



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

Schwanger - wie soll es weitergehen?

Sie sind schwanger und denken über einen Schwangerschaftsabbruch nach? Diese Informationen sollen Sie dabei unterstützen, eine gut informierte Entscheidung zu treffen.

Es ist Ihre Entscheidung. Ob Sie die Schwangerschaft fortsetzen oder beenden möchten, entscheiden allein Sie. Niemand darf Sie unter Druck setzen oder gegen Ihren Willen beeinflussen.

Ihre Selbstbestimmung ist gesetzlich geschützt.

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

- Eine Schwangerschaft kann bis zur 12. Schwangerschaftswoche nach Befruchtung abgebrochen werden, das entspricht der 14. Schwangerschaftswoche, wenn vom ersten Tag der letzten Periode gerechnet wird.
- 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 liegt eine Frist von drei Tagen - der Schwangerschaftsabbruch ist frühestens am vierten Tag nach der Beratung möglich.

Die Berater*innen unterliegen der **Schweigepflicht**. Sie bieten Ihnen einen geschützten Rahmen, der Ihre Entscheidungen respektiert und durch pro-

fessionelle Gesprächsführung begleitet. Dabei können Sie offen und ohne Tabu alle Optionen betrachten und umfassende Informationen erhalten. So können Sie in Ruhe Ihre persönliche Situation reflektieren und eine informierte und eigenverantwortliche Entscheidung treffen.

Dreitägige Frist - die Bedenkzeit

Während der **gesetzlich vorgeschriebenen Bedenkzeit von drei Tagen** haben Sie die Möglichkeit, Ihre Entscheidung in Ruhe zu überdenken und bei Bedarf weitere Beratung in Anspruch zu nehmen.

Wenn Sie sich sicher in Ihrer Entscheidung fühlen, sollten Sie rechtzeitig einen Termin für ein Vorgespräch in der Praxis oder Klinik Ihrer Wahl vereinbaren. Dort werden der Ablauf des Eingriffs, mögliche Risiken und notwendige Untersuchungen besprochen, offene Fragen geklärt und alle organisatorischen Schritte vorbereitet.

Kosten des Schwangerschaftsabbruchs

Die Kosten für einen Schwangerschaftsabbruch müssen Sie grundsätzlich selbst tragen, wenn Sie über eigenes Einkommen verfügen. Haben Sie geringes oder kein eigenes Einkommen, können Sie eine **Kostenübernahmebescheinigung bei Ihrer gesetzlichen Krankenkasse** beantragen. Dies gilt auch für privat Versicherte, dazu wenden Sie sich, an eine beliebige gesetzliche Krankenkasse.

Die Bescheinigung muss **vor dem Schwangerschaftsabbruch** vorliegen. Dafür sind Nachweise über Ihren Wohnsitz in Deutschland und Ihr verfügbares Einkommen erforderlich. Das Einkommen von Partner*innen bleibt unberücksichtigt, sodass ausschließlich Ihre eigenen finanziellen Verhältnisse geprüft werden.

Die Kosten für die Vor- und Nachuntersuchungen sowie für eventuelle Behandlungen, falls Komplikationen auftreten, übernimmt die Krankenkasse.

Elektronische Patient*innenakte (ePA) und Schwangerschaftsabbruch

Die elektronische Patientinnenakte (ePA) ermöglicht es, medizinische Informationen digital zu speichern und Ärzt*innen sowie anderen medizinischen Fachkräften in Praxen und Kliniken einsehen zu lassen.

Patient*innen können bei ihrer Krankenkasse **grundsätzlich der Nutzung der ePA widersprechen**. In diesem Fall werden keine Gesundheitsdaten in der ePA gespeichert.

Alternativ können Patient*innen den Zugriff auf ihre ePA über eine App verwalten. Dabei ist zu beachten, dass sich einzelne Dokumente derzeit nicht gezielt nur für bestimmte behandelnde Personen freigeben lassen. Werden Dokumente verborgen, sind sie für alle Behandelnden nicht mehr sichtbar. Wer selbst entscheiden möchte, welche Informationen in der ePA gespeichert oder sichtbar sind, sollte die ePA nach Besuchen in Praxen oder Kliniken regelmäßig überprüfen und die Zugriffs- und Sichtbarekeitseinstellungen bei Bedarf anzupassen.

Besondere Hinweise wenn ein Schwangerschaftsabbruch erwägt wird

- Informationen über einen Schwangerschaftsabbruch können in der ePA gespeichert werden.
- Diese Einträge sind **nicht automatisch durch die ärztliche Schweigepflicht geschützt**, da sie als persönliche medizinische Daten im System gespeichert werden.
- Ärzt*innen sind weiterhin zur Vertraulichkeit und Verschwiegenheit verpflichtet, weitere medizinische Fachkräfte können unter Umständen auf die Einträge zugreifen, wenn Sie den Zugriff freigeben.
- Manche Praxen dokumentieren Schwangerschaftsabbrüche aus Datenschutzgründen nur sehr allgemein, zum Beispiel als „medizinischer Eingriff“. Auch solche Einträge können jedoch Rückschlüsse zulassen.

