

A woman with long dark hair, wearing a green halter-neck top, is smiling and looking towards the camera. She is holding a glowing white ring in her right hand. The scene is framed by a large, light blue oval shape. The background is a solid yellow color.

Meine NR.1
in Verhütung

www.verhuetungsring.at

1-fach verhüten

Verhütungsring – so verhüten Frauen gern!

Sehr geehrte Frau Doktor, sehr geehrter Herr Doktor,

Frauen kennen das – egal in welchem Alter: Wer im Leben steht, muss oft an tausend Dinge gleichzeitig denken. Verhütung ist eines davon. NuvaRing® möchte Frauen wenigstens diesen einen Gedanken am Tag abnehmen, um das Leben ein Stück einfacher zu machen.

Die einzigartige Anwendung, nur 1-mal im Monat, ist unser Beitrag zu mehr Einfachheit im Alltag.



1-fach eine gute Entscheidung

Verhütungsring – so verhüten Frauen gern!

Der Verhütungsring ist ein modernes Verhütungsmittel, das bei vielen Frauen **sehr beliebt** ist.

Kein Wunder, denn mit dem Verhütungsring müssen Frauen nur noch **1-mal im Monat** an Verhütung denken! **Hohe Verhütungssicherheit, gute Verträglichkeit** und **einfache Anwendung** sind weitere Eigenschaften, die Frauen am Verhütungsring schätzen.

Eine **kleine Revolution** also, zu der es natürlich immer auch ein paar Fragen gibt. Diese Broschüre gibt ausführliche Antworten. Wenn Ihre Patientinnen mehr wissen möchten oder ein spezielles Anliegen haben, dann informieren wir sie auch gerne ganz persönlich.



1-facher Inhalt

1-fach in der Anwendung

- Einsetzen des Verhütungsringes
- Entfernen des Verhütungsringes

6

1-fach nachgefragt

- Wie wende ich den Verhütungsring an?
- Kann ich den Verhütungsring verlieren?
- Kann der Verhütungsring zu weit in die Scheide eingeführt werden?
- Wenn ich vergesse den Verhütungsring zu entfernen, bin ich dann immer noch geschützt?
- Ist es nicht unhygienisch ein und denselben Ring 3 Wochen in der Scheide zu tragen?
- Wie stelle ich fest ob der Ring richtig sitzt bzw. ob er noch da ist?
- Wenn der Verhütungsring beim Geschlechtsverkehr stört, kann man ihn vorübergehend entfernen und nach dem Geschlechtsverkehr wieder einsetzen?
- Wie kann ich mich an das 3 Wochen Intervall erinnern?
- Wie entferne ich den Verhütungsring wieder?

8

Aller Anfang ist 1-fach

- Wenn ich davor kein hormonelles Verhütungsmittel genommen habe, wie soll ich mit dem Verhütungsring beginnen?
- Wenn ich vom Verhütungspflaster umsteigen möchte, wann beginne ich mit dem Verhütungsring?
- Wenn ich mit einer kombinierten oralen Verhütungsmethode (Antibaby-Pille mit Gestagen und Östrogen) verhütet habe, wie wechsle ich auf den Verhütungsring?
- Wenn ich vorher mit einer Gestagen-Monopille (Minipille) verhütet habe, wie wechsle ich auf den Verhütungsring?
- Empfehlungen zum Anwendungsbeginn des Verhütungsringes
- Wenn ich vorher mit einer Injektion oder einem Implantat verhütet habe, wie wechsle ich auf den Verhütungsring?
- Wenn ich vor kurzem entbunden habe, wie fange ich mit dem Verhütungsring an?

10

1-fach regelmäßig

- Kann ich mit dem Verhütungsring meine Regelblutung verschieben?
- Kommt es beim Verhütungsring zu Zwischenblutungen?
- Wann beginnt meine Menstruation bei Verwendung des Verhütungsringes?
- Was soll ich tun, wenn die Blutung länger dauert, als die ringfreie Woche?

13

1-fach zuverlässig 15

Wie sicher ist der Verhütungsring?

