

- ① Der Pearl-Index gibt an, wieviele Frauen schwanger werden, wenn 100 Frauen ein Jahr lang mit einer bestimmten Methode verhüten.

- 1 Der Pearl-Index gibt an, wieviele Frauen schwanger werden, wenn 100 Frauen ein Jahr lang mit einer bestimmten Methode verhüten.
- 2 Wenn man mehrere Verhütungsmethoden kombiniert, erreicht man eine größere Zuverlässigkeit als mit einer Methode alleine.

- 1 Der Pearl-Index gibt an, wieviele Frauen schwanger werden, wenn 100 Frauen ein Jahr lang mit einer bestimmten Methode verhüten.
- 2 Wenn man mehrere Verhütungsmethoden kombiniert, erreicht man eine größere Zuverlässigkeit als mit einer Methode alleine.
- 3 Je größer der Pearl-Index, desto besser wirksam die Verhütungsmethode.

- 1 Der Pearl-Index gibt an, wieviele Frauen schwanger werden, wenn 100 Frauen ein Jahr lang mit einer bestimmten Methode verhüten.
- 2 Wenn man mehrere Verhütungsmethoden kombiniert, erreicht man eine größere Zuverlässigkeit als mit einer Methode alleine.
- 3 Je größer der Pearl-Index, desto besser wirksam die Verhütungsmethode.
- 4 Sterilisation und Hormone sind die einzigen zuverlässigen Verhütungsmethoden.

- 1 Der Pearl-Index gibt an, wieviele Frauen schwanger werden, wenn 100 Frauen ein Jahr lang mit einer bestimmten Methode verhüten.
- 2 Wenn man mehrere Verhütungsmethoden kombiniert, erreicht man eine größere Zuverlässigkeit als mit einer Methode alleine.
- 3 Je größer der Pearl-Index, desto besser wirksam die Verhütungsmethode.
- 4 Sterilisation und Hormone sind die einzigen zuverlässigen Verhütungsmethoden.

- ① Spiralen gibt es mit Kupfer, Silber, Gold oder Hormon-Beladung.

- 1 Spiralen gibt es mit Kupfer, Silber, Gold oder Hormon-Beladung.
- 2 Spiralen verhindern die Regelblutung.

- ① Spiralen gibt es mit Kupfer, Silber, Gold oder Hormon-Beladung.
- ② Spiralen verhindern die Regelblutung.
- ③ Spiralen mit Metallbeladung sind keine Arzneimittel, aber trotzdem verschreibungspflichtig.

- 1 Spiralen gibt es mit Kupfer, Silber, Gold oder Hormon-Beladung.
- 2 Spiralen verhindern die Regelblutung.
- 3 Spiralen mit Metallbeladung sind keine Arzneimittel, aber trotzdem verschreibungspflichtig.
- 4 Der Fachausdruck für Spirale lautet Intrauterinpessar oder kurz IUP.

- 1 Spiralen gibt es mit Kupfer, Silber, Gold oder Hormon-Beladung.
- 2 Spiralen verhindern die Regelblutung.
- 3 Spiralen mit Metallbeladung sind keine Arzneimittel, aber trotzdem verschreibungspflichtig.
- 4 Der Fachausdruck für Spirale lautet Intrauterinpessar oder kurz IUP.

- ① Kondome schützen auch vor Geschlechtskrankheiten.

- ① Kondome schützen auch vor Geschlechtskrankheiten.
- ② Kondome gibt es nur in einer Einheitsgröße.

- ① Kondome schützen auch vor Geschlechtskrankheiten.
- ② Kondome gibt es nur in einer Einheitsgröße.
- ③ Latexallergiker dürfen gar keine Kondome verwenden.

- ① Kondome schützen auch vor Geschlechtskrankheiten.
- ② Kondome gibt es nur in einer Einheitsgröße.
- ③ Latexallergiker dürfen gar keine Kondome verwenden.
- ④ Die Portiokappe ist der verbesserte Nachfolger des Diaphragma.

- ① Kondome schützen auch vor Geschlechtskrankheiten.
- ② Kondome gibt es nur in einer Einheitsgröße.
- ③ Latexallergiker dürfen gar keine Kondome verwenden.
- ④ Die Portiokappe ist der verbesserte Nachfolger des Diaphragma.
- ⑤ Portiokappe und Diaphragma müssen mit einer Gleitcreme eingecremt werden.

- ① Kondome schützen auch vor Geschlechtskrankheiten.
- ② Kondome gibt es nur in einer Einheitsgröße.
- ③ Latexallergiker dürfen gar keine Kondome verwenden.
- ④ Die Portiokappe ist der verbesserte Nachfolger des Diaphragma.
- ⑤ Portiokappe und Diaphragma müssen mit einer Gleitcreme eingecremt werden.
- ⑥ Portiokappe und Diaphragma bleiben acht Tage in der Scheide.

