



**Informationen zum  
Schwangerschaftsabbruch  
bis zur 12. Schwangerschaftswoche**

---

## Schwanger - wie soll es weitergehen?

Sie sind schwanger und denken über einen Schwangerschaftsabbruch nach? Folgende Informationen haben wir für Sie zusammengestellt:

Sie allein entscheiden über einen Schwangerschaftsabbruch. Niemand darf über Sie und Ihre Entscheidung bestimmen!

Ein Schwangerschaftsabbruch bleibt in Deutschland straffrei, wenn Sie folgendes beachten:

- Eine Schwangerschaft kann bis zur 12. Schwangerschaftswoche nach Befruchtung abgebrochen werden.
- Sie müssen eine gesetzlich vorgeschriebene Beratung in einer staatlich anerkannten Schwangerenberatungsstelle in Anspruch nehmen. Die Beratung ist kostenfrei und auf Wunsch anonym.
- Im Anschluss an das Gespräch erhalten Sie einen Nachweis über die Beratung, den sogenannten 'Beratungsschein'. Bringen Sie dafür Ihren Pass oder Ausweis mit.
- In der Beratungsstelle erhalten Sie Adressen von Praxen/Kliniken, die Schwangerschaftsabbrüche durchführen.
- Zwischen der Beratung und dem Schwangerschaftsabbruch muss eine Frist von drei Tagen liegen. Der Schwangerschaftsabbruch ist frühestens am vierten Tag nach der Beratung möglich.

Die Berater\*innen unterliegen der Schweigepflicht. Sie haben einen geschützten Rahmen, um Ihre Lebenssituation abzuwägen.

## Dreitägige Frist - die Bedenkzeit

In dieser Zeit können Sie Ihre Entscheidung überprüfen und bei Bedarf weitere Beratung in Anspruch nehmen. Sind Sie sicher in Ihrer Entscheidung, vereinbaren Sie rechtzeitig einen Termin zu einem Vorgespräch in der Praxis oder Klinik Ihrer Wahl.

---

## Kosten des Schwangerschaftsabbruchs

Die Kosten für einen Schwangerschaftsabbruch müssen Sie selbst tragen, wenn Sie über Einkommen verfügen. Wenn Sie kein oder geringes Einkommen haben, müssen Sie eine **Kostenübernahmebescheinigung vor** dem Schwangerschaftsabbruch bei einer gesetzlichen Krankenkasse anfordern. Dazu müssen Sie Dokumente vorlegen, die Ihren Wohnsitz in Deutschland und Ihr verfügbares Einkommen nachweisen. Das Einkommen des Partners wird nicht berücksichtigt.

Die Kosten für die Vor- und Nachuntersuchung sowie, falls Komplikationen entstehen, für weitere Behandlungen, übernimmt die Krankenkasse.

## Vorgespräch in der Praxis oder Klinik

Zum ersten Termin in die Praxis oder Klinik nehmen Sie folgendes mit:

- Beratungsnachweis der Beratungsstelle
- Kostenübernahmebescheinigung der Krankenkasse oder Bargeld
- Versichertenkarte oder Behandlungsschein und, wenn möglich, eine Überweisung
- wenn vorhanden: Ihre Blutgruppenbestimmung

Bei diesem Vorgespräch besprechen Sie mit der Ärztin oder dem Arzt, wie der Schwangerschaftsabbruch durchgeführt wird und welche Risiken bestehen. Fragen Sie nach, wenn Sie etwas nicht verstehen oder wenn Sie etwas beunruhigt!

Nehmen Sie zu jedem Termin in der Praxis oder Klinik eine Dolmetscherin mit, wenn Sie Schwierigkeiten haben, die deutsche Sprache zu verstehen. Das Vorgespräch müssen Sie verstehen können. Vor dem Eingriff unterschreiben Sie eine Einwilligungserklärung. In weiteren Gesprächen müssen Sie sich ebenso mit der Ärztin oder dem Arzt verständigen können, es geht um Ihre Gesundheit.

---

## Der Schwangerschaftsabbruch

Sie können zwischen zwei Methoden, eine Schwangerschaft abzuberechnen, wählen. Der medikamentöse Schwangerschaftsabbruch ist jedoch nur bis zur siebten Schwangerschaftswoche nach Befruchtung möglich. Danach ist ein Abbruch nur mit der instrumentellen Methode durchführbar.

### Der medikamentöse Schwangerschaftsabbruch

Eine Schwangerschaft kann schon im frühen Stadium ärztlich begleitet mit Medikamenten abgebrochen werden. Die Methode verläuft ohne medizinischen Eingriff oder Narkose. Es ist ein längerer Prozess. Nicht alle Praxen bieten diese Methode an. Ärzt\*innen, die den medikamentösen Schwangerschaftsabbruch durchführen, praktizieren unterschiedlich. Entweder sind drei Besuche in der Praxis nötig oder sie bekommen das Medikament mit dem zweiten Wirkstoff mit, um es zu Hause zu nehmen. Sie bekommen auf jeden Fall eine Telefonnummer mit, die Sie bei Fragen verwenden können.