Ist die Lage des Verhütungsringes wichtig für seine Wirksamkeit?

Bin ich auch während der einwöchigen Pause geschützt?

Ist der Verhütungsring auch bei Durchfall oder Erbrechen wirksam?

Wie wirkt der Verhütungsring?

Kann es beim Verhütungsring zu Risiken und Nebenwirkungen kommen?

Ist der Verhütungsring auch noch sicher, wenn ich gleichzeitig Scheidenzäpfchen verwende?

Ich habe eine vaginale Pilzinfektion, was soll ich jetzt mit dem Verhütungsring tun?

Beeinflussen Johanniskraut-Präparate die Wirkung des Verhütungsringes?

1-fach wissen, was zu tun ist, wenn ... 16

1-fach tolerant 20

Kann ich den Verhütungsring und Tampons gleichzeitig verwenden?

Spürt mein Partner oder ich selbst den Verhütungsring während des Geschlechtsverkehrs?

Beeinträchtigt heißes Badewasser die Wirkung des Verhütungsringes?

Beeinträchtigen Saunagänge die Wirkung des Verhütungsringes?

Kann man trotz des Verhütungsringes Oralverkehr haben?

Warum muss der Ring so groß sein?

Gibt es unterschiedliche Größen des Verhütungsringes?

Aus welchem Material besteht der Verhütungsring?

1-fach richtig 22

Wie wird der Verhütungsring gelagert?

Wie bewahre ich den Verhütungsring richtig auf?

Warum ist von der Apotheke ein anderes Datum angegeben als vom Hersteller?

Wo ist der Verhütungsring erhältlich?

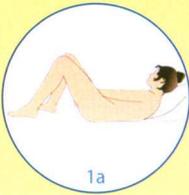
Muss ich den Verhütungsring vom Arzt verschreiben lassen?

1-fach für Sie 23

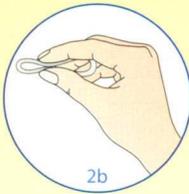
1-fach in der Anwendung

Einsetzen des Verhütungsringes

Waschen und trocknen Sie Ihre Hände und nehmen Sie den Ring aus der Verpackung. Heben Sie die Verpackung für die Entsorgung des Ringes nach der Verwendung auf. Wählen Sie die für Sie bequemste Position. Zum Beispiel können Sie sich niederlegen, in die Hocke gehen oder stehen und dabei ein Bein auf eine Stufe stellen.



Halten Sie den Ring zwischen Daumen und Zeigefinger (Abb. 2a) und drücken Sie die gegenüberliegenden Seiten des Rings zusammen.



Halten Sie den Ring zwischen Daumen und Zeigefinger (Abb. 2a) und drücken Sie die gegenüberliegenden Seiten des Rings zusammen.



Es besteht keine Gefahr, dass der Verhütungsring zu tief in die Scheide eingeführt wird oder verloren geht. Der Ring kann nur bis zum Ende der Scheide geschoben werden, wo der Gebärmutterhals (das enge, untere Ende der Gebärmutter) ihn vor einem weiteren Eindringen abhält.

Nach dem Einsetzen belassen Sie den Ring drei Wochen lang in der Scheide.

Entfernen des Verhütungsringes

Entfernen Sie den Verhütungsring drei Wochen nach dem Einsetzen am gleichen Wochentag, an dem er gesetzt wurde, zur ungefähr gleichen Zeit.

Sie können den Ring entfernen, indem Sie den Zeigefinger am unteren Rand einhaken oder den Ring zwischen Zeige- und Mittelfinger ergreifen und aus der Scheide herausziehen.

Geben Sie den verwendeten Ring in die Verpackung und entsorgen Sie ihn mit dem Hausmüll. Halten Sie ihn vor Kindern und Haustieren fern. Werfen Sie ihn nicht in die Toilette.



Ihre Monatsblutung beginnt normalerweise zwei bis drei Tage nach Entfernen des Ringes und kann noch andauern, bevor Sie den nächsten Ring einsetzen. Um weiter vor einer Schwangerschaft geschützt zu sein, müssen Sie den neuen Ring eine Woche nach Entfernen des letzten Ringes einsetzen, auch wenn die Blutung noch nicht beendet ist.

