

○ Eine Beratung kann Ihnen helfen

Für manche Frauen und Paare ist eine Schwangerschaft eine schlechte Nachricht.

Zum Beispiel: Wenn die Schwangere gesundheitliche Probleme hat. Oder, wenn es andere Probleme gibt.

Sie können als Frau in Deutschland entscheiden, ob Sie das Kind bekommen wollen oder nicht.

Dieses Recht gilt **nur in den ersten 12 Wochen der Schwangerschaft**.

Ein Schwangerschafts-Abbruch ist danach **nicht** mehr möglich.

Eine Beratung kann Ihnen zum Beispiel helfen:

Wenn es Ihnen schwer fällt, sich zu entscheiden.



Diese Dinge sind beim Beratungs-Gespräch wichtig:

- Es geht vor allem um Ihre Fragen.
- Wir drängen Sie **nicht** zu einer Entscheidung.
- Das Gespräch ist **immer** kostenlos.
- Wir beraten Sie allein oder mit einer vertrauten Person.

Zum Beispiel: Mit Ihrem Partner oder einer guten Freundin.

Sie können als Schwangere verschiedene Hilfen bekommen.

Zum Beispiel: Mutterschafts-Geld.

Und Sie haben bestimmte Rechte.

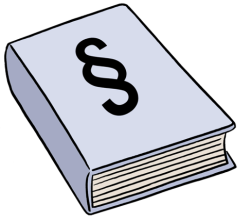
Zum Beispiel: Schutz vor der Kündigung Ihrer Arbeits-Stelle.

Wir informieren Sie über alle Hilfen und Rechte.

Wir informieren Sie nur darüber, wenn Sie es wollen.

Das hilft Ihnen vielleicht, die Schwangerschaft fortzusetzen.

- Wir erzählen **nichts** weiter.
Zum Beispiel: Wir dürfen niemandem sagen,
worüber wir mit Ihnen gesprochen haben.
Das nennt man: **Schweige-Pflicht**.



○ **Wozu Sie verpflichtet sind**

Vor dem Abbruch Ihrer Schwangerschaft,
sind Sie zu einer Beratung verpflichtet.

Das steht so im Gesetz.

Gesetze sind Regeln, an die sich alle halten müssen.

Im Beratungs-Gespräch kann es darum gehen:

- Um Ihre Fragen und Befürchtungen.
- Wie Sie mit dem Abbruch umgehen können.
- Wie der Abbruch durchgeführt wird.

Sie erhalten die Beratungs-Bescheinigung in der Beratung.

Sie können ohne Beratungs-Bescheinigung **keinen** Abbruch
Ihrer Schwangerschaft durchführen lassen.



○ **Wann der Schwangerschafts-Abbruch erfolgen darf**

Der Abbruch darf frühestens erfolgen:

- Am 4. Tag nach dem Beratungs-Gespräch
- Der Abbruch muss spätestens erfolgen:
- Bis zur 12. Woche nach der Empfängnis
- Bis zur 14. Woche nach Beginn der letzten Regel-Blutung

Entscheidend ist dabei die Ultraschall-Untersuchung:
Man untersucht mit einem Gerät das ungeborene Kind in Ihrem Bauch. Die Ultraschall-Untersuchung zeigt, wie weit das Kind entwickelt ist.

○ **Wie man den Schwangerschafts-Abbruch durchführen kann:**

1. Abbruch mit Tabletten

Der Abbruch mit Tabletten muss spätestens erfolgen:

- Bis zur 9. Woche nach Beginn der letzten Regel-Blutung

Dafür nehmen Sie 2 verschiedene Tabletten ein:

Zuerst nehmen Sie diese Tabletten ein: **Mifegyne**.

Man spricht es so: Mi-fe-gü-ne.

Damit ist der Abbruch eingeleitet.

Vielleicht setzt nach einigen Stunden bereits eine Blutung ein.

- 2 bis 3 Tage später nehmen Sie diese Tabletten ein: **Cytotec**.

