

EMPFÄNGNISVERHÜTUNG

Befreiung der Frau

Die Antibabypille feiert heuer ihr 60-Jahr-Jubiläum; jede vierte 15- bis 49-Jährige Frau in der Schweiz schützt sich mit der «Pille» vor einer Schwangerschaft.

VON ANDRÉ JABERG
Die Menschen versuchten viele Jahrhunderte lang, die Natur zu überlisten, um eine (unerwünschte) Schwangerschaft zu verhindern. Eine Koryphäe darin muss der 354 nach Christus geborene heilige Augustinus gewesen sein. Als er 19 Jahre alt war, gebar ihm Floria einen Sohn. Das Paar hatte danach keine Kinder mehr. Augustinus scheint sich gut mit Verhütung ausgekannt zu haben, vor allem mit dem «coitus interruptus». Den Geschlechtsverkehr zu unterbrechen, war wohl eine der frühesten und einfachsten Verhütungsmethoden. Als Augustinus Vater wurde, sollte es bis zur Einführung der Antibabypille 1960 noch 1587 Jahre dauern.

Thrombose. Mit der Einführung der Antibabypille vor 60 Jahren begann damals die sogenannte Befreiung der Frauen. Während Jahrzehnten wurde die «Pille» mehr oder weniger sorglos eingenommen. Auch wenn die Frauen in den letzten Jahren diesbezüglich skeptischer geworden sind, nimmt immer noch jede vierte 15- bis 19-Jährige Frau die «Pille». Wie fast jedes Medikament hat auch die Antibabypille Nebenwirkungen.

gen. Apotheker Hanspeter Zingg von der Apotheke 55 in Biel: «Besonders die jüngeren Pillen der dritten und vierten Generation erhöhen das Thrombose-Risiko.»

Mit dem Alter nimmt jedoch der Einsatz hormoneller Methoden (also beispielsweise der Pille) ab, das trifft auch auf das Kondom zu. Ab 45 Jahren setzen Frauen auch weniger die Spirale zur Verhütung ein. Dafür nimmt mit steigendem Alter der Anteil Personen zu, die sich sterilisieren lassen. Gemäss dem Bundesamt für Statistik respektive dem Verhütungsbericht ist die Häufigkeit der Verhütung in der Schweiz im internationalen Vergleich hoch, besonders bei der jüngeren Bevölkerung. «Die Pille ist immer noch eines der sichersten Verhütungsmittel», hält Hanspeter Zingg fest.

Trotz Sensibilisierung – auch Frauen mit einem erhöhten Risiko zu Komplikationen verwenden die «Pille»: 20 Prozent der Frauen mit Übergewicht, hohem Blutdruck oder Herz-Kreislaufkrankungen sowie drei von zehn Raucherinnen. «Diese Frauen sollten eine Alternative zur hormonellen Verhütung erwägen», erklärt Hanspeter Zingg. Sowohl Apotheker wie Ärztinnen sind verpflichtet, Frauen über gesundheitliche Risiken bei der Verwendung der «Pille» aufzuklären. Sie müssen auch darauf hinweisen, dass die Einnahme zusätzlicher Medikamente die hormonelle Verhütung beeinträchtigen kann.

Vergleich. Jüngere Altersgruppen verhüten deutlich häufiger als ältere. Wer in der italienischsprachigen Schweiz lebt, verhütet seltener als Personen in der Deutsch- und in der Westschweiz. Und Ausländerinnen verhüten seltener im Vergleich zu Schweizerinnen, wie auch Paare ohne Kinder im Vergleich zu jenen mit Kindern.

Die Tendenz bei der Einnahme der «Pille» zeigt bei 25- bis 29-jährigen eher nach unten, bei der jüngsten Altersgruppe hingegen eher nach oben. Neben der «Pille» und dem Kondom gibt es weitere Verhütungsmethoden: beispielsweise Hormonpflaster (4,5 mal 4,5 Zentimeter grosses Pflaster, das Hormone enthält und diese langsam durch die Haut abgibt), Implanon (Hormonstäbchen aus Kunststoff, das unter die Haut am Oberarm eingepflanzt wird), Nuva Ring (Vaginalring, der während drei Wochen die Hormone direkt in die Scheide abgibt), Spirale (wird in die Gebärmutter eingesetzt), Diaphragma (Gummikappe, die über den Muttermund gestülpt wird und verhindert, dass Samen in die Gebärmutter eindringen) und die Dreimonatsspritze (Hormonspritze).

Augustinus und seine Floria hatten weder diese Auswahl noch die «Pille danach» (siehe «Der Rat» unten) – trotzdem bekamen sie keine Kinder mehr.