Der Schwangerschaftsabbruch beginnt mit der Einnahme des Wirkstoffs Mifepriston (Handelsname: Mifegyne®) unter ärztlicher Aufsicht in der Praxis. Danach gehen Sie nach Hause. Es können Nebenwirkungen wie Übelkeit, Erbrechen und Schmerzen auftreten. Lassen Sie sich bei Bedarf arbeitsunfähig schreiben. Auf der Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung für den Arbeitgeber wird der Grund der Arbeitsunfähigkeit nicht genannt.

Der Wirkstoff Mifepriston verhindert die Weiterentwicklung der Schwangerschaft. Zusätzlich lösen sich die Gebärmutter Schleimhaut und der Fruchtsack mit dem Embryo ab. Der Gebärmuttermund öffnet sich und die Gebärmutter zieht sich zusammen. Nach etwa 24 Stunden setzt eine Blutung, ähnlich der normalen Monatsblutung, ein. Bei sehr wenigen Frauen setzt eine starke oder starke Blutung ein. Nutzen Sie ausschließlich Binden zur Hygiene während des Schwangerschaftsabbruchs.

36 bis 48 Stunden nach der Einnahme von Mifepriston nehmen Sie ein

---

weiteres Medikament ein. Entweder in der Praxis oder sie haben das Medikament mit nach Hause bekommen. Es enthält Prostaglandine und bewirkt, dass die Gebärmutterschleimhaut und der Embryo durch eine Blutung ausgestoßen werden. Es verstärkt auch die Wirkung von Mifepriston. Gegen Nebenwirkungen wie Übelkeit, Erbrechen, Durchfall oder Schmerzen erhalten Sie entsprechende Medikamente.

Es ist ratsam, dass Sie sich während des gesamten Zeitraums schonen.

### **Der instrumentelle Schwangerschaftsabbruch**

Bei dieser Methode wird unter Vollnarkose oder in örtlicher Betäubung die Gebärmutterschleimhaut und der Embryo in der Regel mit Hilfe der Absaugmethode, die Saugkürettage, aus der Gebärmutter entfernt. Manche Ärzt\*innen führen eine Ausschabung durch, dazu benutzen sie eine Kürettage - ein löffelartiges Instrument, mit stumpfen Rändern.

**Beachten Sie:** Wird der Eingriff in Vollnarkose durchgeführt, dürfen Sie einige Stunden vorher nichts essen, nichts trinken, nicht rauchen und kein Kaugummi kauen. Ihre Nüchternheit ist sehr wichtig!

Möglicherweise bekommen Sie beim Vorgespräch eine Tablette, die Sie einige Stunden vor dem Eingriff nehmen müssen. Diese Tablette macht den Muttermund weicher und leichter dehnbar.

In der Praxis bekommen Sie für den Eingriff eine Narkose oder örtliche Betäubung. Im Anschluss wird der Muttermund vorsichtig einige Millimeter aufgedehnt, sodass eine Saug-Kürettage eingeführt werden kann, um die Schwangerschaft abzubrechen. Anschließend wird geprüft, ob die Gebärmutterschleimhaut und der Embryo komplett entfernt wurden. Nach etwa zehn bis 15 Minuten ist der eigentliche Eingriff beendet. Danach ruhen Sie sich im Ruheraum der Praxis aus, bis sich Ihr Kreislauf erholt hat. Es ist notwendig, dass Sie jemand auf dem Weg nach Hause begleitet, da Sie allein nicht sicher am Straßenverkehr teilnehmen können. Ebenso müssen Sie

---

dafür sorgen, dass Sie die nächsten 24 Stunden betreut werden. Diese Person kann helfen und Hilfe holen, wenn bei Ihnen nach dem Eingriff mit Narkose Komplikationen auftreten sollten.

In den Tagen nach dem Abbruch stellt sich der Körper hormonell um, sodass Brüste und Unterleib sich vielleicht wieder anders anfühlen. Manchmal macht sich auch ein seelisches Tief bemerkbar. Es ist ratsam, dass Sie sich nach dem Eingriff schonen und sich bei Bedarf arbeitsunfähig schreiben zu lassen. Auf der Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung für den Arbeitgeber wird der Grund der Arbeitsunfähigkeit nicht genannt.

