

## EMPFOHLENE LEKTÜRE UND REFERENZEN

- WPATH (2022) *Standards of care for the health of transgender and gender diverse people*, Version 8, S. 161-162, [www.wpath.org](http://www.wpath.org)
- Gava, G., Mancini, I., & Meriggiola, M. (2022) *Contraceptive Advice for Trans Male Persons*. In M. Van Trotsenburg, R. Luikenaar, & M. Meriggiola (Eds.), *Context, principles and practice of transgynecology: managing transgender patients in obgyn practice* S. 168-171, Cambridge University Press.
- Krempasky C., Harris M., Abern L., & Grimstad F. (2019) *Contraception across the transmasculine spectrum*. *Clinical Opinion*, 222(2), S. 134-143.
- Boudreau D. & Mukerjee R. (2019) *Contraception care for transmasculine individuals on testosterone therapy*. *Journal of Midwifery & Women's Health*, 64, S. 395-402.

## WICHTIGE INFORMATIONEN

Trans Männer, transmaskuline und/oder non-binäre Personen, die bei der Geburt dem weiblichen Geschlecht zugeteilt wurden und eine Testosteronbehandlung machen, riskieren ungewollte Schwangerschaften, wenn sie ungeschützten Sex mit Fortpflanzungspotenzial haben. **Das Ausbleiben der Menstruation bedeutet nicht automatisch, dass keine Möglichkeit für eine Schwangerschaft besteht.**

**Aktuell gilt jede Verhütungsmethode als vereinbar mit einer Hormonbehandlung.** Dies schliesst auch Östrogen-Gestagen-Kontrazeptiva und die Notfallverhütung mit ein. Die Kontraindikationen bleiben die gleichen wie bei cis Frauen.

Obwohl es keine Studien über die Wechselwirkungen zwischen Hormontherapie und Schwangerschaftsverhütung gibt, geht man davon aus, dass die Verhütungsmethoden bei Personen, die Testosteron einnehmen, gleich funktionieren und daher ähnlich wirksam sein dürften.

Ärztliche Fachpersonen sollten bei der Beratung zur Spirale (IUP) über die gynäkologische Untersuchung, das Einsetzen des IUP sowie über mögliche Blutungen und Schmerzen/Krämpfe aufklären. Es ist äusserst wichtig, über jeden Schritt aufzuklären und die Einwilligung einzuholen. **Testosteron kann Scheidentrockenheit und/oder vaginale Atrophie verursachen, was das Einsetzen einer Spirale noch schmerzhafter machen kann.** Um die Einlage der Spirale zu erleichtern, können Schmerzmittel vorgeschlagen werden.

Untersuchungen zeigen, dass **diese Zielgruppe häufiger von Mikroaggressionen und Gewalt/Diskriminierung in medizinischen Kontexten betroffen ist. Daher suchen Betroffene seltener eine ärztliche Fachperson auf als die übrige Bevölkerung.**

## BERATUNGSMÖGLICHKEITEN FÜR TRANS PERSONEN

# CHECK POINT

### Checkpoint Bern

- [www.checkpoint-be.ch](http://www.checkpoint-be.ch)
- [mail@checkpoint-be.ch](mailto:mail@checkpoint-be.ch)

### Checkpoint Zürich

- [www.cpzh.ch](http://www.cpzh.ch)
- [mail@cpzh.ch](mailto:mail@cpzh.ch)

### Checkpoint Luzern

- [www.checkpoint-lu.ch](http://www.checkpoint-lu.ch)
- [checkpoint@sundx.ch](mailto:checkpoint@sundx.ch)

FONDATION  
PROFA

MERKBLATT FÜR FACHPERSONEN

# SCHWANGERSCHAFTS- VERHÜTUNG

FÜR TRANSMASKULINE PERSONEN

## UNSER LIEBLINGSCOMIC

Die Suche eines trans Manns  
nach Verhütungsmitteln, erzählt von  
W. Betke-Brunswick

Zu lesen auf [www.profa.ch/  
contraception-trans-bd](http://www.profa.ch/contraception-trans-bd)

Dokument in französischer Sprache erstellt  
von der Stiftung PROFA (Waadt).

Übersetzung, Lektorat und Verbreitung durch  
SEXUELLE GESUNDHEIT SCHWEIZ und Aids-Hilfe Schweiz

1. Auflage, 1000 Exemplare, Mai 2024



Aids-Hilfe Schweiz  
Aide Suisse contre le Sida  
Aiuto Aids Svizzera

\* SANTÉ SEXUELLE  
SEXUELLE GESUNDHEIT  
SALUTE SESSUALE  
SUISSE SCHWEIZ SVIZZERA

[WWW.PROFA.CH](http://WWW.PROFA.CH)