Die Antibabypille feiert heuer ihr 60-Jahr-Jubiläum.

En Suisse, une femme sur quatre de 15 à 49 ans utilise la pilule contraceptive.

CONTRACEPTION

Libération de la femme

La pilule contraceptive fête cette année son 60^e anniversaire. En Suisse, une femme sur quatre de 15 à 49 ans se protège contre une grossesse au moyen de la «pilule».

PAR ANDRÉ JABERG

Pendant nombre de siècles, nos ancêtres ont essayé de déjouer la nature pour prévenir les grossesses (non désirées). L'un des coryphées du domaine est Saint Augustin, né en 354 après J.-C. Alors qu'il avait 19 ans, Floria lui a donné un fils. Ensuite, le couple n'a plus eu d'enfants. Augustin semble avoir été un expert en contraception, en particulier en «coitus interruptus». L'interruption des rapports sexuels est probablement l'une des méthodes de contraception les plus anciennes et les plus simples. Après qu'Augustin soit devenu père, il a fallu attendre exactement 1587 ans pour que la pilule contraceptive soit lancée, en 1960.

Thrombose. Avec l'introduction de la pilule contraceptive il y a 60 ans, la période dite de libération de la femme a débuté. Pendant des décennies, la «pilule» a été prise de manière plus ou moins insouciance. Même si les femmes sont devenues plus sceptiques à ce sujet ces dernières années, une femme sur quatre de 15 à 19 ans prend toujours la «pilule». Comme presque tous les médicaments, la pilule contraceptive a aussi des effets secondaires. Hanspeter Zingg, pharmacien à la Pharmacie 55 de Biemme: «Les

pilules récentes, de troisième et quatrième génération, augmentent le risque de thrombose.»

Cependant, l'utilisation de méthodes hormonales (dont la pilule) diminue avec l'âge, et cela vaut également pour le préservatif. À partir de 45 ans, les femmes recourent également moins au stérilet. Par contre, la proportion de personnes qui se font stériliser augmente avec l'âge. Selon l'Office fédéral de la statistique et son rapport sur la contraception, la fréquence de la contraception en Suisse est élevée en comparaison internationale, surtout parmi la population jeune. En Suisse, une femme sur quatre de 15 à 49 ans utilise la pilule contraceptive: «C'est toujours l'un des moyens de contraception les plus sûrs», déclare Hanspeter Zingg.

Malgré une sensibilisation, les femmes présentant un risque accru de complications utilisent également la «pilule»: 20% souffrent d'obésité, d'hypertension ou de maladies cardiovasculaires, et trois sur dix sont fumeuses. «Ces femmes devraient envisager une alternative à la contraception hormonale», explique Hanspeter Zingg. Les pharmaciens et les médecins sont tenus d'informer les femmes des risques pour la santé liés à l'utilisation de la «pilule». Ils doivent

également les informer que la prise concomitante d'autres médicaments peut perturber la contraception hormonale.

Comparaison. Les groupes d'âge les plus jeunes recourent beaucoup plus souvent à la contraception que les plus âgés. Les personnes vivant au Tessin l'utilisent moins fréquemment que celles vivant en Suisse alémanique et en Suisse romande. Et les femmes étrangères l'utilisent moins que les Suissesses, tout comme les couples sans enfants que ceux avec enfants.

La tendance à l'utilisation de la «pilule» est à la baisse dans la tranche d'âge des 25 à 29 ans et à la hausse parmi les plus jeunes. Outre la «pilule» et le préservatif, il existe d'autres méthodes contraceptives: par exemple, les patchs hormonaux (patchs de 4,5 x 4,5 centimètres qui contiennent des hormones et les libèrent lentement à travers la peau), les implants (bâtonnets en plastique contenant des hormones, implantés sous la peau sur la partie supérieure du bras), le Nuva Ring (anneau vaginal, qui libère les hormones directement dans le vagin pendant trois semaines, le stérilet (inséré dans l'utérus), le diaphragme (capuchon en caoutchouc qui est placé sur le col de l'utérus et empêche le sperme de pénétrer dans l'utérus) et l'injection de trois mois (injection d'hormones).

Saint Augustin et Floria n'avaient ni ce choix, ni la «pilule du lendemain» (voir «Le conseil» ci-dessous) et pourtant ils n'ont pas eu d'autres enfants.