### **Entscheidungsfreiheit**

Bis zum Zeitpunkt, zu dem der Abbruch beginnt, ggf. mit dem Medikament, das Sie vor dem instrumentellen Schwangerschaftsabbruch nehmen, haben Sie jederzeit das Recht, Ihre getroffene Entscheidung zu ändern und die Schwangerschaft fortzusetzen. Sagen Sie dazu den Termin in der Praxis oder Klinik ab!

### **Nach dem Schwangerschaftsabbruch**

Gönnen Sie sich Ruhe in den ersten Tagen nach dem Schwangerschaftsabbruch. Blutungen und Schmerzen im Unterleib sind nach einem Abbruch normal. Nehmen Sie bei Bedarf zur Linderung Schmerzmittel.

Suchen Sie Ihre Ärztin oder Ihren Arzt auf, wenn Sie Fieber über 38,5 °C oder schlecht riechenden Ausfluss haben. Es können Anzeichen für eine Entzündung sein. Nutzen Sie zur Hygiene ausschließlich Binden und zur Reinigung die Dusche. Verzichten Sie auf Geschlechtsverkehr, um Entzündungen zu vermeiden.

Denken Sie an Ihren Termin zur Nachuntersuchung. Dadurch sorgen Sie sich verantwortlich um Ihre eigene Gesundheit!

---

## Verhütung

Direkt nach einem Schwangerschaftsabbruch beginnt ihr nächster Zyklus. Sie können schwanger werden. Wollen Sie keine Schwangerschaft, beginnen Sie mit einer sicheren Verhütungsmethode, die zu Ihnen passt!

Wenn Sie unsicher sind, wie Sie verhüten möchten oder mit Ihrem\*Ihrer Partner\*in darüber im Konflikt sind, kommen Sie zur Verhütungsberatung in unsere Beratungsstelle.

## Besonderheiten:

### Kriminologische Indikation

Bestehen nach ärztlicher Einsicht dringende Gründe dafür, dass die Schwangerschaft durch eine Vergewaltigung oder sexuellen Missbrauch entstanden ist, kann die Schwangerschaft bis zur 12. Woche nach Empfängnis abgebrochen werden. Dazu muss eine Ärztin oder ein Arzt eine Indikation ausstellen. Die Kosten für den Schwangerschaftsabbruch übernimmt die Krankenkasse. Es besteht keine Beratungspflicht. Aber selbstverständlich besteht ein verlässliches Beratungsangebot, um die einschneidende Lebenssituation im geschützten Raum zu besprechen. Für eine kriminologische Indikation ist es nicht notwendig, dass die Straftat zur Anzeige kam. Für Mädchen, die ihr 14. Lebensjahr noch nicht vollendet haben, gilt immer die kriminologische Indikation.

### Schwangerschaftsabbruch im Ausland

Wenn Sie planen, einen Schwangerschaftsabbruch im Ausland von einem Arzt durchführen zu lassen, gelten dort die gesetzlichen Regelungen des jeweiligen Landes. Eine Kostenübernahme über Ihre Krankenkasse ist in diesem Fall nicht möglich.

Sie bleiben nach der Gesetzeslage in Deutschland straffrei, wenn sie vor dem Eingriff die gesetzlich vorgeschriebene Beratung in einer staatlich anerkannten Schwangerenberatungsstelle in Anspruch genommen haben und den Nachweis über diese Beratung haben.

---

## Beratungsangebot

Die Entscheidung für eine Schwangerschaft oder für einen Schwangerschaftsabbruch treffen Sie für sich - niemand darf über Sie bestimmen oder Sie zu einer Entscheidung zwingen! Nehmen Sie sich so viel Zeit wie nötig, um eine Entscheidung, mit der Sie in Zukunft gut leben können, treffen zu können.

Grundsätzlich gilt auch für Minderjährige: Gegen ihren Willen darf weder das Austragen der Schwangerschaft erzwungen noch ein Schwangerschaftsabbruch vorgenommen werden. Jedoch regelt der Gesetzgeber die Entscheidungs- und Einwilligungsfähigkeit bei Minderjährigen besonders.

**Wichtig:** Minderjährige dürfen die Beratung alleine wahrnehmen, um ihre Situation zu besprechen. Die Berater\*innen, die der Schweigepflicht unterliegen, begleiten und unterstützen Minderjährige in allen Belangen rund um den Schwangerschaftskonflikt.

## Kontakt zur Beratungsstelle:

### Impressum:

Landesverband donum vitae NRW e. V.  
Markmannsgasse 7  
50667 Köln

Tel.: +49 (0)221 222 543 0

E-Mail: [info@nrw-donumvitae.de](mailto:info@nrw-donumvitae.de)  
[www.nrw-donumvitae.de](http://www.nrw-donumvitae.de)

Foto: [wayhome studio/ stock.adobe.com](https://www.wayhomestudio.com/)

Stand: August 2024

---