Auch in der **ringfreien Woche** sind Sie **vor einer Schwangerschaft geschützt**.



1-fach nachgefragt

Zusätzliche Informationen zum Einsetzen und Entfernen des Verhütungsringes

Wie wende ich den Verhütungsring an?

Der Verhütungsring wird – ähnlich wie ein Tampon – in die Scheide eingeführt und 3 Wochen getragen. Nach 1 Woche Pause wird ein neuer Ring eingesetzt.

Kann ich den Verhütungsring verlieren?

Wenn Sie den Verhütungsring weit genug in die Scheide eingeführt haben, ist es sehr unwahrscheinlich, ihn zu verlieren. Sie sollten regelmäßig prüfen, ob sich der Ring noch in der Scheide befindet.

Kann der Verhütungsring zu weit in die Scheide eingeführt werden?

Nein. Es besteht keine Gefahr, dass der Verhütungsring zu tief in die Scheide eingeführt wird oder verloren geht, da er nur bis zum Ende der Scheide geschoben werden kann, wo der Gebärmutterhals ihn vor weiterem Eindringen abhält.

Wenn ich vergesse den Verhütungsring zu entfernen, bin ich dann immer noch geschützt?

Wenn Sie vergessen, den Verhütungsring nach 3 Wochen zu entfernen, sind Sie maximal noch eine weitere Woche (also insgesamt 4 Wochen) vor Schwangerschaft geschützt. Bitte halten Sie die empfohlene Anwendung laut Gebrauchsinformation ein.

Ist es nicht unhygienisch ein und denselben Ring 3 Wochen in der Scheide zu tragen?

Nein, weil der Ring in der Art und Weise hergestellt wurde, dass er 3 Wochen in der Scheide verbleiben kann.

Wie stelle ich fest ob der Ring richtig sitzt bzw. ob er noch da ist?

Mit dem Finger kann jederzeit getastet werden.

Wenn der Verhütungsring beim Geschlechtsverkehr stört, kann man ihn vorübergehend entfernen und nach dem Geschlechtsverkehr wieder einsetzen?

Laut Gebrauchsinformation sollten Sie den Verhütungsring über einen Zeitraum von 3 Wochen kontinuierlich tragen ohne ihn zu entfernen. Nur gelegentlich (in weniger als 1% der Fälle) fühlt der Partner beim Geschlechtsverkehr den Ring.

Wie kann ich mich an das 3 Wochen Intervall erinnern?

Sie haben 3 Möglichkeiten zur Auswahl den 3- Wochen Rhythmus nicht zu vergessen. In Ihrer Packung finden Sie Aufkleber für Ihren Kalender, mittels Handy-SMS oder E-Mail können Sie sich ebenso erinnern lassen (Anmeldung unter www.verhuetungsring.at).

Wie entferne ich den Verhütungsring wieder?

Entfernen Sie den Ring drei Wochen nach dem Einsetzen am gleichen Wochentag, an dem er gesetzt wurde, zur ungefähr gleichen Zeit. Sie können den Verhütungsring entfernen, indem Sie den Zeigefinger am unteren Rand einhaken oder den Ring zwischen Zeige- und Mittelfinger ergreifen und herausziehen. Geben Sie den verwendeten Ring in die Verpackung und entsorgen Sie ihn mit dem Hausmüll. Halten Sie ihn vor Kindern und Haustieren fern. Werfen Sie ihn nicht in die Toilette.

Aller Anfang ist 1-fach

Wenn ich davor kein hormonelles Verhütungsmittel genommen habe, wie soll ich mit dem Verhütungsring beginnen?

Führen Sie den ersten Ring am ersten Tag Ihres natürlichen Zyklus (am ersten Tag der Blutung) ein. Der Verhütungsring ist sofort wirksam. Sie müssen nicht zusätzlich verhüten. Es ist ebenso möglich, zwischen Tag 2 und 5 zu beginnen, aber wenn Sie während der ersten 7 Tage der Anwendung Geschlechtsverkehr haben, verwenden Sie unbedingt zusätzlich ein Kondom. Sie müssen diesen Hinweis nur bei der Anwendung des ersten Rings beachten.

