

**VERHÜTUNG**

# Wie gefährlich ist die Hormonspirale?



**Immer mehr Frauen klagen über psychische Erkrankungen als Nebenwirkung der Hormonspirale**

Foto: visivasnc - Fotolia

Artikel von: **ANNA**

**STEINBACH** veröffentlicht

am

**03.07.2017 - 18:00**

**Uhr**

**Immer mehr Frauen klagen über psychische Nebenwirkungen der Hormonspirale.**

**Deren Wirkstoff, das Hormon Levonorgestrel, soll angeblich Schlafstörungen,**

**Unruhe, Panikattacken und Angstzustände hervorrufen.**

Zwar ist bekannt (und im Beipackzettel erwähnt), dass die Hormonabgabe zu depressiven Stimmungen führen kann. Ob aber ein Zusammenhang mit gravierenderen psychiatrischen Erkrankungen besteht und entsprechend ausgewiesen werden muss, wird derzeit vom Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) und der Europäischen Arzneimittelagentur (EMA) geprüft.

### **BILD erklärt, was Sie zur Hormonspirale wissen sollten.**



**Die Hormonspirale wird in der Gebärmutter eingesetzt. Sie gibt Hormone ab, die eine Schwangerschaft für fünf (bzw. drei) Jahre verhindern**

Foto: Your\_Photo\_Today

## **Wie wirken Hormonspiralen?**

Die Spirale ist ein T-förmiges Kunststoffteil, das das Hormon Levenorgestrel enthält. Dieses Gestagen (künstliches Gelbkörperhormon) wird aus der Spirale kontinuierlich an die Gebärmutter abgegeben.

**Es sorgt dafür...**

- ... dass sich der Zervixschleim am Gebärmutterhals verdickt, was es den Spermien erschwert, in die Gebärmutter einzudringen.
- ... dass sich der Aufbau der Gebärmutterschleimhaut reduziert. Sollte es trotz allem zu einer Befruchtung kommen, kann sich die befruchtete Eizelle nicht einnisten.
- ... dass Spermien, die dennoch in die Gebärmutter gelangen, in ihrer Funktion und Beweglichkeit gehemmt werden.

Einmal eingelegt verhütet die Spirale für fünf Jahre (Mirena, Kyleena) bzw. drei Jahre (Jaydess). Bei Kinderwunsch kann sie jederzeit auch früher entfernt werden.

## Welche psychischen Nebenwirkungen sind möglich?

**Unter dem Punkt „psychiatrische Nebenwirkungen“ führen die Beipackzettel der gängigsten Hormonspiralen (Mirena, Jaydess und Kyleena) „depressive Stimmung/Depression“ an. Patientenberichte und erste Studien geben Grund zu der Annahme, dass die Bandbreite von gravierenden Begleiterscheinungen noch deutlich breiter ist.**

Erstmals 2009 entstand der Verdacht, dass das Hormon Levonorgestrel unerwünschte psychiatrische Nebenwirkungen verursachen könnte. Damals kritisierte die Arzneimittelkommission der deutschen Ärzteschaft, dass viele Gynäkologen die Patientinnen nicht oder nicht ausreichend über mögliche psychische Nebenwirkungen der Hormonspiralen aufklären.

► Eine im Februar dieses Jahres veröffentlichte Studie liefert möglicherweise eine erste wissenschaftliche Erklärung für die beschriebenen Nebenwirkungen. So gaben Forscher des „Erasmus University Medical Center“ in Rotterdam an, dass Frauen mit

Hormonspirale bei Stress deutlich mehr Cortisol ausschütten als andere. Das aber erhöhe die Herzfrequenz und somit die Wahrscheinlichkeit von Angst, Panikattacken, Depression, Aggression, Unruhe und Schlafstörungen.

**Viele Gynäkologen zögern trotzdem, Nebenwirkungen wie Panikattacken, Schlafprobleme und Nervosität der Hormonspirale zuzuschreiben.**

**Dr. Thomas Gent**, niedergelassener Frauenarzt in Hamburg: „Auf die in der Spirale enthaltenen Gelbkörperhormone können wenige Frauen (im niedrigen, einstelligen Prozentbereich) mit depressiven Episoden reagieren. Allerdings ist die Hormondosis so gering, dass es mir schwerfällt, an einen Zusammenhang zu glauben. Bei Jaydess wird ja nicht einmal der Eisprung unterdrückt. Zunächst sollten deshalb andere Ursachen ausgeschlossen werden, bevor die Hormonspirale gezogen wird. Immerhin haben die Patienten rund 350 Euro für die fünfjährige Verhütung bezahlt.“

## **Daniela P (36).: „Ich war gereizt, aggressiv und manchmal so traurig“**

**Nach dem zweiten Kind wollte Daniela P.\* eine sichere und unkomplizierte Verhütungsmethode und ließ sich eine Hormonspirale einsetzen.**

„Einige Wochen lang war ich absolut zufrieden. Ich musste nicht über die Verhütung nachdenken und hatte keine Beschwerden. Dass ich ständig gereizt, manchmal sehr traurig und gelegentlich unverhältnismäßig aggressiv war, schob ich auf den mangelnden Schlaf.

Irgendwann unterhielt ich mich zufällig mit einer Freundin darüber. Sie hatte sich ihre Spirale rausnehmen lassen, weil sie ähnliche Symptome hatte wie ich und diese darauf zurückführte. So kam ich zum ersten Mal darauf, dass es auch bei mir davon kommen könnte.

