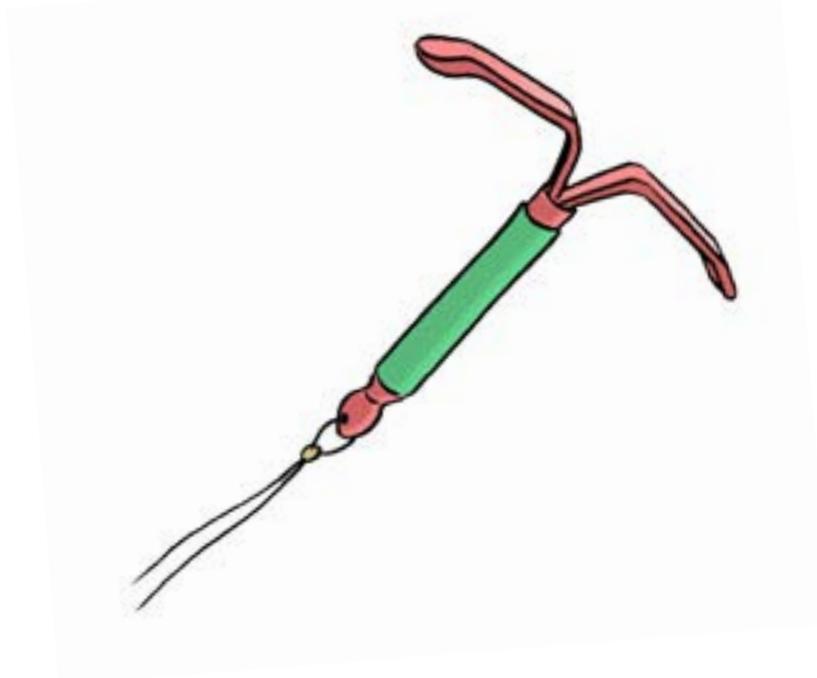




Die Hormon-Spirale

Ein Verhütungs-Mittel



**Informationen vom
Familien-Planungs-Zentrum**

Was ist eine Hormon-Spirale?

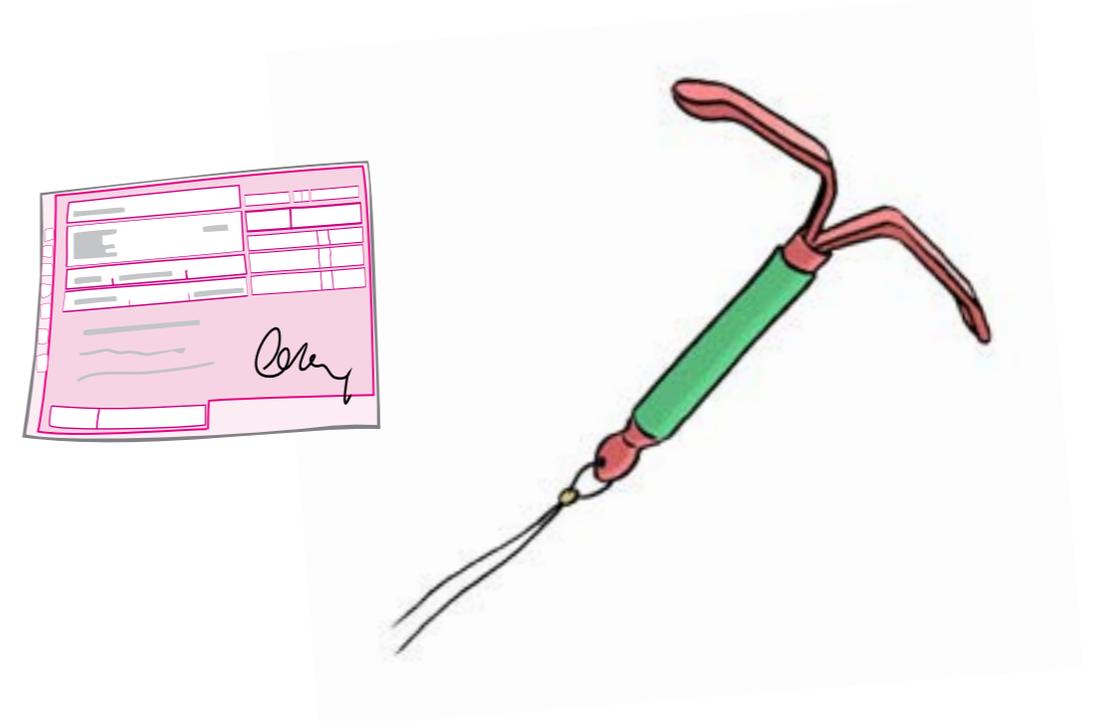
Die Hormon-Spirale ist ein **Verhütungs-Mittel** für die Frau.
Die Hormon-Spirale verhindert eine Schwangerschaft.
Sie werden beim Geschlechts-Verkehr **nicht schwanger**.
Sehr selten wird eine Frau trotzdem schwanger.
Die Hormon-Spirale ist ein kleines Plastik-Teil.
Die Hormon-Spirale sieht so ähnlich 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 Frauenärztin 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 Frauenärztin.

Möchten Sie schwanger werden?

Die Frauenärztin kann die Spirale zu jeder Zeit entfernen. Sie können dann bald schwanger werden.



Wir sind für Sie da!

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

Rufen Sie uns an.

Wir hören zu.

Wir helfen Ihnen weiter.

Wir haben Schweigepflicht.

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