DER RAT LE CONSEIL

Hanspeter Zingg, Apotheke/Pharmacie 55, Biel/Bienne



PHOTO: JOEL SCHWEIZER

«Betroffene können die sogenannte Pille danach einnehmen, wenn sie ungeschützten Geschlechtsverkehr hatten oder beim Versagen der Verhütung. Die «Pille danach» verzögert den Eisprung und verhindert so die Befruchtung. Die Pille – sie ist nur für den Notfall vorgesehen – sollte so schnell wie möglich nach dem Geschlechtsverkehr eingenommen werden. Je früher das Medikament eingenommen wird, desto wirksamer ist es. Zu den häufigsten Nebenwirkungen gehören Kopfschmerzen, Bauch- und Unterleibsschmerzen, Übelkeit sowie Regelblutungsstörungen. Die «Pille danach» hat auf eine bereits bestehende Schwangerschaft keinen Einfluss.»

«Les femmes peuvent prendre la pilule dite du lendemain si elles eu des rapports sexuels non protégés ou en cas d'échec de la contraception. La «pilule du lendemain» retarde l'ovulation et empêche ainsi la fécondation. Cette pilule, destinée aux cas d'urgence, doit être prise le plus tôt possible après le rapport sexuel. Plus elle est prise rapidement, plus elle est efficace. Ses effets secondaires les plus fréquents sont des maux de tête, des douleurs au niveau du ventre et du bassin, des nausées et des troubles menstruels. La pilule du lendemain n'a aucun effet sur une grossesse existante.»



Ihre Apotheke - die erste Anlaufstelle für Gesundheitsfragen von A bis Z.

Votre pharmacie – le premier point de repère pour toute question de santé.

NEWS

Die Delegierten des Schweizerischen Apothekerverbands Pharmasuisse haben ihre neuen Vorstandsmitglieder gewählt. Bei der Wahl des Präsidiums setzte sich die Freiburgerin Martine Ruggli-Ducrot gegen den amtierenden Präsidenten Fabian Vaucher durch. Martine Ruggli-Ducrot ist somit oberste Apothekerin der Schweiz. Sie schreibt nicht zum ersten Mal Geschichte. Mit Ruggli-Ducrot präsidierte von 2014 bis 2017 erstmals ein Mitglied des Apotheker-Berufsstands die eidgenössische Arzneimittelkommission. Auf Martine Ruggli-Ducrot wartet eine herausfordernde Zeit.

Les délégués de la Société suisse des pharmaciens pharmaSuisse ont élu les membres de leur nouveau comité. Ils ont porté à la présidence la Fribourgeoise Martine Ruggli-Ducrot, candidate contre le président sortant Fabian Vaucher. Martine Ruggli-Ducrot devient ainsi la première pharmacienne de Suisse. Ce n'est pas la première fois qu'elle écrit l'histoire. De 2014 à 2017, elle a également été la première représentante de la profession à présider la Commission fédérale des médicaments. De nombreux défis l'attendent dans sa nouvelle fonction.

REGIO PHARM PLUS

UNSERE KUNDENKARTE
Treue Kunden werden bei uns belohnt. Bei jedem Einkauf ab 20 Franken oder beim Bezug von rezeptpflichtigen Medikamenten schenken wir Ihnen einen RegioPharm Treuepunkt. Bereits mit 10 gesammelten Punkten ist Ihre Kundenkarte beim nächsten Einkauf 5 Franken wert. Oder Sie lassen sich dafür gratis Ihren Blutdruck messen.

CARTE CLIENT
Chez nous, les clients fidèles sont récompensés. Lors de chaque achat d'un montant de 20 francs et plus, ou lors du retrait de médicaments sur ordonnance, nous vous offrons un point de fidélité RegioPharm. Après avoir collecté 10 points, votre carte vaut déjà 5 francs lors d'un prochain achat. Ou vous permet de vous faire gratuitement mesurer la pression.

www.regiopharm.ch

PLUS

**IHRE REGIOPHARM APOTHEKEN
VOS PHARMACIES REGIOPHARM**

BIEL / BIENNE	
Apotheke 55 Zingg Hanspeter	Bahnhofstrasse 55 032 322 55 00
Battenberg Apotheke Durtschi Peter	Mettstrasse 144 032 341 55 30
Apotheke Dr. Hysek Dr. Hysek Cédric	Bözingenstr. 162 032 345 22 22
Pharmacie Dufour Boillat Yves	Rue Dufour 89 032 342 46 56
NIDAU	
Schloss Apotheke Nidau Favre Karin	Hauptstrasse 30 032 331 93 42
LYSS	
Apotheke Lyssbach Kummer Anne	Steinweg 26 032 384 54 54
Bahnhof-Apotheke Lyss Daniela Friedli (Verwaltung)	Bahnhofstrasse 6 032 384 13 70
RECONVILIER	
Pharmacie Bichsel Bichsel Bernard	Rte de Tavannes 1 032 481 25 12