- 1 Kondome schützen auch vor Geschlechtskrankheiten.
- 2 Kondome gibt es nur in einer Einheitsgröße.
- 3 Latexallergiker dürfen gar keine Kondome verwenden.
- 4 Die Portiokappe ist der verbesserte Nachfolger des Diaphragma.
- 5 Portiokappe und Diaphragma müssen mit einer Gleitcreme eingecremt werden.
- 6 Portiokappe und Diaphragma bleiben acht Tage in der Scheide.

Fruchtbare Tage ermitteln

- ❶ Fruchtbare Tage herauszufinden ist nur sinnvoll, wenn der Zyklus regelmäßig ist.

Fruchtbare Tage ermitteln

- 1 Fruchtbare Tage herauszufinden ist nur sinnvoll, wenn der Zyklus regelmäßig ist.
- 2 Beim Eisprung fällt die Körpertemperatur deutlich ab.

Fruchtbare Tage ermitteln

- 1 Fruchtbare Tage herauszufinden ist nur sinnvoll, wenn der Zyklus regelmäßig ist.
- 2 Beim Eisprung fällt die Körpertemperatur deutlich ab.
- 3 Der Eisprung kann immer erst im Nachhinein bestimmt werden.

Fruchtbare Tage ermitteln

- ❶ Fruchtbare Tage herauszufinden ist nur sinnvoll, wenn der Zyklus regelmäßig ist.
- ❷ Beim Eisprung fällt die Körpertemperatur deutlich ab.
- ❸ Der Eisprung kann immer erst im Nachhinein bestimmt werden.
- ❹ Um den Eisprung herum verändert sich der Gebärmutter Schleim: Er wird dünnflüssig.

Fruchtbare Tage ermitteln

- ➊ Fruchtbare Tage herauszufinden ist nur sinnvoll, wenn der Zyklus regelmäßig ist.
- ➋ Beim Eisprung fällt die Körpertemperatur deutlich ab.
- ➌ Der Eisprung kann immer erst im Nachhinein bestimmt werden.
- ➍ Um den Eisprung herum verändert sich der Gebärmutter Schleim: Er wird dünnflüssig.
- ➎ Beim Eisprung steigen die Hormone LH und FSH an.

Fruchtbare Tage ermitteln

- ➊ Fruchtbare Tage herauszufinden ist nur sinnvoll, wenn der Zyklus regelmäßig ist.
- ➋ Beim Eisprung fällt die Körpertemperatur deutlich ab.
- ➌ Der Eisprung kann immer erst im Nachhinein bestimmt werden.
- ➍ Um den Eisprung herum verändert sich der Gebärmutter Schleim: Er wird dünnflüssig.
- ➎ Beim Eisprung steigen die Hormone LH und FSH an.
- ➏ Diese Hormone kann die Frau mit einem einfachen Bluttest selbst bestimmen.

Fruchtbare Tage ermitteln

- 1 Fruchtbare Tage herauszufinden ist nur sinnvoll, wenn der Zyklus regelmäßig ist.
- 2 Beim Eisprung fällt die Körpertemperatur deutlich ab.
- 3 Der Eisprung kann immer erst im Nachhinein bestimmt werden.
- 4 Um den Eisprung herum verändert sich der Gebärmutter Schleim: Er wird dünnflüssig.
- 5 Beim Eisprung steigen die Hormone FH und LSH an.
- 6 Diese Hormone kann die Frau mit einem einfachen Bluttest selbst bestimmen.

- 1 Schwangere müssen deutlich mehr essen, weil sie deutlich mehr Vitamine brauchen.

- 1 Schwangere müssen deutlich mehr essen, weil sie deutlich mehr Vitamine brauchen.
- 2 Mehr Nährstoffe braucht man erst ab dem dritten Schwangerschaftsmonat.

- 1 Schwangere müssen deutlich mehr essen, weil sie deutlich mehr Vitamine brauchen.
- 2 Mehr Nährstoffe braucht man erst ab dem dritten Schwangerschaftsmonat.
- 3 Jod, Eisen und Folsäure sind die drei Stoffe, bei denen es in der Schwangerschaft am ehesten zu einem Mangel kommt.

- ➊ Schwangere müssen deutlich mehr essen, weil sie deutlich mehr Vitamine brauchen.
- ➋ Mehr Nährstoffe braucht man erst ab dem dritten Schwangerschaftsmonat.
- ➌ Jod, Eisen und Folsäure sind die drei Stoffe, bei denen es in der Schwangerschaft am ehesten zu einem Mangel kommt.
- ➍ Omega-3-Fettsäuren fördern die Gehirnentwicklung, besonders im letzten Schwangerschaftsdrittel.

- 1 Schwangere müssen deutlich mehr essen, weil sie deutlich mehr Vitamine brauchen.
- 2 Mehr Nährstoffe braucht man erst ab dem dritten Schwangerschaftsmonat.
- 3 Jod, Eisen und Folsäure sind die drei Stoffe, bei denen es in der Schwangerschaft am ehesten zu einem Mangel kommt.
- 4 Omega-3-Fettsäuren fördern die Gehirnentwicklung, besonders im letzten Schwangerschaftsdrittel.