

# Die Pille verliert als Verhütungsmittel an Bedeutung. Für Teenager aber gehört sie zum Lifestyle

Von Regula Freuler

**E**s klingt wie ein Erweckungs-erlebnis, was Sabine Kray über ihre Abkehr von der Antibabypille schreibt. Mit 15 begann sie, das Präparat zu nehmen, zum ersten Mal Sex hatte sie erst drei Jahre später. Insgesamt 17 Jahre verhütete sie hormonell. Bis sie eines Tages, eher aus Zufall, damit aufhörte.

Nach einigen Wochen stellte sie Veränderungen an sich fest. «Meine Libido meldete sich auf eine ganz neue Art. Fasziniert beobachtete ich diesen neuen Teil von mir», schreibt die deutsche Autorin im Buch «Freiheit von der Pille», das kürzlich erschienen ist. Sie fragte sich: «Hatte die Pille jahrelang mein Sexleben ruiniert?»

Krays Buch ist eine «persönliche Unabhängigkeitserklärung», die einem Trend entspringt: Seit einigen Jahren ist der Verkauf oraler hormonaler Kontrazeptiva rückläufig. In der Schweiz sank er zwischen 2008 und 2016 um 14,4 Prozent, von 2,14 Millionen auf 1,83 Millionen verkaufte Packungen - und dies, obwohl die Zahl der Frauen im gebärfähigen Alter gestiegen ist.

Trotzdem sind Hormonpräparate in westlichen Ländern - knapp vor dem Kondom - nach wie vor das am häufigsten verwendete Verhütungsmittel. Rund ein Viertel der Schweizerinnen im fertilen Alter zwischen 15 und 49 Jahren drücken täglich eine Pille aus dem Blister, in Deutschland

sind es gut 50 Prozent, bei den unter zwanzigjährigen Deutschen sogar 70 Prozent. Deshalb seufzen die meisten Gynäkologinnen und Gynäkologen zuerst einmal tief, wenn sie das Wort «Pillenmüdigkeit» hören.

«Man muss zwischen «Müdigkeit» und «Skepsis» unterscheiden», sagt Sibil Tschudin, Leitende Ärztin an der Frauenklinik des Universitätsspitals Basel und Co-Autorin des Schweizerischen Verhütungsberichts. «Natürlich gibt es Frauen, die nach zehn, zwanzig Jahren genug haben von der Pille. Neu ist, dass Frauen zum Teil von Anfang an skeptisch sind.» Sie sind kritisch gegenüber Hormonen und informieren sich umfassend. «Heute lassen sie sich die Pille nicht mehr so selbstverständlich verschreiben, sondern denken auch über Alternativen nach.»

Das gilt aber erst für Frauen ab Mitte 20. «Wenn unter Zwanzigjährige wegen Verhütung zur Frauenärztin gehen, dann fragen sie in der Regel nach der Pille», sagt Tschudin. In der Tat zeigt sich im Verhütungsbericht bei der jüngsten Altersgruppe der 15- bis 19-Jährigen eine steigende Tendenz zur Einnahme und bei den 25- bis 29-Jährigen eine sinkende. Diese Zahlen stammen von der letzten Befragung im Jahr 2012; die neuste Befragung wird derzeit durchgeführt und Ende Jahr abgeschlossen. Tschudin rechnet mit stärker ausgeprägten Tendenzen, aber nicht mit einer überhandnehmenden Abwendung von der Pille. Doch woher rührt die Diskrepanz zwischen Verkaufs-



Jeden Tag dran denken, immer dabei haben: die «Pille».

**«In der Schule erzählte man sich, die Pille mache schöne Haut, schöne Haare und grosse Brüste. Sign me up!, dachte ich.»**

zahlen und dem Verhalten der jüngsten Frauen?

Es liege wohl daran, dass Frauen Mitte zwanzig heutzutage schon zehn Jahre oder länger die Pille genommen hätten, sagt Elisabeth Zemp, Professorin am Schweizerischen Tropen- und Public-Health-Institut in Basel und ebenfalls Co-Autorin des Verhütungsberichts: «Der erste Besuch bei der Gynäkologin findet heute viel früher statt, bei einigen schon mit 13 oder 14. Deshalb werden junge Frauen früher auf Verhütung angesprochen und beginnen schon früh mit der Einnahme der Pille, selbst wenn sie noch keinen Geschlechtsverkehr haben.»

