

Ab 30 sollte jede Frau ihre Verhütungsmethode überprüfen.

Die Wahl der Verhütungsmethode ist eine sehr individuelle Entscheidung und sollte regelmäßig überdacht werden. Wenn sich Liebesleben oder Lebensplanung bzw. gesundheitliche Voraussetzungen ändern, dann sollten Sie auch das Thema Verhütung neu bewerten. Überprüfen Sie Ihre derzeitige Wahl und lernen dabei Alternativen kennen, die Ihrer Lebensplanung besser entsprechen und Ihrem Wohlbefinden zu Gute kommen könn(t)en.



- Planen Sie Kinder erst in 3 – 5 Jahren oder ist Ihre Familienplanung abgeschlossen?
- Muss Verhütung für Sie zuverlässig sein?
- Stillen Sie gerade?

ja nein

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



- Sind Sie Single?
- Rauchen Sie?
- Sind niedrige Hormonmengen/Hormonfreiheit für Sie wichtig?

ja nein

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



- Haben Sie Menstruationsbeschwerden?
- Haben Sie Hautprobleme?
- Haben Sie Gewichtsprobleme?

ja nein

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



- Wäre es für Sie von Vorteil, nicht mehr an Verhütung denken zu müssen?
- Haben Sie verstärkte Monatsblutungen?
- Sind auch die Kosten der Verhütung für Sie von Bedeutung?

ja nein

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>