Wenn ich vom Verhütungspflaster umsteigen möchte, wann beginne ich mit dem Verhütungsring?

Beginnen Sie mit dem Verhütungsring spätestens am ersten Tag nach der pflasterfreien Pause. Verlängern Sie das pflasterfreie Intervall niemals über die empfohlene Dauer. Wenn Sie das Verhütungspflaster kontinuierlich und richtig angewendet haben und sicher sind, nicht schwanger zu sein, können Sie an jedem beliebigen Tag mit dem Verhütungspflaster aufhören und sofort den Verhütungsring anwenden.

Wenn ich mit einer kombinierten oralen Verhütungsmethode (Antibaby-Pille mit Gestagen und Östrogen) verhütet habe, wie wechsele ich auf den Verhütungsring?

Beginnen Sie mit der Anwendung des Verhütungsrings spätestens am ersten Tag nach der tablettensfreien Pause Ihrer derzeitigen Pille. Enthält Ihre Pillenpackung auch Tabletten ohne Wirkstoff, beginnen Sie mit dem Verhütungsring spätestens am nächsten Tag nach der Einnahme der letzten wirkstofffreien Tablette. Wenn Sie nicht sicher sind, welche Tablette das ist, fragen Sie Ihren Arzt oder Ihren Apotheker. Verlängern Sie das hormonfreie Intervall der derzeitigen Pillenpackung niemals über die empfohlene Dauer. Wenn Sie die Pille kontinuierlich und richtig eingenommen haben und sicher sind, nicht schwanger zu sein, können Sie die Pilleneinnahme an jedem beliebigen Tag beenden und sofort den Verhütungsring einsetzen.

Wenn ich vorher mit einer Gestagen-Monopille (Minipille) verhütet habe, wie wechsele ich auf den Verhütungsring?

Sie können die Einnahme der Minipille an jedem beliebigen Tag beenden und am nächsten Tag den Verhütungsring einführen. Benutzen Sie aber während der ersten 7 Tage der Anwendung des Verhütungsringes zusätzliche Verhütungsmethoden, wenn Sie Geschlechtsverkehr haben (z. B. lokale Schutzmittel, Kondom).

Empfehlungen zum Anwendungsbeginn des Verhütungsringes.

Vorhergehende Verhütungsmethode	Zeitpunkt des Einsetzens des Verhütungsringes	Zusätzlicher Schutz (z. B. Kondom) für die ersten 7 Tage erforderlich?
Keine hormonelle Verhütung	Tag 1 des Menstruationszyklus	Nein
	Tag 2 bis 5 des Menstruationszyklus	Ja
Kombinierte Methode mit Östrogen und Gestagen („Pille“ oder Pflaster)	Spätestens am Tag nach dem pillen- oder pflasterfreien Intervall bzw. nach der letzten wirkstofffreien Pille	Nein
Minipille (reine Gestagen-Pille)	Beliebiger Tag	Ja
Verhütungstäbchen (Implantat)	Tag, an dem das Implantat entfernt wird	Ja
Injektion	Tag, an dem die nächste Injektion fällig wäre	Ja
Hormonspirale	Tag, an dem die Spirale entfernt wird	Ja
Verhütungspflaster	Tag, an dem das Pflaster entfernt wird	Nein

Wenn ich vorher mit einer Injektion oder einem Implantat verhütet habe, wie wechsele ich auf den Verhütungsring?

Führen Sie den Verhütungsring an dem Tag, an dem Ihre nächste Injektion fällig wäre, bzw. an dem Tag, an dem Ihr Implantat entfernt wird, ein. Benutzen Sie aber während der ersten 7 Tage der Anwendung des Verhütungsringes zusätzliche Verhütungsmethoden, wenn Sie Geschlechtsverkehr haben (z. B. lokale Schutzmittel, Kondom).

Wenn ich vor kurzem entbunden habe, wie fange ich mit dem Verhütungsring an?