Meine Stimmungen wurden immer extremer. Ich fuhr bei Kleinigkeiten aus der Haut. Ich spürte eine Wut wie noch nie zuvor in meinem Leben. Und ich spürte: das bin doch nicht ich.

Diese Ausbrüche kamen meistens völlig unvermittelt. Und meine Emotionen waren total schwankend. Erst wütend, dann plötzlich traurig. Alles war einfach total extrem.

Auch körperlich reagierte ich. Ich schwitzte stark und hatte ständig fettige Haare.

Ich recherchierte dann im Internet und fand heraus, dass sich viele Frauen über Nebenwirkungen beschwerten. Ein halbes Jahr später entschied ich, mir die Hormonspirale ziehen zu lassen.

Schon drei Wochen danach war ich viel ruhiger und weniger unberechenbar. Ich war zufriedener, meine Haut war wieder reiner, ich schlief besser und hatte wieder Lust auf Sex.“

\*Name geändert

## **Für wen ist die Hormonspirale geeignet?**

---

**Dr. Thomas Gent:** „Ich empfehle die Hormonspirale allen Frauen, die aktuell keinen Kinderwunsch haben, die unter zu starken Blutungen und schmerzhaften Regelblutungen (Dysmenorrhoe) leiden oder die eine sichere Verhütungsmethode (außer der Sterilisation und dem Hormonimplantat „Implanon“ gibt es nichts Sichereres) suchen.“

Meist wird die Spirale bei Frauen eingesetzt, die schon einmal geboren haben.

## Welche Voruntersuchungen sollten gemacht werden?

---

**Dr. Thomas Gent:** „Vorweg sollte eine gynäkologische Untersuchung durchgeführt werden. Auch ein Ultraschall der Gebärmutter ist nötig, um Myome (gutartige Wucherungen) oder Gebärmutterpathologien auszuschließen, die eine Einlage unmöglich machen. Auch eine aktuelle Vorsorge sollte gemacht werden. Nach der Einlage sollten Frauen halbjährlich zur Kontrolle, um den Sitz der Spirale kontrollieren zu lassen.“

Frauen mit Gefäßerkrankungen (z.B. Thrombose) und Herz-Kreislauf-Krankheiten (z.B. starker Bluthochdruck) schränken die Anwendung bedingt ein. Daher wird der Arzt dann abwägen, ob eine Hormonspirale infrage kommt oder eine bereits vorhandene entfernt werden sollte.

Ausgeprägte Migräne mit Sehstörungen, ein Gefäßverschluss im Auge, Leukämien oder Erkrankungen mit Gelbsucht sind ebenfalls Situationen, in denen der Arzt empfehlen wird, die Hormonspirale nicht einzulegen oder ihre Anwendung zu beenden.

**Wer sicher sein möchte, dass er die Hormone der Spirale auch verträgt, kann drei Monate lang eine Pille nehmen, die auf dem gleichen Wirkstoff (Desogestrel) beruht.**  
**Dr. Thomas Gent:** „Wenn die gut vertragen wird, gibt es in der Regel keine Probleme mit der Verträglichkeit der Hormonspirale.“

# Bei welchen Symptomen sollte man zum Arzt?

---

**Dr. Thomas Gent:** „Bei Schmerzen und starken Blutungen sollten Sie zum Arzt gehen.“

Auch wenn Sie das Bändchen nicht mehr ertasten, muss der Gynäkologe den Sitz überprüfen (Achtung: Die Verhütung ist dann vielleicht nicht mehr gegeben!).

**Wer dauerhaft psychische Veränderungen (Unruhe, Schlafprobleme, Traurigkeit) an sich beobachtet, sollte Rücksprache mit dem Arzt halten. Auch behandelnde Psychologen und Psychiater sollten darüber informiert werden, dass eine Hormonspirale eingesetzt wurde.**

# Hat die Kupferspirale weniger Nebenwirkungen?

---

Da ihre Wirkung nicht auf Hormonen beruht, kann sie auch keine Auswirkungen auf die Stimmung der Patientinnen haben. Allerdings gilt es hier vorab zu klären, wie stark oder schmerzhaft die Monatsblutungen gewohnheitsmäßig sind.

**Dr. Thomas Gent:** „Frauen, die im Normalzyklus viel und schmerzhaft bluten, werden unter der Kupferspirale deutlich mehr bluten und meistens auch mehr Schmerzen haben!“

► Wichtig: Wer starke Nebenwirkungen verspürt, die nicht im Beipackzettel erwähnt werden, kann diese der Arzneimittelkommission der deutschen Ärzteschaft (AkdÄ) melden. Unter [www.akdae.de](http://www.akdae.de) (<http://www.akdae.de/>) können sich Patientinnen einen Berichtsbogen herunterladen oder ihre Nebenwirkungen online melden. Auch das

Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte ([www.bfarm.de](http://www.bfarm.de)  
([http://www.bfarm.de/DE/Home/home\\_node.html](http://www.bfarm.de/DE/Home/home_node.html)) ) nimmt entsprechende Erfahrungsberichte  
entgegen.

**ANZEIGE: Suchen Sie einen Job in Vollzeit, Teilzeit und als Praktika?**  
**Jetzt beim BILD-Stellenmarkt finden Sie die passenden Stelle für sich!**  
(/ratgeber/stellenmarkt/jobsuche/jobs-startseite-44558876.bild.html)

---

© Axel Springer AG. Alle Rechte vorbehalten