

## LANGZEITVERHÜTUNG

sichere Methoden für eine langfristige Verhütung

Um eine ungewollte Schwangerschaft zu vermeiden, muss eine wirksame Verhütungsmethode gewählt werden. Für Frauen, die für längere Zeit keine Kinder (mehr) bekommen möchten, bietet sich eine sichere Langzeitverhütung, die von einer Frauenärztin\* einem Frauenarzt gesetzt werden muss, 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 eingesetzt.

### Die Hormonspirale

ist ein weiches, T-förmiges Stäbchen aus Kunststoff, mit einem Gestagen-Hormondepot. Sie schützt bis zu 8 Jahre (je nach Modell) vor einer ungewollten Schwangerschaft und wird in die Gebärmutter eingesetzt.

### Das Hormonstäbchen

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

### WAS SIE BEACHTEN MÜSSEN

- Langzeitverhütung in ÖGF-Beratungsstellen nur für Frauen mit geringem oder ohne Einkommen
- PAP-Befund (= Krebsabstrich-Befund) mitbringen; Befund gilt maximal 12 Monate; Befund erhalten Sie bei Ihrer Frauenärztin\*Ihrem Frauenarzt;
- 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 1966 gegründeter, 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 zusammen.

### THEMEN DER BERATUNG

- Sexualität
- Verhütungsmethoden
- Schwangerschaftskonflikt
- Schwangerschaftsabbruch (davor und danach)
- Schutz vor sexuell übertragbaren Infektionen (STIs)

### ANGEBOTE DER ÖGF BERATUNGSSTELLEN

- kostenfreier Schwangerschaftstest
- kostenfreier Ultraschall zur Abklärung der Schwangerschaftswoche
- 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)
- kostenfreie 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 kostenfrei Langzeitverhütungsmittel.**

**Kostenbeitrag/Spende sehr erwünscht.**

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

# ÖGF-Familien- beratungsstellen

Kostenfreie Beratung zu Sexualität, Verhütung, Schwangerschaftskonflikt und -abbruch

Setzen von Langzeitverhütungsmitteln, 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. Beratung nach einem Schwangerschaftsabbruch.

## SPEZIELLE BERATUNGSANGEBOTE

### Beratung für Menschen mit Behinderung

Die ÖGF Beratungsstelle im AKH bietet eigene Beratungszeiten mit speziell geschulten 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, Polnisch 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 Annahmestopp.

Telefonische Auskünfte und Beratung in allen Beratungsstellen nur während deren Öffnungszeiten.

Für eine Schwangerschaftskonfliktberatung nehmen wir uns Zeit für Sie. Bitte um Terminvereinbarung: Montag-Donnerstag, 09.30-15.00 Uhr unter: 01 478 52 42

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

### 1 ÖGF-FAMILIENBERATUNGSSTELLE IN DER KLINIK LANDSTRASSE

1030 Wien, Juchgasse 25, 4. Stock, Besprechungsraum

**Telefon:** 0677 646 252 15

**Öffnungszeiten:** Montag, 08.30-12.30 Uhr

Nur Schwangerschaftsabbruchberatung

Spirale-Setzen: Bitte an eine andere Beratungsstelle wenden.

### 2 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

Zur Zeit 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

Zur Zeit nur mit Voranmeldung unter 01 478 52 42 (Mo-Do)

### 3 ÖGF-FAMILIENBERATUNGSSTELLE IN DER KLINIK OTTAKRING

1160 Wien, Montleartstraße 37, Pavillon 28, EG, Ambulanz B-West, Gynäkologie und Geburtshilfe

**Telefon:** 0677 634 528 55

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

Schwerpunktberatungsstelle für medikamentösen Schwangerschaftsabbruch

### 4 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

### 5 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

### 6 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

