

## Nachsorge

- :: Körperliche Ruhe am Tag des Abbruchs, je nach Verfassung auch bis zu 3 Tage. Eine Krankschreibung ist möglich.
- :: Solange die Blutung anhält, Binden statt Tampons benutzen.
- :: 1–2 Wochen auf Sex, Baden und Schwimmen verzichten, Duschen ist erlaubt.
- :: Bei Auftreten von Fieber, starken Schmerzen oder Blutungen den Arzt oder die Ärztin aufsuchen (Infektionsgefahr!).

Innerhalb von 10 Tagen ist ein ärztlicher Nachsorgetermin erforderlich.

Am Tag des Abbruchs beginnt für Ihren Körper ein neuer Zyklus und Sie können wieder schwanger werden. Zum Thema Verhütung wenden Sie sich an Ihren Arzt oder Ihre Ärztin oder vereinbaren Sie einen Beratungstermin bei uns.

Die seelische Befindlichkeit von Frauen vor und nach einem Schwangerschaftsabbruch ist sehr verschieden, je nach persönlicher Lebensgeschichte und momentaner Lebenssituation.

Manche Frauen sind erleichtert, andere fühlen sich traurig oder niedergeschlagen. Oft kommen ganz widersprüchliche Gefühle zusammen.

Die hormonellen Veränderungen nach einem Abbruch können die Stimmungsschwankungen zusätzlich verstärken. Diese Veränderungen geben sich nach kurzer Zeit von selbst.

Falls Sie den Eindruck haben, ein Gespräch könnte bei der Verarbeitung hilfreich sein, vereinbaren Sie gerne einen Termin bei uns.



## Wichtige Unterlagen

- :: Beratungsbescheinigung nach § 219 StGB
- :: Bescheinigung der Blutgruppe (z. B. Blutspendenausweis, Mutterpass)
- :: Bei geringem Einkommen der Frau: Bescheinigung der Kostenübernahme von der Krankenkasse. Bei Einkommen über der gesetzlichen Einkommensgrenze muss der Abbruch vor Ort selbst bezahlt werden (300–600 Euro).

## Beratungszentrum pro familia

Seewartenstraße 10, Haus 1  
20459 Hamburg  
Tel.: 040 309 97 49 10

## Außensprechstunden

Tel.: 040 309 97 49 10

**Harburg:** Treffpunkt Haus Heimfeld  
Friedrich-Naumann-Str. 9  
21075 Hamburg

**Bergedorf:** Bürgerhaus Allermöhe  
Ebner-Eschenbach-Weg 1  
21035 Hamburg

[www.profamilia-hamburg.de](http://www.profamilia-hamburg.de)

# Merkblatt

## zum Schwangerschaftsabbruch



© 2022, pro familia Hamburg / Fotostock/stunt

Alles auf einen Blick

## Beratung & Beratungsbescheinigung

Eine Schwangerschaft ist nicht immer eine willkommene Nachricht. In Deutschland haben Frauen in den ersten 12 Schwangerschaftswochen nach Empfängnis das Recht, selbst zu entscheiden, ob sie die Schwangerschaft austragen oder nicht.

Wenn es schwerfällt, sich zu entscheiden, kann eine Beratung hilfreich sein. Die Berater\*innen von pro familia bieten Ihnen ein ergebnisoffenes und an Ihren Fragen orientiertes, kostenloses Gespräch an. Auf Wunsch informieren wir Sie über alle Hilfen und Rechtsansprüche, die Ihnen die Fortsetzung der Schwangerschaft erleichtern könnten, ohne Sie in eine Richtung zu drängen.

Unsere Mitarbeiter\*innen stehen unter Schweigepflicht. Ohne Ihr Einverständnis darf keine Auskunft über Ihren Beratungstermin, Ihre Person oder die Inhalte des Gesprächs gegeben werden. Auf Wunsch beraten wir Sie allein, mit Partner\*in / Vertrauensperson und auch anonym.

### Gesetzliche Regelung in Deutschland

Für alle Frauen, die einen Schwangerschaftsabbruch vornehmen lassen wollen, ist die Beratung gesetzlich vorgeschrieben.

