

# NATÜRLICHE EMPFÄNGNISREGELUNG (NER) versus VERHÜTUNG Informationen

## I. Erfahrungen nach 50 Jahren seit Einführung der „Pille“

- Zur Propagierung der „Pille“ wurde argumentiert: „Besser **verhüten** als abtreiben!“

Es ist jedoch in diesen Jahren klar geworden: die Zahl der Abtreibungen ist nicht zurückgegangen, sondern gestiegen <sup>1, 2</sup>. Dies aus mehreren Gründen und: Was bleibt als Konsequenz, wenn das Verhütungsmittel versagt <sup>2, 3</sup>? Abtreibung hat gegenüber Verhütung gravierendere Folgen.

Verhütungsmittel **können versagen** – durch Erkrankungen, durch gleichzeitige Einnahme mehrerer Medikamente, durch mangelnde Sorgfalt und Konsequenz in der Einnahme (dies besonders bei Jugendlichen: Ansteigen der Teenagerschwangerschaften und Abtreibungen) und sie können auch trotz regelmäßiger Einnahme unwirksam sein <sup>3</sup>.

Alle hormonellen Verhütungsmethoden (Pille, Stäbchen, Hormonpflaster, Nuvaring, Dreimonatsspritze...) haben mehrere Wirkungsmechanismen (siehe Anhang 1).

**Einige wirken frühabtreibend.** Sie verhindern die Einnistung der befruchteten Eizelle, eigentlich des Kindes, in die Gebärmutterschleimhaut. Diese Frühabtreibungen können statistisch nicht erfasst werden.

- Ein weiteres Argument der Pillenbefürworter: „Die **Liebe** kann **spontan** und ohne Angst vor den Folgen gelebt werden.“

Seit dem Erscheinen der „Pille“ ist die Zahl der **Ehescheidungen** gestiegen <sup>4</sup>. Nur noch etwa zwei Fünftel der Paare heiraten vor dem Standesamt. Etwa die Hälfte trennt sich wieder. Ebenso hoch dürfte die Zahl der **Trennungen** von Lebensgemeinschaften sein. **Die psychischen Nebenwirkungen der Pille** sind daran nicht unbeteiligt.

Diese Situation ist auch maßgeblich Ursache für den **demografischen Winter** <sup>5</sup>. Die Begründung hiefür seitens der Demografen: „Nur verlässliche Beziehungen sind geeignet, Kinderzahlen zu halten oder zu steigern.“ Die Unverlässlichkeit der Paarbeziehungen führt zu einem Sinken der Geburten. Die Folgen: weniger Schüler, Reduktion der Rentenzahlungen ... werden jährlich spürbarer.

- **Die Liebe**, wie sie von den Propagandisten zur Werbung für die Pille verstanden wird, zeigt demnach **nicht die Kraft**, Beziehungen auf Dauer zu stabilisieren.
- Die Erfahrungen zeigen auch, dass die **Gesundheitsrisiken** für die Frauen höher sind als allgemein bekannt ist. Das Infektionsrisiko steigt: Die Zahl der **Geschlechtskrankheiten** nimmt stark zu <sup>6</sup>. Diese wiederum können zu **Eileiterentzündungen** führen und folglich zu Sterilität. Die Pille wurde von der WHO 2005 als **krebserregend** eingestuft (Muttermund-, Leber-, Brustkrebs) <sup>6</sup>. Auch das Risiko für

**Thrombosen** und **Embolien** ist erhöht (Schlaganfall und Herzinfarkt). Über 200 **Todesfälle** pro Jahr sind allein in Deutschland zu verzeichnen<sup>6</sup>.

