



Arbeiterwohlfahrt Unterbezirk Dortmund
Beratungsstelle für Schwangerschaftskonflikte,
Familienplanung, Paar- und Lebensberatung
Klosterstraße 8-10
44135 Dortmund
E-Mail: beratungsstelle@awo-dortmund.de

Terminvergabe nach telefonischer Vereinbarung
unter ☎ 0231 / 9934-222

| | |
|----|--------------------------------------|
| Mo | 8:30 – 12:30 Uhr & 13:00 – 16:00 Uhr |
| Di | 8:30 – 12:30 Uhr & 13:00 – 16:00 Uhr |
| Mi | 8:30 – 12:30 Uhr & 13:00 – 16:00 Uhr |
| Do | 8:30 – 12:30 Uhr & 13:00 – 18:00 Uhr |
| Fr | 8:30 – 13:00 Uhr |

Informationen zum Schwangerschaftsabbruch

Die Beratung als Voraussetzung für einen straffreien Schwangerschaftsabbruch

Vor einem Schwangerschaftsabbruch ist eine Beratung erforderlich, sofern bei Ihnen keine ärztlich bescheinigte medizinische oder kriminologische Indikation vorliegt. Die Beratung ist für Sie kostenfrei und kann anonym erfolgen. Keine Ihrer personenbezogenen Daten werden gespeichert. Die Inhalte der Beratung und auch alle Mitarbeiter*innen der Beratungsstelle unterliegen der Schweigepflicht; sie dürfen nicht einmal bestätigen, dass Sie die Beratungsstelle aufgesucht haben, wenn sich jemand danach erkundigen sollte.

In jedem Fall erhalten Sie am Ende des Beratungsgesprächs eine Bescheinigung, die eine*n Ärzt*in dazu berechtigt, den Schwangerschaftsabbruch straffrei durchzuführen. Sie brauchen nicht zu befürchten, in unserer Beratungsstelle bewertet, verurteilt oder umgestimmt zu werden. Der Abbruch kann frühestens am 4. Tag nach der Beratung und muss spätestens bis zum Ende der 14. SSW (Schwangerschaftswoche) nach Ultraschall, bzw. 12. SSW nach Empfängnis erfolgen.

Die ärztliche Praxis wird sich immer an der SSW nach Ultraschall orientieren. Wir möchten Sie darauf hinweisen, dass nicht alle ärztlichen Praxen den Abbruch bis zur 14. SSW vornehmen. Genaue Angaben der Dortmunder Praxen entnehmen Sie bitte dem eingelegten Faltblatt.

Als Berater*innen der Arbeiterwohlfahrt sind wir uns bewusst über die besondere Problematik dieser gesetzlich vorgeschriebenen Beratung, die häufig nicht freiwillig gesucht wird. Wir haben Verständnis für alle, die ohne eigenen Wunsch eine solche Beratung aufsuchen und versuchen, uns in dieser schwierigen Situation so rücksichtsvoll, empathisch und unterstützend wie möglich zu verhalten. Im Gespräch geben wir Ihnen Gelegenheit, für Sie relevante Inhalte oder Fragen mit uns zu besprechen.

Die Methoden des ambulanten Schwangerschaftsabbruchs in der ärztlichen Praxis

Es sind zwei Methoden möglich, um eine Schwangerschaft abzubrechen. Im Vorfeld finden immer eine Ultraschalluntersuchung und ein ärztliches Gespräch statt. Sie können sich für den Tag des Abbruchs und für die darauffolgenden Tage krankschreiben lassen.

1. Operativer Eingriff

Welche Art der Narkose für Sie in Frage kommt, besprechen Sie im Vorfeld. In der Regel wird eine Kurzzeit-Vollnarkose durchgeführt.

Sie dürfen 6 Stunden vor dem Eingriff nichts essen und 2 Stunden vorher nichts mehr trinken oder rauchen. Während des Eingriffs wird mit einem schmalen Röhrchen das Schwangerschaftsgewebe aus der Gebärmutter abgesaugt oder mit einem kleinen löffelartigen Instrument abgetragen. Der Eingriff dauert ca. 5-10 Minuten. Danach werden Sie in einen Ruheraum gebracht, wo sie wachwerden und sich von der Narkose erholen können. Es ist notwendig, dass eine Begleitperson Sie von der Praxis abholt. Sie sind nicht verkehrstüchtig. Nach dem Abbruch kommt es zu einer Blutung, die für gewöhnlich schwächer ist als die normale Periode. Es kann sein, dass Sie nach dem Abbruch ziehende Schmerzen im Unterleib verspüren.

2. Medikamentöser Abbruch

Das Abbruchmedikament „Mifegyne®“ kann bis zum Ende der 9. SSW angewendet werden. In einem ersten Schritt nehmen Sie 3 Tabletten „Mifegyne®“ in der Praxis ein. Danach können Sie nach Hause, zur Arbeit etc. gehen. Sie müssen nicht krankgeschrieben werden. Es kann sein, dass in den folgenden Stunden bereits eine Blutung einsetzt, die für gewöhnlich schwächer ist als die normale Periode. Auch bei einsetzender Abbruchblutung ist die Einnahme des zweiten Medikamentes unbedingt erforderlich.

2 Tage später nehmen Sie ein zweites Medikament ein, das zur Ausstoßung des abgestorbenen Gewebes führt. Es kommt in diesem Zuge zu einer Blutung, die für gewöhnlich stärker ist als die normale Periode. Es können Bauchkrämpfe, Unterleibschmerzen und Übelkeit auftreten. Die Blutung setzt im Durchschnitt nach 3-4 Stunden ein; im Einzelfall auch erst deutlich später. Einige Praxen möchten, dass Sie während dieser Zeit unter ärztlicher Aufsicht bleiben. Besprechen Sie bitte das genaue Vorgehen im ärztlichen Vorgespräch. Organisieren Sie sich für diesen Tag ggf. eine Kinderbetreuung.

