

**LANGZEITVERHÜTUNG**

sichere Methoden für Frauen,  
die langfristig verhüten möchten

Um eine ungewollte Schwangerschaft zu vermeiden, ist es wichtig, eine wirksame Verhütungsmethode zu wählen. Für Frauen, die für längere Zeit keine Kinder (mehr) bekommen möchten, bietet sich eine sichere Langzeitverhütung an:

**Die Kupferspirale**

ist ein weiches, T-förmiges Stäbchen aus Kunststoff, das mit einem Kupferfaden umwickelt ist. Sie schützt 5 bis 10 Jahre (je nach Modell) vor einer ungewollten Schwangerschaft. Die Kupferspirale ist das einzige Langzeitverhütungsmittel ohne Hormone und wird in die Gebärmutter eingelegt.

**Die Hormonspirale**

ist ein weiches, T-förmiges Stäbchen aus Kunststoff, mit einem Gestagen-Hormondepot. Sie schützt bis zu 6 Jahre (je nach Modell) vor einer ungewollten Schwangerschaft und wird in die Gebärmutter eingelegt.

**Das Hormonstäbchen**

ist ein dünnes, biegsames Kunststoffstäbchen mit einem Gestagen-Hormondepot. Es wird unter die Haut des Oberarms eingesetzt und wirkt 3 Jahre.

**WAS SIE BEACHTEN MÜSSEN**

- Langzeitverhütung bei der ÖGF nur für Frauen mit geringem oder ohne Einkommen
- PAP-Befund (= Krebsabstrich-Befund) mitbringen; Befund erhalten Sie bei Ihrer Frauenärztin\* Ihrem Frauenarzt; Befund gilt maximal 12 Monate
- bester Zeitpunkt zum Setzen ist während der Regelblutung
- Kontrolluntersuchung nach 4–6 Wochen in der Beratungsstelle, alle weiteren Kontrolluntersuchungen erfolgen durch Ihre Frauenärztin\* Ihren Frauenarzt; dabei können Kosten anfallen

*Die Österreichische Gesellschaft für Familienplanung (ÖGF) ist ein seit 1966 bestehender gemeinnütziger, nicht gewinnorientierter Verein mit Beratungsstellen in Wien.*

**Die Beratung ist anonym und kostenfrei.**

In unseren Beratungsstellen arbeiten Berater\*innen, Ärzt\*innen, diplomierte Gesundheits- und Krankenpfleger\*innen und Dolmetscher\*innen.

**BERATUNG U.A. ZU**

- Sexualität
- Verhütungsmethoden
- Schwangerschaftskonflikt, Schwangerschaftsabbruch
- Alternativen zum Schwangerschaftsabbruch
- Informationen zu und Schutz vor sexuell übertragbaren Infektionen (STIs)

**ANGEBOTE**

- kostenfreier Schwangerschaftstest
- kostenfreier Ultraschall
- Setzen der Kupferspirale (nur für Frauen mit geringem oder ohne Einkommen)
- Setzen der Hormonspirale oder des Hormonstäbchens bei medizinischer Indikation (nur für Frauen mit geringem oder ohne Einkommen)
- Kontrolluntersuchung ca. 4–6 Wochen nach dem Setzen der Spirale
- gynäkologische Abstriche für Frauen mit Behinderung (Laborzuweisung für „PAP und Sekret“ wird benötigt.)
- kostenfreie „Pille danach“
- „Spirale danach“ = Kupferspirale

**Die ÖGF setzt Frauen mit geringem oder ohne Einkommen kostengünstig bis kostenfrei Langzeitverhütungsmittel.**

IMPRESSUM: Österreichische Gesellschaft für Familienplanung (ÖGF), 1210 Wien, ZVR-Zahl 605062078 | www.oegf.at; www.firstlove.at | Grafik: Matthias Moser | Druck: online Druck GmbH, Brown-Boveri-Straße 8, 2351 Wr. Neudorf, www.flyeralarm.com  
Die ÖGF wird gefördert von:

# ÖGF-Familien- beratungsstellen

Beratung zu Sexualität, Verhütung,  
Schwangerschaftskonflikt und  
-abbruch

Setzen von Langzeitverhütungs-  
mitteln, Abgabe „Pille danach“,  
Schwangerschaftstest



## BERATUNGSSCHWERPUNKTE

Sexualität, Verhütung, Schwangerschaftskonflikt und -abbruch

### Verhütungsmittel

Verhütungsmittel verhindern eine ungewollte Schwangerschaft. Doch nicht für jede Frau ist jedes Verhütungsmittel gleich gut geeignet. Unsere Berater\*innen und Ärzt\*innen unterstützen gerne bei der Wahl des passenden Verhütungsmittels.