- Heute ist ein starker Trend zur „**Natürlichkeit**“ gerade im Bereich der Medikation festzustellen. Warum aber wird die Pille, die kein Medikament gegen eine Krankheit ist, sondern ein Mittel gegen die Fruchtbarkeit der Frau, über Jahre hinweg eingenommen?! Sie wird nicht in Frage gestellt, obwohl sie ein **hochwirksames Hormonpräparat** mit zahlreichen gesundheitsschädlichen Nebenwirkungen ist<sup>6</sup>.
- Wie Forschungen nachweisen, hat auch die Pilleneinnahme in den vergangenen Jahrzehnten zu einer starken Östrogenanreicherung im Grundwasser geführt<sup>6,7</sup>. Dieser Umstand spielt ebenfalls eine Rolle bei der Verminderung der Spermienzahl der Männer um 50 % in den letzten Jahrzehnten und ist mit wirksam an der massiven **Reduzierung der Fruchtbarkeit des Mannes**<sup>7</sup>.
- Im Laufe der vergangenen Jahre wurde auch die Wirkung der Verhütung auf die **seelische Verfassung** deutlich. Die **Verführbarkeit** der Mädchen ist erhöht. Sie nehmen „die Pille“, damit „nichts“ passiert. Dies führt zu Oberflächlichkeit in Beziehungen.

Die Langzeiteinnahme „der Pille“ bedeutet eine **Scheinschwangerschaft** auf Dauer. Dies bedeutet für nicht wenige Frauen einen **Libidoverlust**<sup>6,15</sup>. Was für spontane erotische Liebe empfohlen wurde und wird, kehrt sich um in Verlust des Begehrens. – „Sex“, so berichten viele Frauen, sagt ihnen nichts mehr.

Schon der Philosoph Horkheimer formulierte: „Die Pille müssen wir mit dem Tod der erotischen Liebe bezahlen“.

Zur sexuellen Befreiung forderten besonders die Feministinnen die Verhütung. Sie waren es jedoch auch, die als erste erkannten, dass die Pille sehr leicht zur sexuellen, moralischen und finanziellen **Ausbeutung der Frau** führen kann<sup>6</sup>.

Die von Papst Paul VI. erwarteten negativen Folgen der künstlichen Verhütung<sup>8, 14</sup> sind eingetreten: (Untreue, Einbruch der sittlichen Zucht, Entwertung der Frau, gefährliche Macht des Staates (Humanae Vitae 16, 17) und noch überboten: Sex im Internet, Kinderpornografie, Scheidungswaisen, Kind als Schadensfall. – Nicht nur die Zahl der Geburten<sup>4</sup>, auch die **Wertschätzung** für das Kind ist gesunken.

Ist aus dieser Situation selbstkritische Neubesinnung, Umkehr und Suche nach dem Weg der niveaувollen Menschlichkeit nicht angesagt? **Es geht um die gute Zukunft**<sup>9</sup> für die Frau, den Mann, die Gesellschaft, besonders für die junge Generation.

In der Übersicht der aufgezeigten Erkenntnisse und Erfahrungen darf gesagt werden: **Die sexuelle Intimität der Paare erreicht durch Verhütung nicht ihren Vollsinn.**

Sie soll ja Ausdruck der gegenseitigen Ganzhingabe sein<sup>8, 10</sup>. Die Fruchtbarkeit wird in diesen Begegnungen unter Missachtung der biologischen Gegebenheiten ausgeschlossen, die Begegnung dadurch einseitig stark auf Lust orientiert. Die Frau wird in einer Wesensberufung, nämlich **als Mutter nicht eigentlich respektiert – der Mann nicht als Vater**. Der Mensch beansprucht die Verfügung darüber nach persönlicher Einschätzung.

## II. Die neue Situation durch wissenschaftlich abgesicherte Untersuchungen.

- In den USA hat Mercedes A. Wilson im Jahre 2002 den Einfluss der Natürlichen Empfängnisregelung auf das Familienleben untersucht <sup>11</sup>.
- In Österreich hat das Ärzteehepaar Dr. Rhomberg diese Untersuchung <sup>12</sup> auf der Basis der Daten (aus Deutschland, Schweiz, Österreich) des Institutes für NER Dr. Rötzer e.V. durchgeführt. Das Bemerkenswerte in beiden Untersuchungen ist, dass sie zum gleichlautenden Ergebnis kommen:
  - Die Zahl der **Scheidungen** liegt bei diesen Ehepaaren insgesamt – unabhängig vom Glaubensbekenntnis – **unter 5 %**, bei distanzierter religiöser Praxis **bei 12,5 %**.
  - Die durchschnittliche **Geburtenzahl sind 3 Kinder pro Paar**.
- **Verlässlichkeit der NER**

An der Universitätsfrauenklinik Heidelberg wurde durch Forschung über 20 Jahre festgestellt, dass die symptothermale Methode der natürlichen Familienplanung bei sorgfältiger Anwendung einen **Pearl-Index von 0,4 erreicht** <sup>13</sup>; d. h. ebenso hoch ist wie die Sicherheit der Pille.