Wenn Sie eben erst entbunden haben, wird Ihnen Ihr Arzt empfehlen, mit der Anwendung des Verhütungsringes zu warten, bis Sie Ihre erste normale Monatsblutung haben. In manchen Fällen ist es möglich, früher damit zu beginnen. Ihr Arzt wird Sie beraten. Wenn Sie stillen und den Verhütungsring anwenden wollen, sollten Sie dies zuerst mit Ihrem Arzt besprechen.



1-fach regelmäßig

Kann ich mit dem Verhütungsring meine Regelblutung verschieben?

Obwohl es nicht dem empfohlenen Anwendungsschema entspricht, können Sie Ihre Monatsblutung (Abbruchblutung) verschieben, indem Sie einen neuen Ring sofort nach Entfernung des derzeitigen einführen, ohne die ringfreie Pause einzuhalten. Sie können den neuen Ring bis zu 3 Wochen verwenden. Während der Anwendung des neuen Rings kann es zu Schmier- (Bluttropfen oder -flecken) oder Durchbruchblutungen kommen. Wenn Sie wollen, dass die Monatsblutung beginnt, entfernen Sie einfach den Ring. Machen Sie die übliche ringfreie Pause von einer Woche und verwenden Sie danach einen neuen Ring. Sie können Ihren Arzt um Rat fragen, bevor Sie sich zu einer Verschiebung der Monatsblutung entschließen.

Kommt es beim Verhütungsring zu Zwischenblutungen?

Während der Anwendung des Verhütungsringes können bei manchen Frauen unerwartete Scheidenblutungen zwischen den Monatsblutungen auftreten. Es kann sein, dass Sie entsprechende Hygieneartikel verwenden müssen. Belassen Sie den Ring auf jeden Fall in der Scheide und verwenden Sie den Ring wie üblich weiter. Wenn die unregelmäßigen Blutungen länger andauern, stärker werden oder wiederkehren, informieren Sie Ihren Arzt.

Wann beginnt meine Menstruation bei Verwendung des Verhütungsringes?

Ihre Monatsblutung beginnt normalerweise zwei bis drei Tage nach Entfernen des Ringes und kann gelegentlich noch andauern, bevor Sie den nächsten Ring einsetzen. Um weiter vor einer Schwangerschaft geschützt zu sein, müssen Sie den neuen Ring eine Woche nach Entfernen des letzten Ringes einsetzen, auch wenn die Blutung noch nicht beendet ist.

Was soll ich tun, wenn die Blutung länger dauert, als die ringfreie Woche?

Den Verhütungsring weiter nach Vorschrift einsetzen.

1-fach zuverlässig

Wie sicher ist der Verhütungsring?

Wenn der Verhütungsring genau nach Anweisung, wie in der Gebrauchsinformation beschrieben, verwendet wird, ist die Wahrscheinlichkeit, dass Sie schwanger werden, so gering wie bei der Pille (Pearl Index 0,64).

Mit dem Pearl-Index wird die Zuverlässigkeit von Methoden der Empfängnisverhütung gemessen. Der Pearl Index gibt an, wie viele Schwangerschaften eintreten, wenn 100 sexuell aktive Frauen ein Jahr lang eine bestimmte Verhütungsmethode nutzen. Je niedriger der Pearl-Index ist, desto sicherer ist die Methode.

Ist die Lage des Verhütungsringes wichtig für seine Wirksamkeit?

Nein. Da der Verhütungsring keine Barrieremethode ist, sondern durch Hormonabgabe den Eisprung verhindert, ist die genaue Position in der Scheide für seine Wirksamkeit nicht wichtig.

Bin ich auch während der einwöchigen Pause geschützt?

Ja

Ist der Verhütungsring auch bei Durchfall oder Erbrechen wirksam?

Ja. Da die Hormone nicht (wie bei der Pille) geschluckt werden sondern über die Vaginalhaut in den Blutkreislauf gelangen, ist der Verhütungsring auch im Falle von Durchfall oder Erbrechen wirksam.

Wie wirkt der Verhütungsring?