Man spricht es so: Zü-to-tek.

Sie nehmen die Tabletten entweder zu Hause ein oder in der Praxis.

Das Mittel gibt es auch als Vaginal-Zäpfchen.

Vagina ist ein anderes Wort für das weibliche Geschlechts-Teil.

Das Vaginal-Zäpfchen führen Sie in Ihre Vagina ein.

Nach der Tabletten-Einnahme oder dem Einführen vom Zäpfchen:

Meistens beginnt nach etwa 4 Stunden eine Blutung.
Häufig sind Unterleibs-Schmerzen damit verbunden.
Sie können bei Bedarf ein Schmerz-Mittel einnehmen.
Zum Beispiel: Das Schmerz-Mittel Ibuprofen.
Die Blutung hält durchschnittlich 12 Tage an.
Die Blutung kann stärker sein als eine Regel-Blutung.

Mögliche Neben-Wirkungen und Probleme sind:

- Übelkeit, Erbrechen oder Durchfall
- Selten sind:
 - Haut-Ausschlag, Kopf-Schmerzen oder Fieber
 - Das Schwangerschafts-Gewebe hat sich **nicht** vollständig gelöst.
Der Arzt oder die Ärztin macht nach dem Abbruch eine Ultraschall-Untersuchung.
Man überprüft dabei,
ob sich das Schwangerschafts-Gewebe vollständig gelöst hat.
Weitere medizinische Behandlungen sind manchmal notwendig.
Eine Operation ist sehr selten notwendig.

Bei Bedarf:

Sie können Tabletten gegen die Neben-Wirkungen einnehmen.

Ein Abbruch mit Tabletten ist **nicht** geeignet bei:

- Dauerhafter Neben-Nieren-Schwäche:
Die Neben-Nieren funktionieren nicht gut.
- Unter-Ernährung: Sie sind viel zu leicht.
- Schwerem Asthma: Das ist eine Erkrankung der Atem-Wege.
- Allergien gegen die Tablette **Mifegyne**:
Sie vertragen die Tablette nicht gut.
- Eine Schwangerschaft außerhalb der Gebärmutter:
Die befruchtete Ei-Zelle nistet sich **nicht** in der Gebärmutter ein.
Sondern zum Beispiel im Ei-Leiter oder in der Bauch-Höhle.

2. Abbruch durch eine Operation

Die häufigste Operation ist die Absaugung.

Sie können nach der Operation nach Hause.

Die Absaugung dauert höchstens eine Viertel-Stunde.

Man saugt das Schwangerschafts-Gewebe ab.

Man führt dafür einen dünnen Schlauch in die Gebär-Mutter ein.

Sie bekommen für die Operation zumeist eine Voll-Narkose.

Narkose ist ein anderes Wort für: Betäubung.

Voll-Narkose bedeutet: Sie sind vollständig betäubt.

Sie spüren nichts von der Operation.

Sie dürfen **vor** der Voll-Narkose mehrere Stunden nicht essen.

Sie dürfen auch nicht trinken oder rauchen.

Sie dürfen **nach** der Voll-Narkose nicht Auto oder Rad fahren.

Jemand muss Sie nach der Operation abholen.

Sie erfahren in der Praxis:

Was Sie vor und nach der Operation tun dürfen.

Sie können nach der Operation ziehende Schmerzen haben.

Sie bekommen eine leichte Nach-Blutung.

Sie erhalten bei Bedarf ein Schmerz-Mittel.

Seltene Probleme sind:

- Schwere Nach-Blutungen
- Entzündungen
- Das Schwangerschafts-Gewebe hat sich **nicht** vollständig gelöst.
Eine weitere Operation kann notwendig sein.
- Sie vertragen die Narkose **nicht**.