Dr. Rötzer (er hat die sympto-thermale Vorgangsweise der Natürlichen Empfängnisregelung entwickelt) nennt diese Art der Fruchtbarkeitsregelung nicht eine Methode, sondern **eine eigene Lebensweise** <sup>14</sup>. Sie fordert Mann und Frau in allen Bereichen, ganzheitlich. Sie ist gleichermaßen hilfreich, sowohl beim Anstreben einer Schwangerschaft bei Kinderwunsch, als auch bei deren zuverlässiger Vermeidung. Voraussetzung für die Umsetzung dieser Vorgangsweise ist die genaue Kenntnis des weiblichen Zyklus. Die Zuverlässigkeit in der Regelung wird nicht durch die Verwendung eines Verhütungsmittels, sondern durch die **sorgfältige Achtsamkeit** auf die Gegebenheiten des weiblichen Zyklus erreicht. Dies erfordert seitens der Frau Schulung in Selbstbeobachtung und von beiden Partnern ein gewisses Maß an Selbststeuerungsfähigkeit. Die gegenseitige Rücksichtnahme und Achtsamkeit ist ein fördernder Beitrag in der Beziehung <sup>9, 10</sup>.

Die Anstrengung für NER bringt die Entdeckung und Erfahrung vollhuman gelebter Sexualität, den **Zugewinn an Ehezufriedenheit**, die sich in der niedrigen Scheidungszahl ausweist <sup>11, 12</sup>.

## III. Warum ist die Zahl der Scheidungen bei NER so niedrig?

- Das Erlernen und Leben mit NER vertieft die Beziehung des Paares: Der Wechsel zwischen fruchtbaren und unfruchtbaren Zeiten im Zyklus wird in seiner Sinnhaftigkeit erkannt. Das Gespräch und das gegenseitige Verstehen wird gefördert. Weil der Mann seinen Teil beiträgt und auf den Zyklus **Rücksicht** nimmt, bedeutet dies zusätzliche **Wertschätzung** für die Frau.
- Menschliche **Liebe** besteht aus zahlreichen **Teilbefähigungen**: Verstehen, Vertrauen, Einfühlung, Achtung, Zärtlichkeit, Geduld, Rücksicht, Verzicht, Aufmerksamkeit,

Anerkennung ... . Sie sind für das Gelingen einer Beziehung wesentlich und werden durch die Lebensweise der NER gefördert.

**Liebe**, wie sie Jesus Christus aufgezeigt hat, ist nicht „das große Gefühl“ und „guter Sex“, sondern die Bereitschaft, das Wohl des Partners und der Beziehung in Großherzigkeit zu fördern. Sie ist unser **größtes christliches Gebot** (Mk 12,28 ff.) und steht unter der Aufforderung Jesu: „Liebt einander wie **ich** euch geliebt habe.“ (Jo 15,12) Diese Art der Liebe erwächst aus einer lebendigen Glaubenspraxis. Diese hat aus verschiedenen Ursachen stark abgenommen. Christliche Orientierung des Paares bringt die Ausrichtung auf die Person Jesu und seine Botschaft in die Gestaltung des Miteinander ein. Es wird spürbar: ER ist „der Mensch“ und fördert echtes Menschsein.

Angesichts des demografischen Winters, in dem wir schon seit Jahren stehen, wäre die durchschnittliche Zahl von drei Kindern pro Paar <sup>12</sup> **Hoffnung für die Zukunft der Gesellschaft**.

