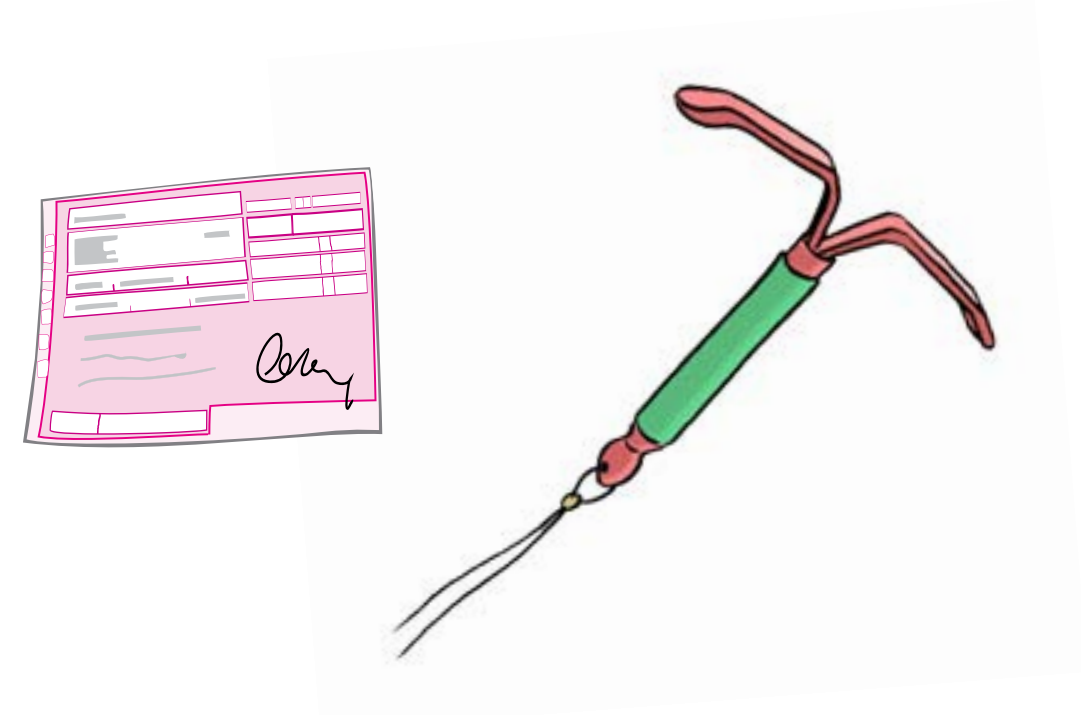
Die Hormon-Spirale ist ein **Verhütungs-Mittel** für die Frau.
Die Hormon-Spirale verhindert eine Schwangerschaft.
Sie werden beim Geschlechts-Verkehr **nicht schwanger**.
Sehr selten wird eine Frau trotzdem schwanger.
Die Hormon-Spirale ist ein kleines Plastik-Teil.
Die Hormon-Spirale sieht so ähnlich aus wie der Buchstabe **T**.
Die Hormon-Spirale ist etwa halb so groß wie ein Streichholz.
Die Hormon-Spirale liegt in der Gebä-Mutter.

Wie wirkt die Hormon-Spirale?

Die Hormon-Spirale enthält bestimmte **Hormone**.
Hormone sind Boten-Stoffe im Körper.
Das heißt: Hormone transportieren Informationen durch den Körper.
Bestimmte Hormone verhindern eine Schwangerschaft.
Die Spermien vom Mann kommen nicht in die Gebä-Mutter.
Deshalb kann die Frau nicht schwanger werden.

Wo bekomme ich die Hormon-Spirale?

Sie brauchen ein Rezept für die Hormon-Spirale.
Sie bekommen das Rezept von Ihrer Frauen-Ärztin.
Die Frauen-Ärztin erklärt Ihnen alles.
Sie können alle Fragen stellen.



Wie wird die Hormon-Spirale angewendet?