Oft sollen die Hormone einfach helfen, Schmerzen während der Monatsblutung zu senken und allenfalls extreme Akne einzudämmen. Dazu kommen reine Lifestyle-Argumente, die junge Frauen untereinander austauschen. «Auf der Mädchentoilette in der Schule», schreibt Sabine Kray, «erzählte man sich, die Pille mache schöne Haut, schöne Haare und grosse Brüste. Sign me up!, dachte ich mir.»

Der «Fall Céline» im Jahr 2008 hat zu einer kritischeren Haltung beigetragen. Die damals 16-Jährige erlitt zwei Monate, nachdem sie angefangen hatte, die Antibabypille einzunehmen, eine Lungenembolie und infolgedessen eine Hirnschädigung. Seither ist sie schwer invalid.

Fortsetzung Seite 63

**Der Anti-Ideologe**  
Porträt des Forschers  
Stefan Hirschberg **62**

**Ausgesperrt**  
Ohne Passwort den  
PC starten **66**

**Ungebunden**  
Kabelloser Kopfhörer  
im Test **66**

**E-Zigarette**  
Das kleinere Übel für  
die Gesundheit **67**

# «Ich bin allergisch auf Propaganda»

Wegen antisemitischer Hetze musste Stefan Hirschberg das kommunistische Polen verlassen. Die Erfahrung der Diktatur hat ihn auch als Wissenschaftler geprägt. Wer die Wahrheit sucht, muss manchmal unbequem sein. **Von Andreas Hirstein**

Vom New Yorker Senator Daniel Patrick Moynihan (1927-2003) ist die Aussage überliefert, dass jedermann ein Recht auf seine eigene Meinung, aber nicht auf seine eigenen Fakten habe. «Für mich ist dieser Satz die Richtschnur meiner Arbeit», sagt Stefan Hirschberg vom Paul-Scherrer-Institut (PSI) in Villigen.

Der technische Physiker wurde dieses Jahr pensioniert. In seiner langen Karriere hat er sich zunächst mit der Kernenergie beschäftigt und später grosse Studien über die Umweltauswirkungen, die Risiken und Kosten der Energieerzeugung erstellt. In den letzten Jahren haben er und sein Team ausserdem Methoden entwickelt, mit denen sich dieselben Fragen auch für die Mobilität beantworten lassen. Das ist wichtig, weil Elektrofahrzeuge zu einer engen Verknüpfung von Verkehrssektor und Stromwirtschaft führen werden.

## Forschen in Singapur

Mit solchen, für zukünftige Gesellschaften typischen Wechselwirkungen beschäftigt sich Hirschberg auch nach seiner Pensionierung. Derzeit arbeitet er in einem Forschungszentrum in Singapur, das die ETH Zürich mitbegründet hat - zusammen mit dem nationalen Forschungsfonds des südostasiatischen Landes.

Dass Fakten im politischen Wettstreit nicht viel gelten, hat Hirschberg in seiner Karriere häufig erlebt und nicht selten darunter gelitten. Denn ob er sich nun mit den Risiken der Kernenergie, den Umweltauswirkungen der fossilen oder den Kosten der erneuerbaren Energien beschäftigte, immer waren es Fragen mit politischem Sprengstoff, denen sich Hirschberg näherte - immer mit dem Anspruch des unvoreingenommenen Forschers. Hunderte Seiten lange, akribische Abhandlungen hat er verfasst - von Wissenschaftlern hochgeschätzt und für Behörden und Industrie in der Schweiz ein wichtiges Hilfsmittel. Von den Lobbyisten der einen oder anderen Seite wurden die Studien jedoch misstrauisch beäugt. Denn für den politischen Kampf eigneten sie sich nie.

Politische Aktivisten haben Hirschbergs Streben nach Objektivität ohnehin nie verstanden. Seine wissenschaftliche Integrität war ihnen immer suspekt. «Den einen galt er als Atomlobbyist, weil er die Kernenergie genauso neutral begutachtete wie andere Energieformen auch», sagt Alexander Wokaun, Vizedirektor am PSI und einer von

Hirschbergs langjährigen Vorgesetzten. Der Atomlobby «galt er umgekehrt fast als Verräter, weil er als einer der ersten Wissenschaftler auch die soziale Akzeptanz einer Technologie zu einem relevanten Beurteilungskriterium machte». Für die lediglich an messbaren Grössen interessierten Ingenieure war das schwer zu verstehen. Für Hirschberg aber war es eine Notwendigkeit. «Die ideale Technik gibt es nicht. Je nach den Massstäben, die man anlegt, kommt man zu anderen Präferenzen», sagt er. «Meine Aufgabe als Wissenschaftler ist es, die Beurteilungskriterien offenzulegen.»