- Das sexuelle Verhalten der Paare in den vergangenen Jahrzehnten wurde, in Unkenntnis der NER, hauptsächlich durch Verhütung geprägt. Dies führte zu einer permissiven Denkweise in allen Bereichen der Moral. Was Papst Benedikt mit „**Relativismus**“ kennzeichnet, ist generelle Gefährdung des Glaubens, ist riskante Relativierung **existentiell wichtiger Wahrheiten** für echte Menschlichkeit. Es geht in der Problematik NER versus Verhütung um die Frage, ob eine ganzheitliche oder nur eine reduzierte Sicht der Liebe gelebt wird, ob ein Paar Menschsein im Vollsinn leben will – oder nicht.

Was Papst Paul VI. in *Humanae vitae* vertritt, ist durch die Erfahrungen der vergangenen Jahre als richtig bestätigt worden <sup>14</sup>.

Viel an Wesentlichem und Wichtigem für das echte Glück der Menschen ist gefährdet, wenn Verhütung das sexuelle Verhalten bestimmt.

Sammlung der Informationen

+ Dr. Elmar Fischer  
und Mitarbeiter

Feldkirch, im Oktober 2010

Anhang 1:

### **Wirkungsmechanismen der hormonellen Verhütung <sup>6</sup>:**

1. Ovulationshemmung: Hemmung des Eisprungs
2. Zervixschleimeindickung: zur Hemmung der Spermien
3. Tubenfaktor: der Eileiter wird in seiner Beweglichkeit gehemmt und damit wird, falls eine Befruchtung stattgefunden hat, der Embryo (das ist das Kind in seinen ersten Lebenstagen) nicht synchron weitertransportiert und nicht ausreichend ernährt.
4. Endometriumfaktor: Störung des Aufbaus der Gebärmutter Schleimhaut, sodass der Embryo die für seine Weiterentwicklung nötigen Voraussetzungen, wie Verankerung, Schutz und Ernährung dort nicht vorfindet und daher abstirbt.

Hormonpflaster und Nuvaring wirken **nidationshemmend**, das heißt: wenn der Eisprung nicht verhindert wird (Durchbruchovulationen, bzw. Freisetzen der Eizelle kommen bes.

bei den niedrig dosierten Pillen vor und der Zervixschleim wird rund um den Eisprung dennoch durchlässig), und Befruchtung geschieht, wird die Einnistung verhindert, d.h. Frühabtreibung ist das die Folge.

### **Methoden-, Gebrauchsicherheit**

Unter Methodensicherheit ist die Wirksamkeit eines Präparates bei immer perfekter Anwendung zu verstehen.

Gebrauchsicherheit ist die Wirksamkeit einer Methode bei vorschriftsmäßiger Anwendung durch normale Menschen.

Die scheinbar geringere Sicherheit der NER ergab sich, weil die Methodensicherheit der Pille mit der Gebrauchsicherheit der NER verglichen wurde!

NER wird in diesen Darlegungen verstanden als Vorgangsweise, die in der fruchtbaren Zyklusphase auf Intimverkehr verzichtet, wenn Empfängnis vermieden werden soll.

Anhang 2: Weiterführende Informationen – Link für die nachstehende Literatur:

<http://www.kath-kirche-vorarlberg.at/themen/natuerliche-empfaengnisregelung>

- <sup>1</sup> Bühner Media, Bühner-Dinkel Gisela,  
„Internationale Studie zum Schwangerschaftsabbruch in ausgewählten Ländern“
- <sup>2</sup> Medizin und Ideologie, Informationsblatt der Europäischen Ärzteaktion, 2/2008  
Prof. Janet E. Smith  
„Die enge Verknüpfung zwischen Verhütung und Abtreibung“
- <sup>3</sup> Zeitschrift für Sexualforschung 1/2008, Matthiesen Silja  
„Wenn Verhütung scheitert – Verhütungspannen bei Jugendlichen“
- <sup>4</sup> Statistik Austria, Statistik der Eheschließungen 1951 - 2009  
Statistik der Ehescheidungen 1951 – 2009  
Statistik der Kinderzahlpro Frau 1951 - 2009
- <sup>5</sup> Österreichisches Institut für Familienforschung Universität Wien  
„Demografischer Winter über Europa“
- <sup>6</sup> Vorträge von Dr. med. Rudolf Ehmman,  
„Das Nein“ zur Fruchtbarkeit – Ursachen und Folgen der Verhütungsmentalität“  
„Die Geburtenkontrolle – vielfältige Bedrohung des ungeborenen Lebens“  
  