Methode	Invasives Verfahren	Mit Östrogenen	Mit Progest.	Auftreten von Schmierblutungen	Verringerung der Blutung	Krämpfe	Empfindliche Brust	Sichtbarkeit	LARC <sup>1</sup>	Eigenständiges Absetzen	Schwangerschaftsrate im ersten Jahr (auf 100 AFAB Personen) <sup>2</sup>	
											Regelmässige und korrekte Anwendung	Anwendungshäufigkeit
Kombinationspille	X	✓	✓	unwahrscheinlich	✓ ohne Pause	↓	möglich	mässig wahrscheinlich	X	✓	0,3	8
Verhütungspflaster	X	✓	✓	unwahrscheinlich	✓ ohne Pause	↓	möglich	mässig bis sehr wahrscheinlich	X	✓	0,3	8
Vaginalring	Vaginales Einführen	✓	✓	unwahrscheinlich	✓ ohne Pause	↓	möglich	mässig wahrscheinlich	X	✓	0,3	8
Gestagen-Pille	X	X	✓	unwahrscheinlich	✓	↓	möglich	mässig wahrscheinlich	X	✓	0,3	8
Vierteljährliche Injektion	X	X	✓	sehr wahrscheinlich	✓	↓	möglich	keine	✓	✓ <sup>3</sup>	0,3	3
Hormonimplantat	✓	X	✓	sehr wahrscheinlich	✓	↓	möglich	keine	✓	X	0,05	0,05
Gestagen-Spirale	✓	X	✓	mässig wahrscheinlich	✓	↑ beim Einsetzen, dann ↓	möglich	keine	✓	X	0,2	0,2
Kupfer-Spirale	✓	X	X	mässig wahrscheinlich	↑	↑	X	keine	✓	X	0,6	0,8
Vaginalkondom	Vaginales Einführen	X	X	X	X	keine	X	sehr wahrscheinlich	X	✓	5	21
Peniskondom	X	X	X	X	X	keine	X	sehr wahrscheinlich	X	✓	2	15
Diaphragma	Vaginales Einführen	X	X	X	X	keine	X	mässig wahrscheinlich	X	✓	6	16
Sterilisation (verschiedene Optionen)	Operation	X	X	hängt von den Optionen ab	hängt von den Optionen ab	hängt von den Optionen ab	X	keine	k. A.	k. A.	0,5 (Eileiterunterbindung)	0,5 (Eileiterunterbindung)
Hormonelle Notfallverhütung <sup>4</sup>	X	X	Ulipristalacetat X <sup>5</sup> Levonorgestrel ✓	✓	X	↑ (zeitlich limitiert)	möglich	Eine Dosis (ohne Rezept erhältlich)	k. A.	X	Ulipristalacetat (UPA) < 120h <sup>6</sup> Levonorgestrel (LNG) < 72h <sup>6</sup>	

### SPEZIFISCHE ERWÄGUNGEN

- Inklusive Sprache und die von der Person gewählte Bezeichnung der Genitalien verwenden
- Ausmass und Grund/Gründe der Geschlechtsdysphorie variieren je nach Person und Kontext
- Vorbehalte gegenüber einer gynäkologischen Untersuchung oder Behandlung
- Ablehnung gegenüber der Verwendung von weiblichen Hormonen (vor allem Östrogene) oder Angst davor
- Physisches und psychisches Leiden aufgrund von Menstruationskrämpfen und -blutungen
- Beziehung zur Brust (Schmerzen beim Tragen eines Binders)
- Eigenständiges Absetzen des Verhütungsmittels und Rückkehr zur Fruchtbarkeit
- Sichtbarkeit der Verhütung und die damit verbundene Erinnerung an das bei der Geburt zugewiesene Geschlecht
- Informationen über andere mögliche Nebenwirkungen (solche, unter denen cis Frauen leiden, z. B. verringerte Libido, Stimmungsschwankungen, Gewichtszunahme, psychische Belastung usw.)
- Kinderwunsch und Informationen über die Erhaltung der Fruchtbarkeit und/oder künstliche Befruchtung

<sup>1</sup> LARC (Long action reversible contraception) = lang wirkende reversible Empfängnisverhütung

<sup>2</sup> Geschätzte Raten bei Personen, die bei der Geburt dem weiblichen Geschlecht zugeteilt wurden und kein Testosteron einnehmen. Rangfolge der verschiedenen Verhütungsmethoden (unter normalen Anwendungsbedingungen):

- › Sehr effektiv (0-0,9 Schwangerschaften/100 AFAB Personen)
- › Effektiv (1-9 Schwangerschaften/100 AFAB Personen)
- › Mässig effektiv (10-19 Schwangerschaften/100 AFAB Personen)
- › Wenig effektiv (20 oder mehr Schwangerschaften/100 AFAB Personen)

<sup>3</sup> Verzögerte Rückkehr zur Fruchtbarkeit

<sup>4</sup> Mechanische Notfallverhütung: Einsetzen eines Kupfer-IUP innerhalb von 5 Tagen (120h), Wirksamkeit 95% (siehe auch Eigenschaften Kupfer-IUP)

<sup>5</sup> Progesteronrezeptor-Modulator

<sup>6</sup> Studien mit unterschiedlicher Methodik geben Schwangerschaftsraten zwischen 1,0 und 2,3% für LNG und zwischen 0,9 und 1,8% für UPA an.