Vor Instrumentalisierungsversuchen von der einen oder anderen Seite hat ihn dieser Grundsatz trotzdem nicht geschützt. Hirschberg hat den politischen Streit nie gesucht. Und manchmal hat er auch darunter gelitten, zum Beispiel, wenn er auf öffentlicher Bühne als gekaufter Lobbyist beschimpft wurde.

«Das war nicht immer leicht für ihn», sagt Alexander Wokaun. Auf die Angriffe antwortete er mit Argumenten. Noch spät in der Nacht schrieb er den Kritikern lange E-Mails, in denen er seine Studien erklärte: welche Schlüsse man aus ihnen ziehen darf und welche nicht; wo die Fakten enden und die Meinungen anfangen.

Wer Hirschbergs Streben nach Objektivität verstehen will, muss sich mit seiner Biografie beschäftigen. Geboren wurde er 1952 im polnischen Kattowitz. Seine Eltern waren aus der Ukraine stammende polnische Juden. In letzter Minute war ihnen im Zweiten Weltkrieg die Flucht gelungen. «Einen Tag, bevor ihr Ghetto von den Deutschen geräumt und die Bewohner ermordet wurden, konnten sie fliehen», sagt Hirschberg. Unterschlupf fanden sie bei einem polnischen Bauern, der elf weitere Juden bei sich versteckte und ihnen so das Leben rettete.

«Dort im Keller lernten sich meine Mutter und mein Vater kennen», sagt Hirschberg. Der erste Ehemann seiner Mutter war schon im November 1941 von den deutschen Besatzern ermordet worden. Dem polnischen Bauern und seiner Frau wird heute in der Gedenkstätte Yad Vashem in Jerusalem

## Nach dem Unfall im Atomkraftwerk Three Mile Island war die Sicherheit der Kernenergie plötzlich ein zentrales Thema.

gedacht - dafür hatte sich Stefan Hirschbergs Bruder eingesetzt.

Nach dem Krieg wurden Hirschbergs Eltern nach Kattowitz in Schlesien umgesiedelt. Dies war eine Folge der Beschlüsse, die die Siegermächten des Zweiten Weltkriegs in Jalta gefasst hatten. In Kattowitz wirkte sein Vater als Anwalt. Seine Mutter unterstützte ihren Mann im Büro. «Vor allem aber schuf sie ein liebevolles Heim. Das war ihr das Wichtigste, nachdem nahezu ihre gesamte Verwandtschaft ausgelöscht worden war.»

## Exzesse gegen Juden

Vom Antisemitismus blieben die Hirschbergs im kommunistischen Polen nicht verschont. Die Hetze erreichte nach dem Sechstagekrieg 1967 neue Höhepunkte: Die Juden in Polen bildeten eine «zionistische fünfte Kolonne» gegen den Arbeiterstaat, und die «Aggression Israels» gegen die arabischen Staaten sei eine «reaktionäre Verschwörung des internationalen Imperialismus», behauptete der Vorsitzende der kommunistischen Partei.

Auf vielen Ebenen der Gesellschaft, in der Partei, im Militär, in den Schulen und Universitäten kam es zu Entlassungen von Juden. Die Kampagne kostete Tausende ihre Arbeitsstelle und zwang sie zur Emigration. So erging es auch Hirschbergs Mutter, die sich geweigert hatte, eine antiisraelische Erklärung zu unterzeichnen.

Die Behörden entzogen ihr das Bürgerrecht und zwangen sie und ihre Kinder zum Verlassen Polens. Hirschbergs Vater war schon im Jahr 1964 verstorben. «Mein Bruder und ich fühlten uns als Polen und kulturell auch als Juden, obwohl wir nicht religiös erzogen wurden», sagt Hirschberg. Ein Teil der Bevölkerung nahm Anteil am Schicksal der Hirschbergs. «Fast alle meine Klassenkameraden kamen zum Bahnhof, um uns zu verabschieden», sagt Hirschberg.

Mehrere Länder hätten die Mutter mit den beiden Söhnen aufgenommen. Sie entschieden sich für Schweden, weil ihnen hier der Zugang zur Universität garantiert wurde. «Ich war 17 Jahre alt, aufgewachsen in einem unterdrückerischen Regime», sagt Hirschberg. «Ich war allergisch gegen jede Form der Propaganda, der Zensur und des politischen Drucks.» In Schweden erlebte Hirschberg, dass Menschenrechte geachtet und Meinungen frei geäußert wurden. «Schweden war in dieser Hinsicht wie ein wahrgewordener Traum für mich», sagt Hirschberg. Den Wert der Freiheit hat Hirschberg damals unmittelbar erlebt, und dies hat seine Arbeit als Wissenschaftler geprägt. «Wissenschaftlich inte-

Der Energieexperte Stefan Hirschberg am Paul-Scherrer-Institut in Villigen. (16. Juni 2017)



## Die Pille verliert ...

Fortsetzung von Seite 61

Der Fall hat einiges ausgelöst. So wurden neue Richtlinien für die gynäkologische Praxis erlassen, nach denen die Frauen deutlicher über die Risiken informiert werden müssen. Seither schauen viele Frauen genauer hin bei den Inhaltsstoffen der Präparate: Mit oder ohne Östrogen? Welche Art von Gestagen?