Durch Abgabe der im Verhütungsring enthaltenen Hormone über die Vaginalhaut an den Körper. Diese Hormone verhindern den Eisprung und somit eine ungewollte Schwangerschaft.

Kann es beim Verhütungsring zu Risiken und Nebenwirkungen kommen?

Wie bei jedem hormonellen Verhütungsmittel können auch beim Verhütungsring Nebenwirkungen vorkommen. Lesen Sie daher vor der Anwendung des Verhütungsringes die Gebrauchsinformation und beraten Sie sich mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt.

Ist der Verhütungsring auch noch sicher, wenn ich gleichzeitig Scheidenzäpfchen verwende?

Ja, hier gibt es Untersuchungen, die keine Beeinträchtigung der Verhütungswirkung feststellen konnten.

Ich habe eine vaginale Pilzinfektion, was soll ich jetzt mit dem Verhütungsring tun?

Belassen Sie den Verhütungsring in der Scheide und behandeln Sie den Pilz nach Angaben Ihrer Ärztin/Ihres Arztes.

Beeinflussen Johanniskraut-Präparate die Wirkung des Verhütungsringes?

Das pflanzliche Arzneimittel Johanniskraut kann die Wirksamkeit des Verhütungsringes herabsetzen. Wenn Sie während der Anwendung des Verhütungsringes pflanzliche Produkte einnehmen möchten, die Johanniskraut enthalten, sollten Sie zuerst Ihren Arzt befragen.

1-fach wissen, was zu tun ist, wenn ...

... der Ring versehentlich herausrutscht oder entfernt wurde

Wenn sich der Ring **weniger als 3 Stunden** außerhalb der Scheide befindet, sollten Sie ihn so bald wie möglich wieder einführen. Wenn Sie möchten, können Sie den Ring vorher mit kaltem oder lauwarmem (nicht heißem) Wasser abspülen.

Wenn sich der Ring **länger als 3 Stunden** außerhalb der Scheide befindet, müssen Sie für zusätzlichen Empfängnischutz sorgen.

... ich vergesse, den Ring zu entfernen, den Ring also länger als 3 Wochen anwende

Wenn Sie den Ring für **weniger als 1 zusätzliche Woche** (insgesamt weniger als 4 Wochen) in der Scheide belassen haben, entfernen Sie den Ring, sobald Sie es bemerken, halten Sie eine ringfreie Woche ein und führen Sie dann einen neuen Ring ein.

Wenn Sie den Ring für **mehr als 1 zusätzliche Woche** (insgesamt länger als 4 Wochen) in der Scheide belassen haben, entfernen Sie den Ring und konsultieren Sie Ihre Frauenärztin oder Ihren Frauenarzt, um vor dem Einführen eines neuen Rings eine Schwangerschaft auszuschließen.

▶ Sie müssen keine zusätzliche empfängnisverhütende Barrieremethode, wie z. B. ein Kondom, anwenden.

▶ Wenn der Verhütungsring während der 1. oder 2. Woche länger als 3 Stunden außerhalb der Scheide war, können Sie ihn wieder einführen, müssen aber für 7 Tage zusätzlich eine mechanische Verhütungsmethode, z. B. ein Kondom, anwenden.

Wenn der Verhütungsring während der 3. Woche länger als 3 Stunden außerhalb der Scheide war, entsorgen Sie diesen Ring und legen Sie sofort einen neuen Ring für 3 Wochen ein oder warten Sie die Abbruchblutung ab und legen Sie innerhalb von 7 Tagen einen neuen Ring ein, wenn der vorherige in den vorausgegangenen 7 Tagen ununterbrochen angewendet wurde.

▶ Es ist nicht erforderlich, zusätzlich eine empfängnisverhütende Barrieremethode anzuwenden.

▶ Sprechen Sie mit Ihrer Frauenärztin oder Ihrem Frauenarzt, ob die Anwendung einer zusätzlichen empfängnisverhütenden Barrieremethode erforderlich ist.

1-fach wissen, was zu tun ist, wenn . . .