Inhalt des Beratungsgesprächs kann die Durchführung des Abbruchs, der Umgang damit sowie alle Ihre damit verbundenen Fragen und Befürchtungen sein. Im Zuge der Beratung erhalten Sie die Beratungsbescheinigung, die eine gesetzliche Voraussetzung für die Durchführung des Schwangerschaftsabbruchs ist.

Dieser darf frühestens am 4. Tag nach dem Gespräch erfolgen und ist nach § 219 StGB bis zur 12. Woche nach der Empfängnis (p.c.) bzw. bis zur 14. Woche nach Beginn der letzten Menstruationsblutung (p.m.) möglich; maßgeblich ist die Ultraschall-Untersuchung.

## Methoden des Schwangerschaftsabbruchs

### 1. Medikamentöser Schwangerschaftsabbruch

Ein Schwangerschaftsabbruch mit Tabletten kann bis zur 9. Woche (63. Tag) nach Beginn der letzten Monatsblutung durchgeführt werden. Er erfolgt in 2 Schritten:

1. Zunächst nehmen Sie das Medikament Mifegyne (Mifepriston) ein. Damit ist der Schwangerschaftsabbruch eingeleitet. Evtl. setzt nach einigen Stunden bereits eine Blutung ein.
2. 2–3 Tage später nehmen Sie das Medikament Cytotec (Prostaglandin) entweder als Tabletten oder als Vaginalzäpfchen. Die 2. Medikamentengabe erfolgt entweder zu Hause (sog. home use) oder in der Praxis. Meistens beginnt die Abbruchblutung innerhalb von 3–4 Stunden nach Einnahme, häufig verbunden mit Unterleibsschmerzen. Sie können bei Bedarf ein Schmerzmittel, z.B. Ibuprofen, einnehmen.

Die Blutung hält durchschnittlich 12 Tage an und kann stärker als eine Regelblutung sein.

### Mögliche Nebenwirkungen und Komplikationen

- :: Übelkeit, Erbrechen oder Durchfall
- :: Selten: Hautausschlag, Kopfschmerzen, Fieber
- :: Selten: Das Schwangerschaftsgewebe hat sich nicht vollständig gelöst, in diesem Fall werden weitere medizinische Behandlungen notwendig. Sehr selten kommt es zu einer Operation.

Bei Bedarf können entsprechende Medikamente zur Behandlung der Nebenwirkungen genommen werden.

### Ein medikamentöser Abbruch ist nicht geeignet bei:

- :: Chronischer Nebenniereninsuffizienz
- :: Unterernährung
- :: Schwerem Asthma

- :: Allergien gegen einen Bestandteil von Mifegyne
- :: Verdacht auf eine Schwangerschaft außerhalb der Gebärmutterhöhle

### 2. Operativer Schwangerschaftsabbruch

Die häufigste Methode des operativen Abbruchs ist die Absaugung. Sie wird in der Regel ambulant durchgeführt und dauert 5–15 Minuten. Über die Vagina wird mit einer dünnen Kanüle das Schwangerschaftsgewebe abgesaugt. Der Eingriff wird überwiegend in Vollnarkose durchgeführt, in Einzelfällen auch mit örtlicher Betäubung.

Die Vollnarkose ist beim Schwangerschaftsabbruch als Kurznarkose üblich, die über die Armvene verabreicht wird. Vor der Vollnarkose dürfen Sie 2–6 Stunden nicht essen, trinken und rauchen; genaue Angaben erhalten Sie in der Praxis. Da Sie nach einer Vollnarkose nicht aktiv am Straßenverkehr teilnehmen dürfen, sollte eine erwachsene Person Sie nach der Behandlung in der Praxis abholen.

Nach dem Eingriff kann es zu ziehenden Schmerzen kommen und eine leichte Nachblutung setzt ein. Bei Bedarf erhalten Sie ein Schmerzmittel.

### Selten auftretende Komplikationen

- :: Schwere Nachblutung
- :: Entzündung
- :: Das Schwangerschaftsgewebe hat sich nicht vollständig gelöst; ein weiterer operativer Eingriff kann notwendig sein
- :: Narkose-Unverträglichkeit
- :: Sehr selten: Verletzungen der Gebärmutter

### Risiken

Das Risiko, durch den Schwangerschaftsabbruch nicht mehr schwanger werden zu können, ist äußerst klein.