

# So schnell wie möglich!

Diana und Dajana arbeiten in derselben Apotheke. Wenn es um schwierige Beratungsthemen geht, besprechen sie sich gerne, denn gemeinsam finden sie immer das passende Produkt und die richtigen Worte. Dieses Mal geht es um die **Pille Danach**.



© Apotheke zum Löwen, Offenbach

**Diana Walther**  
Apotheke zum Löwen Offenbach

Diana: Sag mal Dajana, du hast gerade eine Kundin zur Pille Danach beraten, richtig? Bei dem Thema fühle ich mich immer total unsicher. Als ich in der PTA-Schule war, wurde die Pille Danach noch nicht behandelt. Ich wüsste gar nicht, wie man mit dieser besonderen Beratungssituation am besten umgeht.

Dajana: Das kann ich verstehen, aber ich finde das Thema sehr wichtig. Und ich kann mir sehr gut vorstellen, wie den Frauen zu-

mute ist, die eine Verhütungspanne hatten. Da ist einerseits die Angst vor einer ungewollten Schwangerschaft und dann befürchten sie andererseits auch noch ein peinliches Gespräch in der Apotheke. Dabei kann das ja nun wirklich jedem passieren. Wie schnell hat man mal die Einnahme einer Pille vergessen. Oder das Kondom ist verrutscht.

**Ja eben, aber trotzdem ist der Kauf der Pille Danach für viele Frauen unangenehm, weil sie fürchten mit erhobenem Zeigefinger belehrt zu werden.**

Das würde ich nie tun. Eigentlich sind die Frauen, die dann möglichst schnell in die Apotheke kommen, ja besonders verantwortungsbewusst.

**Finde ich auch. Deswegen versuche ich immer, der Kundin ohne Vorurteile zu begegnen. Es nützt niemandem, wenn die Schwelle, in die Apotheke zu gehen, unnötig hoch ist. Dann vergeht nur kostbare Zeit. Am besten gehst du mit der Kundin in unsere Beratungsecke. Da ist es ruhig**

und keiner hört mit. Einfühlsamkeit und Verständnis für die Situation sind meiner Meinung nach die richtige Reaktion. Es hilft auch, der Kundin zu erklären, dass du ihr einige Fragen stellen musst, um das richtige Produkt zu empfehlen.

Ja, du hast Recht. Aber dafür muss ich mich erst nochmal in das Thema einarbeiten. Wie war das zum Beispiel mit dem Eisprung? Muss man die Kundin danach fragen? Wenn er schon vorbei ist, nützt ein Notfallkontrazeptivum doch auch nichts mehr.

**Das mit dem Eisprung ist ganz einfach. Laut einer Studie haben tatsächlich nur 12 Prozent der Frauen ihren Eisprung an Tag 14 des Zyklus. Er variiert sehr und ist quasi nicht vorhersehbar. Weder die Kundin noch wir können genau sagen, ob ihr Eisprung schon stattgefunden hat oder nicht. Die Pille Danach sollte deswegen zu jeder Zeit im Zyklus empfohlen werden. Und wusstest du eigentlich, dass die zwei Tage vor dem Eisprung,**



© Apotheke zum Löwen, Offenbach

**Dajana Hamilton**  
Apotheke zum Löwen Offenbach

**wenn der LH-Anstieg beginnt, die fruchtbarsten Tage mit dem höchsten Schwangerschaftsrisiko sind?**

Das war mir nicht bewusst. Aber gut zu wissen! Und welche Wirkstoffe gibt es nochmal und worin liegt der Unterschied?

**Es gibt den Wirkstoff Uli-  
pristalacetat, welcher in  
ellaOne® verwendet wird  
oder den Wirkstoff Levo-  
norgestrel, der zum Beispiel  
in PiDaNa® verwendet wird.**

Beide verschieben den Eisprung um mindestens fünf Tage, um das Zusammenreffen befruchtungsfähiger Spermien und Eizelle zu verhindern. Levonorgestrel kann bis zu drei Tage nach der Verhütungspanne eingenommen werden, Ulipristalacetat bis zu fünf Tage danach. Aber der entscheidendere Unterschied liegt im Wirkfenster. Nur ellaOne® mit Ulipristalacetat wirkt noch, wenn der LH-Anstieg begonnen hat und bis kurz vor dem Eisprung. Levonorgestrelhaltige Präparate wirken dann nicht mehr. Und wir haben ja gerade darüber gesprochen, dass der Eisprung und damit auch der beginnende LH-Anstieg nicht vorhersagbar sind. Aus diesem Grund empfehle ich in der Regel ellaOne®.

Ok, das habe ich verstanden. Aber soll man nicht trotzdem nach der letzten Periode fragen?

Ja, man fragt nach der letzten Periode. Aber nur um eine bereits bestehende Schwangerschaft auszuschließen. Dann bräuchte die Kundin die Pille Danach ja nicht zu nehmen. Wenn sie sie jedoch nimmt und unwissentlich schwanger ist, dann führt die Ein-

nahme nicht zum Abbruch einer bestehenden Schwangerschaft.

Na klar, das macht natürlich Sinn. Du sagtest vorhin, dass du in der Regel ellaOne® empfiehlst, weil es noch bis kurz vor dem Eisprung wirkt. Gibt es auch Situationen, in denen du stattdessen PiDaNa® empfehlen würdest?

Ja, es gibt Fälle, in denen wir eine levonorgestrelhaltige Pille Danach empfehlen sollten. Und in wenigen Ausnahmefällen sollten wir der Kundin sogar empfehlen, sich an ihren Arzt zu wenden. Deshalb ist das Beratungsgespräch so wichtig.

