

## Beratungsstellen in Deutschland

Familienplanungszentrum Berlin – BALANCE  
[www.fpz-berlin.de](http://www.fpz-berlin.de)

Humanistischer Verband Deutschlands  
[www.humanismus.de](http://www.humanismus.de)  
[www.schwangerschaftskonflikt-berlin.de](http://www.schwangerschaftskonflikt-berlin.de)

Albatros-Lebensnetz gGmbH  
[www.albatros-lebensnetz.de](http://www.albatros-lebensnetz.de)

pro familia Landesverband Berlin e. V.  
[www.profamilia.de/berlin](http://www.profamilia.de/berlin)

Einige Beratungsstellen beraten auch zu Fragestellungen wie  
Jungfernhäutchen, Beschneidung, Weibliche Genitalverstümmelung,  
Gewalt u. a. Themen.

## Kontaktstellen in Deutschland

Arbeitskreis Frauengesundheit in Medizin, Psychotherapie und  
Gesellschaft e. V.  
[www.akf.de](http://www.akf.de)

Netzwerk Frauengesundheit Berlin  
[www.frauengesundheit-berlin.de](http://www.frauengesundheit-berlin.de)

Gewalt an Frauen und Mädchen und Zwangsheirat  
TERRE DES FEMMES  
Menschenrechte für die Frau e. V.  
[www.frauenrechte.de](http://www.frauenrechte.de)

## Koordination

Familienplanungszentrum Berlin – BALANCE  
[balance@fpz-berlin.de](mailto:balance@fpz-berlin.de)  
[www.fpz-berlin.de](http://www.fpz-berlin.de)

## Weitere Informationen und spezifische Flyer

Deutscher Gewerkschaftsbund (DGB)  
Broschüre „Ausbildung, schwanger – was jetzt?“  
[www.dgb.de/themen](http://www.dgb.de/themen)

Deutsche Hauptstelle für Sachfragen e. V. (DHS)  
Broschüre „Du bist schwanger und nimmst Drogen“  
[www.dhs.de](http://www.dhs.de)

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ)  
Beratung & Geburt | VERTRAULICH  
[www.geburt-vertraulich.de](http://www.geburt-vertraulich.de)

[www.schwanger-unter-20.de](http://www.schwanger-unter-20.de)

[www.loveline.de](http://www.loveline.de)

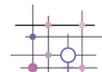
[www.schwanger-info.de](http://www.schwanger-info.de)

## Herausgeber

Familienplanungszentrum  
BALANCE



Arbeitskreis  
Frauengesundheit  
in Medizin,  
Psychotherapie und  
Gesellschaft e.V.



NETZWERK  
FRAUENGESUNDHEIT  
BERLIN



Humanistischer Verband  
Deutschlands | Berlin-Brandenburg

# Ungewollt schwanger – was n(t)un?

# Du hast das Recht, selbst zu entscheiden!

# Informationen für Jugendliche und junge Erwachsene

## Schwangerschaft – ja

### Medizinische Versorgung

- möglichst frühzeitige Vorstellung bei/m Frauenärzt/in
- Kontakt zu Hebamme/Geburtshaus/Klinik herstellen

### Allgemeine Schwangerschaftsberatung und Sozialberatung

- in Schwangerschafts- oder Konfliktberatungsstellen deiner Umgebung
- Prüfung von finanziellen Ansprüchen, d. h. Mehrbedarf und einmalige Hilfen in Erwartung des Kindes gegenüber JobCenter und bei Schwangerschaftsnotlagen, ggf. Antragstellung bei der Bundesstiftung „Mutter und Kind“ ([www.bundesstiftung-mutter-und-kind.de](http://www.bundesstiftung-mutter-und-kind.de))
- Informationen über bestehende gesetzliche Leistungen und Hilfen für Familien und Kinder (Mutterschutz und Mutterschaftsgeld, Kindergeld, Kinderzuschlag, Elternzeit, Elterngeld, Wohngeld und Arbeitslosengeld II) und zu erforderlichen arbeitsrechtlichen, sozialrechtlichen sowie familienrechtlichen Aspekten (Vaterschaft, Unterhalt und Unterhaltsvorschuss, Kinderbetreuungsmöglichkeiten und Fortsetzung der Ausbildung sowie Hilfsmöglichkeiten für behinderte Menschen und ihre Familien)

### Psychosoziale Beratung

Wenn Du individuelle Fragen hast, kannst Du in den Schwangerschafts- oder Konfliktberatungsstellen psychosoziale Beratungen in Anspruch nehmen (Begleitung in der Schwangerschaft, Partnerschaftsberatung und Sozialrechtsberatung).

Bei Bedarf wird Kontakt zu u. a. Selbsthilfegruppen und Behindertenverbänden hergestellt.

### Unterstützende Angebote

- Geburtsvorbereitungskurse in Kliniken, Geburtshäusern, Familienplanungszentren und bei freiberuflichen Hebammen
- Kurse für werdende Eltern, speziell für junge Mütter
- Stillberatung
- Mutter/Vater-Kind-Wohngruppen nach § 19 SGB VIII oder Betreutes Einzelwohnen für (werdende) Mütter oder Väter mit Kindern sowie ambulante Hilfen zur Erziehung

## Schwanger? – Pille danach

### Voraussetzung

1. Spätestens 72 Stunden bzw. 5 Tage nach dem ungeschützten Verkehr/nach einer Verhütungspanne einnehmen – Je früher, desto wirkungsvoller.
2. Es besteht in Deutschland noch eine Rezeptpflicht!
3. Ab 16 Jahren ist es möglich, diese ohne Zustimmung der Erziehungsberechtigten zu bekommen.