... ich den Ring zu früh entferne, den Ring also weniger als 3 Wochen anwende

Wenn Sie den Ring **mehr als 7 Tage** lang kontinuierlich angewendet haben, halten Sie eine ringfreie Woche ein und führen Sie dann einen neuen Ring ein.

Wenn Sie den Ring **weniger als 7 Tage** kontinuierlich angewendet haben, sollten Sie ebenfalls den obigen Ratschlag befolgen, müssen jedoch zusätzlich eine empfängnisverhütende Barriere­methode anwenden.

... ich vergesse, einen neuen Ring für meinen nächsten Zyklus einzuführen (ringfreies Intervall länger als 1 Woche)

Wenn Sie während des verlängerten ringfreien Intervalls **keinen Geschlechtsverkehr** hatten, führen Sie so bald wie möglich einen neuen Ring ein und wenden Sie eine zusätzliche empfängnisverhütende Methode an.

Wenn Sie während des verlängerten ringfreien Intervalls **Geschlechtsverkehr** hatten, sind Sie möglicherweise bereits schwanger. Sie sollten keinen neuen Ring einführen, sondern Ihren Arzt aufsuchen, um eine Schwangerschaft auszuschließen.

... ich meinen neuen Ring zu früh einführe (ringfreies Intervall kürzer als 1 Woche)

In diesem Fall brauchen Sie nichts zu tun. Achten Sie darauf, dass Sie den Ring 3 Wochen nach dem Tag des Einführens entfernen, und führen Sie nach dem üblichen einwöchigen ringfreien Intervall einen neuen Ring ein. Beachten Sie, dass sich der Wochentag, an dem Sie den Verhütungsring dann einführen und entfernen, ändert.

▶ Sie müssen keine zusätzliche empfängnisverhütende Barrieremethode, wie z.B. ein Kondom, anwenden.

▶ Die Anwendung einer zusätzlichen empfängnisverhütenden Barrieremethode (z.B. Kondom) während des ringfreien Intervalls und der ersten 7 Tage des folgenden Zyklus ist erforderlich.

▶ Für die nächsten 7 Tage ist die Anwendung einer zusätzlichen empfängnisverhütenden Barrieremethode (z.B. Kondom) erforderlich.

▶ Bitte suchen Sie Ihre Frauenärztin oder Ihren Frauenarzt auf, um die Anwendung zusätzlicher Barrieremethoden zu klären.

▶ Sie müssen keine zusätzliche empfängnisverhütende Barrieremethode, wie z.B. ein Kondom, anwenden.

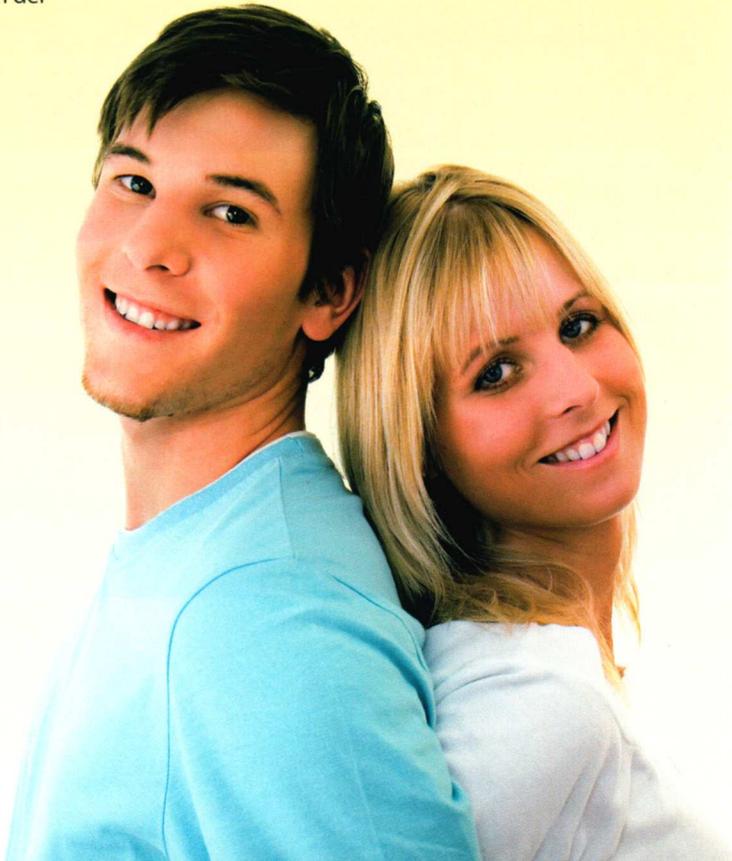
1-fach tolerant

Kann ich den Verhütungsring und Tampons gleichzeitig verwenden?