Die Frauen-Ärztin setzt die Hormon-Spirale ein.

Die Hormon-Spirale kommt in die Gebärmutter.

Das geht am besten während der Regel-Blutung.

Das dauert etwa 5 Minuten.

Die Hormon-Spirale verhindert ab jetzt die Schwangerschaft.

Das Einsetzen von der Hormon-Spirale kann etwas wehtun.

Das kann so ähnlich sein wie bei der Regel-Blutung.

Sie können eine kleine Betäubung bekommen.

Die Hormon-Spirale kann 3 bis 6 Jahre im Körper bleiben.

Sie können nicht schwanger werden.

Nach einem Monat gehen Sie zur Kontrolle zur Frauen-Ärztin.

Die Frauen-Ärztin kontrolliert die Spirale danach jedes halbe Jahr.



Das sind die Vorteile

- Die Hormon-Spirale verhindert sicher eine Schwangerschaft.
- Die Frau muss nur noch selten an die Verhütung denken.
- Die Regel-Blutung ist oft schwächer.
- Viele Frauen haben gar keine Regel-Blutung mehr.
- Viele Frauen haben weniger Schmerzen bei ihrer Regel-Blutung.
- In der Hormon-Spirale sind nur wenige Hormone.





Das sind die Nachteile

- Die Regel-Blutung kann sich verändern.
- Die Regel-Blutung ist am Anfang oft nicht regelmäßig.
- Selten verrutscht die Spirale in der Gebärmutter. Oder die Spirale rutscht heraus aus der Gebärmutter. Dann kann die Frau schwanger werden.
- Manchmal kann es eine Entzündung in der Gebärmutter geben. Die Frau hat Bauchschmerzen und manchmal Fieber. Dann muss die Frau zur Frauen-Ärztin gehen.
- Manche Frauen bekommen Pickel.
- Der Frau kann übel und schwindelig werden.
- Die Frau kann Kopfschmerzen bekommen oder die Brust tut weh.
- Die Frau kann sich plötzlich traurig fühlen.
- Die Frau kann weniger Lust auf Sex haben.



Vielleicht merken Sie Nachteile.

Dann sprechen Sie am besten mit Ihrer Frauen-Ärztin.

Möchten Sie schwanger werden?

Die Frauen-Ärztin kann die Spirale zu jeder Zeit entfernen. Sie können dann bald schwanger werden.



Wir sind für Sie da!

- Haben Sie ein Problem mit dem Verhütungs-Mittel?
- Haben Sie Angst schwanger zu sein?
- Haben Sie eine Frage?

Rufen Sie uns an.

Wir hören zu.

Wir helfen Ihnen weiter.

Wir haben Schweige-Pflicht.

Das bedeutet: Wir erzählen nichts weiter.



© European Easy-to-Read Logo: Inclusion Europe. More information at www.inclusion-europe.eu/easy-to-read; Bilder: © Reinhild Kassing; © Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung Bremen e.V., Illustrator Stefan Albers: Hormonspirale S.1, 3); Übersetzung/Prüfgruppe Leichte Sprache: Anja Teufel inklusiv, Prüfer*innen: Kira Jacobsen, Frank Belling; Gestaltung: Studio Amo; Herausgeberin: Familienplanungszentrum e.V., Hamburg 2022.

So erreichen Sie uns

Familien-Planungs-Zentrum

Bei der Johanniskirche 20
22767 Hamburg

Sie können uns anrufen

Telefon: 0 40 – 43 92 82 2

Zeiten:

Montag: 10-13 Uhr

Mittwoch bis Freitag: 10-13 Uhr

Dienstag: 16-18 Uhr

Donnerstag: 16-18 Uhr



Sie können uns eine E-Mail schreiben

E-Mail: fpz@familienplanungszentrum.de

Unsere Internet-Seite in Leichter Sprache:

www.fpz-leichte-sprache.de

Oder in schwerer Sprache:

www.familienplanungszentrum.de