Oh, gut, dass du das sagst. Aber wie merkst du dir alle Fragen, die du der Kundin stellen musst, um die richtige Produktentscheidung zu treffen?

Die Fragen musst du nicht auswendig kennen. Ich gehe im Gespräch eine Checkliste mit der Kundin durch. Diese habe ich auf [www.ellaOne.de](http://www.ellaOne.de) heruntergeladen. Die Checkliste liegt auch in der Beratungsecke bereit.

Super, dann sind wir ja immer vorbereitet. Welche Themen werden denn in der Checkliste behandelt?

Zum einen fragst du die Kundin, ob sie in den letzten vier Wochen Medikamente eingenommen hat oder aktuell welche einnimmt. Außerdem fragst du sie nach bestehenden Grunderkrankungen, wie zum Beispiel Leberfunktionsstörungen oder Thrombose. So kannst du abklären, welcher Wirkstoff für sie der Richtige ist. In der Checkliste ist genau erklärt, was in welchem Fall zu beachten ist, da kannst du nichts falsch machen.

Und wie ist es, wenn die Kundin zurzeit stillt?

Dann müsste sie eine Stillpause einlegen, also die Milch abpumpen und verworfen. Bei ellaOne® beträgt die Stillpause eine Woche, bei PiDaNa® acht Stunden. Schau dir einfach mal die Checkliste an. Sie vereinfacht die Beratung deutlich. In unserem Beratungskit zur Pille Danach ist auch ein Informationsblatt zum Abreißen mit den wichtigsten Anwendungshinweisen für die Kundin. Das Abreißblatt können wir ihr auch mitgeben. Da steht zum Beispiel, dass sie die Pille Danach erneut einnehmen sollte, wenn sie sich innerhalb von drei

Stunden nach der ersten Einnahme erbricht oder eine weitere Verhütungspanne hat.

Ich würde der Kundin auch anbieten, die Pille Danach direkt in der Apotheke einzunehmen. Schließlich sollte sie so schnell wie möglich genommen werden. Muss ich das Ganze eigentlich dokumentieren? Ich habe mitbekommen, dass manche Apotheken das machen.

Rechtlich gesehen, ist die Pille Danach ein ganz normales OTC-Arzneimittel. Da muss nichts dokumentiert werden.

Ach so, ok. Jetzt kommt mir die Beratung doch nicht mehr so schwierig vor. Ich weiß gar nicht, warum ich davor Bedenken hatte. Danke für deine Tipps! ■

*Den Dialog begleitete  
Sabine Breuer,  
Apothekerin/Chefredaktion*

**ellaOne® 30 mg Filtablette. Zusammensetzung:** 30 mg Ulipristalacetat, **weil. Bestandteile:** Lactose-Monohydrat, Povidon, Croscarmellose-Natrium, Magnesiumstearat, Polyvinylalkohol (E1203), Macrogol (E1521), Talk (E553b), Titandioxid (E171), Polysorbat 80 (E433), Eisen(III)-hydroxidoxid x H<sub>2</sub>O (E172), Muscovit (E555). **Anwendungsgebiet:** Notfallverhütung schnellstmöglich innerhalb von höchstens 120 Stunden (5 Tagen) nach ungeschütztem Geschlechtsverkehr bzw. im Fall des Versagens einer Kontrazeptionsmethode einnehmen. **Gegenanzeige:** Überempfindlichkeit gegen den Wirkstoff oder einen der sonstigen Bestandteile. **Nebenwirkungen:** Häufig: Übelkeit, abdominale (Bauch-)Schmerzen oder Unwohlsein in der Bauchgegend, Erbrechen, Menstruationsschmerzen, Unterleibsschmerzen, Spannungsgefühl in der Brust, Kopfschmerzen, Schwindelgefühl, Stimmungsschwankungen, Muskel-/Rückenschmerzen, Müdigkeit. Gelegentlich: Diarrhö, Sodbrennen, Blähungen, Mundtrockenheit, abnorme oder unregelmäßige Vaginalblutungen, starke/verlängerte Perioden, prämenstruelles Syndrom, Vaginalentzündung oder Ausfluss, abgeschwächte oder verstärkte Libido, Hitzewallungen, wechselndes Hungergefühl, Stimmungsschwankungen, Angst, allgemeine körperliche Unruhe, Schlafstörungen, Schläfrigkeit, Migräne, Sehstörungen, Influenza, Akne, Hautausschlag, Juckreiz, Fieber, Schüttelfrost, Krankheitsfähigkeit. Selten: Schmerzen oder Juckreiz im Genitalbereich, Schmerzen beim Geschlechtsverkehr, Ablösen einer Ovarzyste, ungewöhnlich leichte Periode, Konzentrationsverlust, Schwindel, Zittern, Verwirrung, Ohnmachtsanfälle, ungewöhnliches Gefühl in den Augen, rotes Auge, Lichtempfindlichkeit, trockener Hals, Beeinträchtigung des Geschmackssinns, Nesselausschlag, Durstgefühl. **Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen für die Anwendung:** So bald wie möglich nach dem ungeschützten Geschlechtsverkehr einnehmen. Beachten Sie die bereitgestellten Informationen zur möglicherweise verringerten Wirksamkeit bei gleichzeitiger Anwendung bestimmter Arzneimittel. Für alle Frauen im gebärfähigen Alter geeignet, auch für Jugendliche. Nicht für die regelmäßige Empfängnisverhütung. Nicht wirksam bei einer bereits bestehenden Schwangerschaft. Nicht in allen Fällen wirksam. Verschiebt den Eisprung. **Apothekenpflichtig. Pharmazeutischer Unternehmer:** Laboratoire HRA Pharma, F-92320 Châtillon. <http://www.hra-pharma.com> **Stand:** 11/2018.