Über 90 % der medikamentösen Abbrüche sind erfolgreich. In 3-7 % der Fälle kann nachfolgend ein operativer Eingriff notwendig sein.

Nach dem Schwangerschaftsabbruch

Minimieren Sie das Risiko von Infektionen in der Gebärmutter, indem Sie sich an die ärztlichen Anweisungen und die folgenden Ratschläge halten:

- Gehen Sie nach dem Abbruch in jedem Fall zu einer ärztlichen Nachuntersuchung!
- Benutzen Sie bis zur Nachuntersuchung keine Tampons oder Menstruationstassen und verwenden Sie stattdessen Monatsbinden oder Periodenunterwäsche.
- Vermeiden Sie bis zur Nachuntersuchung Schwimmen, Baden und Saunieren. Duschen Sie sich stattdessen.
- Verzichten Sie bis zur Nachuntersuchung auf Geschlechtsverkehr. Führen Sie nichts in die Vagina ein.

Suchen Sie in folgenden Fällen die ärztliche Praxis auf:

- Fieber über 38° Celsius
- unerwartet starke Schmerzen mit starker Übelkeit und/oder Erbrechen
- deutlich länger anhaltende und deutlich stärkere Nachblutung als erwartet
- starke Kreislaufbeschwerden mit Neigung zur Ohnmacht oder kalten Schweißausbrüchen

Kosten des Schwangerschaftsabbruches

Bei einem Schwangerschaftsabbruch ohne ärztlich festgestellte Indikation muss die Frau die Kosten in der Regel selber zahlen. Im Rahmen bestimmter Vermögens- und Einkommensverhältnisse ist jedoch das Land Nordrhein-Westfalen verpflichtet, die Kosten für einen Schwangerschaftsabbruch nach Beratungsregel zu übernehmen. Gerne geben wir Ihnen im Beratungsgespräch Informationen zu den aktuell geltenden Einkommensgrenzen.

Die Leistungen werden auf Antrag durch die Krankenkasse gewährt, bei der die Frau gesetzlich krankenversichert ist. Sie müssen die Kostenübernahme noch **vor** dem Abbruch bei der Krankenkasse beantragen und sich schriftlich zusagen lassen. Die schriftliche Zusage brauchen Sie für die ärztliche Praxis, in der der Abbruch durchgeführt werden soll. Sie brauchen der Krankenkasse gegenüber den Abbruch nicht zu begründen; die Krankenkasse darf lediglich Ihre persönlichen Einkommens- und Vermögensverhältnisse aufgrund Ihrer Angaben prüfen. Das Verfahren wird auf Wunsch auch schriftlich durchgeführt. Die Krankenkasse stellt, wenn die Voraussetzungen vorliegen, unverzüglich eine Bescheinigung über die Kostenübernahme aus.

Besteht keine Versicherung bei einer gesetzlichen Krankenkasse, können Sie jede gesetzliche Krankenkasse am Ort Ihres Wohnsitzes oder Ihres gewöhnlichen Aufenthaltes wählen.

Verhütung nach dem Schwangerschaftsabbruch

Mit dem Schwangerschaftsabbruch beginnt ein neuer Zyklus und es besteht die Möglichkeit, erneut schwanger zu werden. Um das Risiko einer weiteren ungewollten Schwangerschaft zu minimieren, ist es ratsam, sich bereits im Vorfeld des Abbruchs über eine passende Verhütungsmethode Gedanken zu machen. Sie können die Schwangerschaftskonfliktberatung bei uns dazu nutzen, sich über verschiedene Verhütungsmittel zu informieren. Ausführliche Informationen finden Sie darüber hinaus auch auf folgender Website: <https://www.familienplanung.de/>

Wenn eine Sterilisation oder das Einsetzen einer Spirale geplant ist, bieten einige Praxen dies zeitgleich mit dem operativen Schwangerschaftsabbruch an. Gerne erhalten Sie hierzu von uns nähere Informationen.

Dortmunder Bürger*innen, die nur ein geringes Einkommen haben und sich in einer sozialen Notlage befinden (hierzu zählt z. B. eine ungeplante Schwangerschaft), unterstützt die Stadt Dortmund finanziell bei den Kosten eines (Langzeit-)Verhütungsmittels. Mittel aus diesem Notfallverhütungsfonds können in unserer Beratungsstelle beantragt werden. Sprechen Sie uns bei Interesse gerne darauf an.

Beratung nach dem Abbruch?

Unserer Erfahrung nach geht es den meisten Frauen nach einem Schwangerschaftsabbruch psychisch gut, was auch die aktuelle Studienlage zur Situation nach einem Abbruch bestätigt. Viele Frauen beschreiben ein Gefühl der Erleichterung, aber auch Trauergefühle können auftreten – gelegentlich auch beide Emotionen gleichzeitig.

Manche Frauen haben nach dem Schwangerschaftsabbruch das Bedürfnis, noch einmal in aller Ruhe darüber zu sprechen. Falls es Ihnen auch so geht, rufen Sie uns gerne einfach an und vereinbaren Sie einen Termin in der Beratungsstelle. Besonders, falls Sie nach dem Abbruch mit einigen Gefühlen nicht gut zurechtkommen, kann ein Gespräch darüber in einem geschützten Rahmen hilfreich sein.

Checkliste

Bringen Sie bitte Folgendes zum Vorgespräch in die Praxis mit:

- Beratungsbescheinigung**
- Krankenkassenkarte**
- Blutgruppennachweis**
- Kostenübernahmebescheinigung** oder passendes **Zahlungsmittel**