Doch grundsätzlich ist das Vertrauen in hormonelle Verhütung nach wie vor hoch. Laut Verhütungsbericht nehmen sogar viele Frauen mit erhöhtem Risiko für Komplikationen die Pille, unter anderem 20 Prozent der Frauen mit Übergewicht, hohem Blutdruck oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen, ebenso drei von zehn Raucherinnen.

Ausserdem verwenden immer mehr Frauen nichtorale hormonale Kontrazeptiva

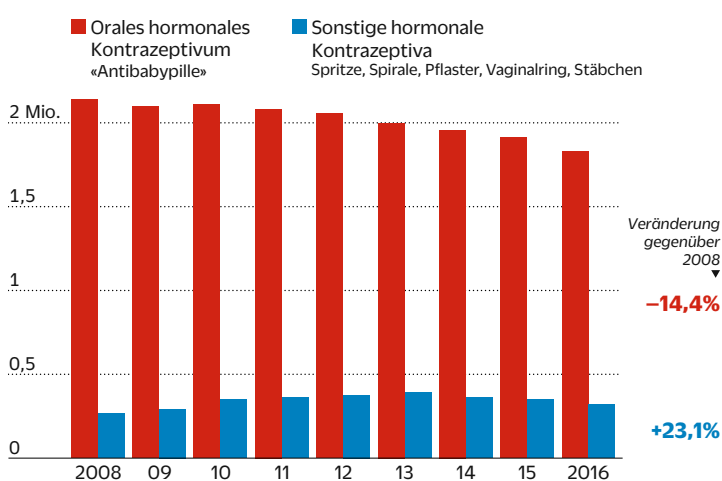
wie Spirale und Vaginalring. Der Absatz solcher Präparate ist seit 2008 um über 20 Prozent gestiegen (siehe Grafik). Auch werden mehr Kondome verwendet. Weniger Pillenverkäufe bedeutet also nicht, dass schlechter verhütet wird. Dafür sprechen zwei Indizien: Es steigen weder der Verkauf der im Notfall verwendeten «Pille danach» noch die Zahl der Schwangerschaftsabbrüche.

Woher also kommt diese Abneigung gegen orale Kontrazeptiva? «Pillen werden mit Krankheit assoziiert», sagt Jürgen Weiss, der Leiter des Kinderwunsch- und Hormonzentrums am Luzerner Kantons- und Spital, «doch weil die Antibabypille nicht gegen eine Krankheit eingenommen wird, empfindet man allfällige Komplikationen umso sinnloser und schlimmer - obwohl sie nur in zwei bis drei von 10 000 Fällen eintreten.»

Ausgeprägter als die Angst vor einer Thrombose sei dagegen ein gesellschaftlicher Trend. «Am häufigsten hören wir von

## «Pille» immer weniger beliebt

Anzahl verkaufter Kontrazeptiva (in Mio. Packungen)



Pillenskeptikerinnen das Wort «natürlich», sagt Weiss. Manche Hersteller reagieren darauf, indem sie ein nichtorales Hormonpräparat oder eines mit einer niedrigen Dosierung irreführend als «natürlicher» anpreisen, obwohl alle diese Präparate in den Zyklus eingreifen.

Der verbreitetste Irrtum betrifft die Hormonspirale. In der Schweiz sind drei Modelle auf dem Markt. Der Hersteller wirbt damit, dass sie angeblich nur oder vorwiegend «lokal» wirken würden. «Falsch», sagt Jürgen Weiss, «Hormonspiralen wirken in jedem Fall systemisch, also nicht nur in der Gebärmutter, sondern überall im Körper.»

In der Kritik stehen die psychischen Auswirkungen der Hormone. Erst vor kurzem erschien eine neue Studie der Erasmus-Universität in Rotterdam, mit der die Forscher zeigten, dass das in den drei Hormonspiralen enthaltene Levonorgestrel Stressgefühle verursacht. Mehrere, zum Teil umfangreiche Studien belegen den Zusammenhang zwi-