Hinweis für minderjährige Schwangere

Gesetzlich versicherte Kinder erhalten ebenfalls eine elektronische Patient*innenakte (ePA). Für Kinder unter 15 Jahren entscheiden die Eltern oder Sorgeberechtigten über einen möglichen Widerspruch oder die Nutzung der ePA. In dieser Zeit verwalten sie auch den Zugang zur Akte und können die gespeicherten Informationen einsehen.

Mit Vollendung des **15. Lebensjahres** erlischt dieser Zugriff automatisch. Ab diesem Zeitpunkt können Jugendliche selbst über ihre ePA entscheiden und die Verwaltung der Akte übernehmen.

Sie können der Nutzung der ePA vollständig widersprechen; in diesem Fall werden bereits gespeicherte Daten gelöscht. Soll die ePA genutzt werden, müssen sie bei ihrer Krankenkasse eigene Zugangsdaten beantragen, um Einsicht zu erhalten und Einträge verwalten zu können.

Jugendliche können auch festlegen, dass weiterhin ein Elternteil oder eine sorgeberechtigte Person die Verwaltung der ePA übernimmt. Wichtig ist dabei: Der Zugriff kann jeweils nur einer Person zugeordnet werden, nicht gleichzeitig Eltern und Kind.

Wird kein eigener Zugang eingerichtet, werden medizinische Daten dennoch gespeichert, da Ärzt*innen gesetzlich verpflichtet sind, bestimmte Informationen zu dokumentieren. Persönliche Einsicht und Kontrolle der gespeicherten Daten sind **ausschließlich** mit einem eigenen Zugang möglich.

Ärzt*innen können im Einzelfall entscheiden, bestimmte Informationen **sehr allgemein** zu dokumentieren, wenn deren Eintrag oder Einsicht das Kindeswohl gefährden könnte. Dies betrifft insbesondere besonders sensible Informationen wie eine Schwangerschaft oder einen Schwangerschaftsabbruch.

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 der Praxis, in der die Schwangerschaft festgestellt wurde.
- 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, denn es geht um Ihre Gesundheit.

Der Schwangerschaftsabbruch

Sie können zwischen zwei Methoden, eine Schwangerschaft abzubrechen, wählen. Der medikamentöse Schwangerschaftsabbruch ist jedoch nur bis zur 9. Schwangerschaftswoche seit Beginn der letzten Monatsblutung möglich. Danach ist ein Abbruch nur mit der operativen 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 anrufen 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 Arbeitgeber*innen wird der Grund der Arbeitsunfähigkeit nicht genannt.

Der Wirkstoff Mifepriston verhindert die Weiterentwicklung der Schwangerschaft. Zusätzlich lösen sich die Gebärmutterschleimhaut 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 stärkere 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 operative 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 Saugkürettage 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 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 lassen. Auf der Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung für Arbeitgeber*innen wird der Grund der Arbeitsunfähigkeit nicht genannt.

Entscheidungsfreiheit

Ihre Entscheidung können Sie bis zum Beginn des Schwangerschaftsabbruchs jederzeit ändern. Beim operativen Schwangerschaftsabbruch beginnt die medizinische Vorbereitung häufig bereits vor dem eigentlichen Eingriff mit der Einnahme eines Medikaments (meist Misoprostol). Daher sollten Sie sich **vor der Einnahme** dieses Medikaments sicher sein, dass Sie den Schwangerschaftsabbruch durchführen lassen möchten.

Wenn Sie sich gegen den Abbruch entscheiden, informieren Sie die Praxis oder Klinik bitte möglichst frühzeitig.

Nach dem Schwangerschaftsabbruch

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

Suchen Sie Ihre Ärztin oder Ihren Arzt auf, wenn Sie Fieber über 38,5 °C oder übelriechenden Ausfluss haben. Dies können Anzeichen für eine Entzündung sein.

Um das Infektionsrisiko zu reduzieren ist es nach einem operativen Schwangerschaftsabbruch ratsam, in den ersten Tagen auf Tampons, vaginalen Sex, Baden, Schwimmbadbesuche und Saunagänge zu verzichten.

Ihre Gesundheit ist wichtig. Nehmen Sie den Termin zur Nachuntersuchung wahr und sorgen Sie gut für sich.

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 Ihrer Partnerin*Ihrem Partner 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 Befruchtung 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 einer Ärztin oder einem Arzt durchführen zu lassen, gelten dort die

gesetzlichen Regelungen des jeweiligen Landes. Eine Kostenübernahme über Ihre Krankenkasse ist in diesem Fall nicht möglich.

Nach der deutschen Gesetzeslage bleibt ein Schwangerschaftsabbruch straffrei, wenn Sie sich zuvor in einer staatlich anerkannten Beratungsstelle in Deutschland beraten lassen und die darüber ausgestellte Beratungsnachweis erhalten haben. Die Beratung kann in unseren Beratungsstellen auch per Videoberatung erfolgen.

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.

So finden Sie uns - Beratungsstellen in NRW

Sie haben Fragen rund um Schwangerschaft und denken über einen Schwangerschaftsabbruch nach? Hier finden Sie unsere Beratungsstellen in NRW.



Impressum

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

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

E-Mail: info@nrw-donumvitae.de
www.nrw-donumvitae.de

Foto: wayhome studio/ stock.adobe.com

Stand: September 2026