Medizin und Ideologie, Informationsblatt der Europäischen Ärzteaktion  
Dr. med. Rudolf Ehmman in den Ausgaben 4/2006, 1+2+4/2007, 1/2008  
„Ist die Pille wirklich nur ein Verhütungsmittel?“
- <sup>7</sup> Institut für angewandte Toxikologie und Umwelthygiene Oldenburg  
„Rückgang der Spermienqualität in Deutschland und Europa 1999“
- <sup>8</sup> Humanae Vitae, Papst Paul VI  
„Die Weitergabe menschlichen Lebens“ Enzyklika vom 25. 7. 1968

- <sup>9</sup> Europäische Ärzteaktion, Meran 1989, Dr. med. Josef Rötzer  
„Die verantwortliche Weitergabe des Lebens in medizinisch-anthropologischer Sicht“
- <sup>10</sup> Forum Katholische Theologie, Heft 4/2004, Elisabeth Rötzer  
„Erfahrungen mit der Natürlichen Empfängnisregelung auf der Basis von Humanae Vitae“
- <sup>11</sup> Catholic social science review, Volume 7, 2002, Wilson Mercedes A.,  
„Die Praxis der natürlichen Familienplanung im Vergleich zur künstlichen Geburtenregelung: Familiäre, geschlechtliche und moralische Gesichtspunkte“
- <sup>12</sup> Drs. Univ. med. Rhomberg Walter und Michaela,  
„Internationale Studie zur Anwendung der Natürlichen Empfängnisregelung und ihres möglichen Einflusses auf die Ehe und Familie“, in Medizin und Ideologie 2/2010
- <sup>13</sup> Berichte zur Studie der Heidelberger Universitäts-Frauenklinik von Dr. Petra Frank-Herrmann und Mitarbeiter 1985 - 2005  
Spiegel Online 21. 2. 2007, „Natürliche Familienplanung ähnlich sicher wie Pille“  
Presstext Austria 21. 2. 2007, „Natürliche Verhütung effizienter als Pille“  
Düsseldorf (pts/04.07.2007) Falsche Zahlen über Wirksamkeit von Pille und Natürlicher Familienplanung
- <sup>14</sup> Kirche heute, Ausgabe 4/2009, Weihbischof Andreas Laun  
„Humanae vitae ist lebbar“
- <sup>15</sup> Kirche heute, Ausgabe 6/2010, Dr. univ. med. Gabriele Marx  
„Das wahre Gesicht der Anti-Baby-Pille“

Reportage im Schweizer Fernsehen: „ Hunderte tote Frauen durch hormonelle Verhütungsmittel“: <http://videoportal.sf.tv/video?id=cab9f7b9-2524-4bf3-8d18-0f4632dd943a>

### Anhang 3: Literatur zur Natürlichen Empfängnisregelung

Das Lehrbuch: Natürliche Empfängnisregelung, Prof. Dr. med. Josef Rötzer, Herder Verlag  
ISBN 978-3-451-23983-0

Das Fachbuch: Die Frau und ihr persönlicher Zyklus, Prof. Dr. med. Josef Rötzer,  
ISBN 978-3-9523645-0-5

Zum Einstieg: Mit Freuden Frau sein, Ingrid Trobisch, Elisabeth Rötzer  
ISBN 3-417-11075-0

Broschüre: Erfahrungen der Liebe, Dr. Elmar Fischer, Bischof von Feldkirch  
Erhältlich über das Ehe- und Familienzentrum Feldkirch, Tel. 05522 74139

Broschüre: Ganz Mann sein, Natürliche Empfängnisregelung aus der Sicht eines Mannes, Weißenbach Hubert Ing. und Margret, erhältlich über das Ehe- und Familienzentrum Feldkirch, Tel. 05522 74139 oder Institut für Natürliche Empfängnisregelung Dr. med. Josef Rötzer e. V. Tel. 07672 23364,  
Homepage: [www.iner.org](http://www.iner.org)

Das Fachbuch: Liebe wählt aus, Wilma Lerchen,  
ISBN 978-3-935396-22-6