### Schwangerschaftskonflikt

Bei ungeplanter/ungewollter Schwangerschaft bieten wir wertneutrale und ergebnisoffene Beratung an.

### Schwangerschaftsabbruch

Wir geben Informationen, wo und zu welchen Kosten ein Schwangerschaftsabbruch durchgeführt werden kann.

### SPEZIELLE BERATUNGSANGEBOTE

#### Beratung für Menschen mit Behinderung

Die ÖGF bietet in ihrer Beratungsstelle im AKH eigene Beratungszeiten mit speziell ausgebildeten Berater\*innen und Ärzt\*innen an. Da wir uns viel Zeit nehmen, bitten wir um telefonische Voranmeldung im ÖGF-Büro unter 01 478 52 42 (Mo-Do).

#### Beratung mit Dolmetscherin

- Englisch
- Französisch, Arabisch und weitere Sprachen auf Anfrage

#### Beratung für Jugendliche

Die ÖGF bietet auch kostenfreie und anonyme Beratung sowie medizinische Leistungen für Jugendliche an. Weitere Informationen: [www.firstlove.at](http://www.firstlove.at)



## BERATUNGSSTELLEN

Angebote der Familienplanung im Überblick

Alle Angebote finden **ohne Voranmeldung** statt. In allen Beratungsstellen ist spätestens 30 Minuten vor Ende Anmeldestopp.

Telefonische Auskünfte und Beratung in allen Beratungsstellen während deren Öffnungszeiten.

### In jeder Beratungsstelle:

- Beratung zu Verhütung, Schwangerschaftskonflikt und -abbruch
- kostenfreie Abgabe der „Pille danach“
- kostenfreier Schwangerschaftstest
- kostenfreie Ultraschalluntersuchung zur Abklärung der Schwangerschaftswoche
- Langzeitverhütungsmittel und „Spirale danach“ kostengünstig bis kostenfrei

**Zum Setzen der Spirale PAP-Befund (= Krebsabstrich-Befund) von Ihrer Frauenärztin\* Ihrem Frauenarzt mitbringen (Befund gilt maximal 12 Monate).**

### 1 ÖGF-FAMILIENBERATUNGSSTELLE IM AKH WIEN

1090 Wien, Währinger Gürtel 18-20  
Ebene 8, Leitstelle 8C, Frauenheilkunde

**Telefon:** 0677 622 490 12

**Öffnungszeiten:** Montag, 16.00–19.00 Uhr

**Covid-19-Regelung:** nur mit Voranmeldung unter 01 478 52 42 (Mo-Do)

### Für Menschen mit Behinderung

**Telefon:** 01 478 52 42

**Öffnungszeiten:** Dienstag, 16.00–19.00 Uhr

Da wir uns viel Zeit für Sie nehmen, bitten wir um telefonische Voranmeldung im ÖGF-Büro unter 01 478 52 42 (Mo-Do)

### 2 ÖGF-FAMILIENBERATUNGSSTELLE IM GESUNDHEITZENTRUM LANDSTRASSE DER ÖGK

1030 Wien, Strohgasse 28, 1. Stock, Gynäkologische Ambulanz

**Telefon:** 0677 624 133 77

**Öffnungszeiten:** Donnerstag, 15.00–18.00 Uhr

### 3 ÖGF-FAMILIENBERATUNGSSTELLE IN DER KLINIK FAVORITEN

1100 Wien, Kundratstraße 3, Mutter-Kind-, OP-Zentrum, EG, Gynäkologische Ambulanz

**Telefon:** 0677 622 069 48

**Öffnungszeiten:** Mittwoch, 16.00–19.00 Uhr

### 4 ÖGF-FAMILIENBERATUNGSSTELLE IN DER KLINIK FLORIDSDORF

1210 Wien, Brünner Straße 68, Ebene 1/B/Gynäkologische Terminambulanz

**Telefon:** 0677 629 412 83

**Öffnungszeiten:** Donnerstag, 15.30–18.30 Uhr

### 5 ÖGF-FAMILIENBERATUNGSSTELLE IN DER KLINIK OTTAKRING

1160 Wien, Montleartstraße 37, Pavillon 29, Ebene B-Süd, 1. Stock, Gynäkologie und Geburtshilfe

**Telefon:** 0677 634 528 55

**Öffnungszeiten:** Dienstag, 14.00–17.00 Uhr

Schwerpunktberatungsstelle für medikamentösen Schwangerschaftsabbruch