### Anwendung

Es wird möglichst zeitnah einmalig eine Tablette eingenommen. Wird die „Pille danach“ spätestens 72 Stunden (ein Produkt auch bis zu 5 Tagen) nach der Verhütungspanne eingenommen, verhindert sie mit großer Wahrscheinlichkeit eine ungewollte Schwangerschaft.

Nach bis zu 24 Stunden mit 95 % Sicherheit.

Zwischen 24–48 Stunden mit 85 % Sicherheit.

Zwischen 48–72 Stunden mit 58 % Sicherheit.

Es gibt zwei Medikamente, die sich in der Wirkungsweise und den Kosten unterscheiden.

### Die „Pille danach“ ist eine Notfallmaßnahme! Kein Verhütungsmittel!

Seit März 2015 besteht die **Rezeptfreiheit** für die Pille danach in Deutschland: Frauen ab 20 können die Pille danach OHNE Rezept für 16-35 Euro (je nach Präparat) in den Apotheken kaufen!

- Mädchen unter 14 Jahren brauchen ein Rezept und müssen sich bei einer\_m Frauenärztin\_Frauenarzt beraten lassen.
- Gesetzlich Krankenversicherte unter 18 Jahren bekommen die Kosten für die Notfallverhütung mit einem Kassenrezept zurück erstattet.
- Über 18 und unter 20 Jahren zahlen gesetzlich Versicherte nur die Rezeptgebühr (5 Euro) und bekommen die Kosten für die Notfallverhütung mit einem Kassenrezept auch zurück erstattet.
- Privat Versicherte Zahlen selbst.

### Checkliste im Notfall

- Krankenkassenkarte
- Geld (Rezeptgebühr + Medikamentenkosten bei Privatrezept)
- Wann war der ungeschützte Verkehr/die Verhütungspanne?
- Unter 16 Jahren: Zustimmung der Erziehungsberechtigten

## Schwangerschaft – nein

### Voraussetzung

1. Seit der letzten Monatsblutung dürfen nicht mehr als 14 Wochen (bzw. nicht mehr als 12 Wochen nach der Empfängnis) vergangen sein.
2. Sobald der Schwangerschaftstest positiv ist, brauchst du einen Termin in einer Schwangerschafts(konflikt)-Beratungsstelle, denn das Gesetz schreibt eine Beratung als Voraussetzung für einen Abbruch vor. In dem Beratungsgespräch wird über deine Situation gesprochen und über den Schwangerschaftsabbruch aufgeklärt. Die anerkannte Beratungsstelle stellt dann den gesetzlich vorgeschriebenen Beratungsschein aus.
3. Dann brauchst du eine Untersuchung zur Feststellung der Schwangerschaftswoche per Ultraschall durch eine/n Frauenärzt/in (nicht notwendig für die Beratung).
4. Es müssen mindestens 3 Tage zwischen Beratung und Abbruch liegen.

### Möglichkeiten der Durchführung

**Medikamentöser Schwangerschaftsabbruch** ab der 4. Schwangerschaftswoche möglich. Das Medikament Mifepriston (Mifegyne®) blockiert das Schwangerschaftshormon, d. h. die Schwangerschaft kann nicht mehr weiterbestehen. Ein zweites Medikament (Prostaglandine) wrd ca. 2 Tage später eingenommen und bewirkt das Abbluten der Schwangerschaft.

Die Anwendung ist bis zum 63. Tag nach der letzten Monatsblutung möglich. Das genaue Schwangerschaftsalter wird im Allgemeinen in einer Ultraschalluntersuchung festgestellt.

**Operativer Schwangerschaftsabbruch** ab der 5./6. Schwangerschaftswoche bis zur 12.–14. Woche (bzw. nicht mehr als 12 Wochen nach der Empfängnis) möglich. Zunächst wird der Gebärmutterhals erweitert und dann die Schwangerschaft abgesaugt. Dieser Eingriff ist sehr kurz, schonend und kann entweder unter Vollnarkose oder mit lokaler Betäubung vorgenommen werden.

**Wo?** Beratungsstellen sind beispielsweise Familienplanungszentren, ProFamilia, AWO, HVD und andere (siehe Rückseite). Hier erhältst du die Beratung (gesetzlich notwendiger Beratungsschein!) und Informationen über Kliniken und Ärzte/innen, die Schwangerschaftsabbrüche durchführen.

**Kosten?** Die Kosten variieren zwischen 290 bis zu 500 Euro. Bei finanziellen Problemen erstattet der Staat/das Bundesland die Kosten, allerdings muss dies vor dem Schwangerschaftsabbruch bei einer gesetzlichen Krankenkasse beantragt werden. Für Minderjährige werden die Kosten immer übernommen! Nähere Informationen geben die Schwangerschafts – oder Konfliktberatungsstellen.