Ja. Sie können den Verhütungsring und Tampons gleichzeitig verwenden. Da die Regelblutung aber meist kürzer dauert als die ringfreie Woche, wird dies in den meisten Fällen nicht nötig sein.

Spürt mein Partner oder ich selbst den Verhütungsring während des Geschlechtsverkehrs?

In gelegentlichen Fällen (in weniger als 1%) kann der Verhütungsring von Ihnen oder Ihrem Partner gespürt werden. Dies wird meist aber nicht als unangenehm empfunden.



Beeinträchtigt heißes Badewasser die Wirkung des Verhütungsringes?

Nein, die Wirkung des Verhütungsringes kann durch heißes Badewasser nicht beeinträchtigt werden. Sollten Sie den Ring aber eventuell abspülen müssen, sollte dies durch lauwarmes Wasser erfolgen.

Beeinträchtigen Saunagänge die Wirkung des Verhütungsringes?

Nein.

Kann man trotz des Verhütungsringes Oralverkehr haben?

Ja.

Warum muss der Ring so groß sein?

Da der Verhütungsring sehr flexibel ist, passt er sich der Scheidenform an. Die tatsächliche Größe wurde in Studien mit unterschiedlichen Ringen ermittelt.

Gibt es unterschiedliche Größen des Verhütungsringes?

Nein, in Studien wurde ermittelt, dass diese Größe für die meisten Frauen optimal ist.

Aus welchem Material besteht der Verhütungsring?

Die arzneilich wirksamen Bestandteile sind Etonogestrel (11,7 mg) und Ethinylestradiol (2,7 mg).

Die sonstigen Bestandteile sind Ethylenvinylacetat-Copolymer (eine Art von Kunststoff, der sich im Körper nicht auflöst), Magnesiumstearat. Der Verhütungsring setzt über einen Zeitraum von 3 Wochen pro Tag 0,120 mg Etonogestrel und 0,015 mg Ethinylestradiol frei.

1-fach richtig

Wie wird der Verhütungsring gelagert?

Nach Abgabe durch die Apotheke ist der Verhütungsring 4 Monate lang ungekühlt haltbar und kann auch bei Raumtemperatur gelagert werden.

Wie bewahre ich den Verhütungsring richtig auf?

Bewahren Sie den Verhütungsring bei Raumtemperatur, in der Originalverpackung und nicht über 30°C auf.

Warum ist von der Apotheke ein anderes Datum angegeben als vom Hersteller?

Der Verhütungsring ist nach der Abgabe in der Apotheke 4 Monate haltbar. Deshalb ist die Apotheke verpflichtet, das Abgabedatum auf der Packung zu vermerken, damit Sie als Anwenderin wissen, wie lange Sie den Ring verwenden können. Das eingedruckte Datum des Herstellers würde nur dann gelten, wenn der Verhütungsring gekühlt in der Apotheke lagert.

Wo ist der Verhütungsring erhältlich?

Der Verhütungsring ist rezeptpflichtig und in Apotheken erhältlich.

Muss ich den Verhütungsring vom Arzt verschreiben lassen?

Ja, der Verhütungsring ist ein rezeptpflichtiges Arzneimittel.

1-fach für Sie

Erinnerungs-Service:

Sie können auf www.verhuetungsring.at beispielsweise einen **SMS-** oder **E-Mail-** Erinnerungsservice ordern, der Sie an das Einlegen und Entfernen des Verhütungsrings erinnert. **Kostenlos**, ganz bequem, ganz entspannt.