Sehr seltene Probleme sind:

- Verletzungen der Gebärmutter



Nach dem Schwangerschafts-Abbruch

Nach dem Abbruch müssen Sie gut auf sich achten:

- Am Tag vom Abbruch sollen Sie sich ausruhen.
Und auch danach, wenn Sie sich nicht gut fühlen.
- Sie können sich krank-schreiben lassen.
- Gehen Sie zum Arzt oder zur Ärztin bei:
Fieber, starken Schmerzen oder Blutungen.
Es besteht sonst Entzündungs-Gefahr.
- Gehen Sie innerhalb von 10 Tagen zur Nach-Untersuchung.





○ **Verhütung nach dem Abbruch**

Sie können problemlos wieder schwanger werden.

Sie können auch direkt nach dem Abbruch wieder schwanger werden.

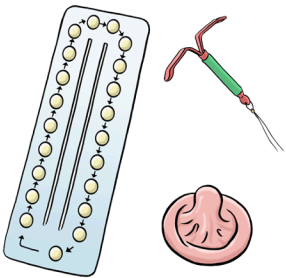
Sie können mit dem Arzt oder der Ärztin über Verhütung sprechen.

Verhütung ist alles, was Sie tun können:

- Um nicht schwanger zu werden.
- Um keine Geschlechts-Krankheiten zu bekommen.

Wir beraten Sie auch gern zum Thema Verhütung.

Zum Beispiel dazu, welche Verhütungs-Mittel es gibt.



○ **Wie Sie sich nach dem Abbruch fühlen**

Frauen fühlen sich vor und nach dem Abbruch sehr unterschiedlich.

Manche Frauen sind erleichtert und andere sind traurig.

Viele Frauen haben Stimmungs-Schwankungen.

Die Hormone im Körper verändern sich nach einem Abbruch.

Das kann die Stimmungs-Schwankungen verstärken.

Hormone sind Stoffe, die viele wichtige Vorgänge im Körper steuern.

Zum Beispiel: Wann man die Regel-Blutung bekommt.

Und wann man fruchtbar ist.

Die Hormon-Veränderungen klingen bald wieder ab.

Falls es Ihnen wegen dem Abbruch schlecht geht

und Sie mit jemandem darüber sprechen wollen:

Vereinbaren Sie gern einen Termin mit uns.

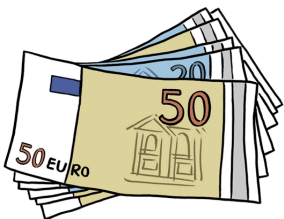
Wie Sie uns erreichen können, finden Sie hier: **www.profamilia.de**



○ Wichtige Unterlagen

Diese Unterlagen müssen Sie für den Abbruch mitbringen:

- Die Beratungs-Bescheinigung
- Eine Bescheinigung der Blut-Gruppe
Zum Beispiel: den Blut-Spende-Ausweis oder Mutter-Pass
Menschen haben verschiedene Blut-Gruppen.
Ihre Blut-Gruppe muss bei einem Abbruch bekannt sein.
Den Blut-Spende-Ausweis bekommen Sie beim Blut-Spenden.
Den Mutter-Pass bekommen Sie zu Beginn Ihrer Schwangerschaft.
- Wenn vorhanden: Die Versicherungs-Karte der Kranken-Kasse
- Wenn Sie nur sehr wenig Geld verdienen:
Die Bescheinigung der Kosten-Übernahme von der Kranken-Kasse.
Mit der Bescheinigung bestätigt die Kranken-Kasse,
dass sie den Abbruch bezahlt.
- Wenn Sie etwas mehr Geld verdienen,
müssen Sie den Abbruch selbst bezahlen.
Der Abbruch kostet 300 bis 600 Euro.



Übertragung in Leichte Sprache:

Fette Fahrt und leichte Beute – Barrierefreie Kommunikation Diane Mönch

Prüfung durch: Test-Lesende vom Büro für Leichte Sprache, CJD Erfurt

Illustrationen: © Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung Bremen e.V.,
Illustrator Stefan Albers, Atelier Fleetinsel, 2013