

# VERHÜTUNGS VERHALTEN

Ergebnisse der  
Repräsentativbefragung  
Erwachsener 2023

# VERHÜTUNGS VERHALTEN

Erwachsener 2023

## Forschungsbericht zur Repräsentativbefragung

von Sara Scharmanski und Angelika Hessling

Herausgeberin  
Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)  
2024

# Inhalt

<b>Vorwort</b>	<b>3</b>
<b>Ergebnisse auf einen Blick</b>	<b>4</b>
<b>Studiendesign</b>	<b>6</b>
Projektsteckbrief	6
Methodische Hinweise	7
<b>1 Anwendung von Verhütungsmitteln</b>	<b>10</b>
1.1 Kontrazeptionsverhalten: Großteil der Befragten verhütet	10
1.2 Verzicht auf Verhütungsmittel je nach Lebensphase	12
1.3 Angewendete Verhütungsmethoden: Kondom die Nummer eins	14
1.4 Gründe für die Wahl der Verhütungsmethode: zuverlässig, einfach und gut verträglich	18
1.5 Kosten als Einflussfaktor: unterschiedlich ausgeprägt	21
<b>2 Informationen zur verwendeten Verhütungsmethode</b>	<b>24</b>
2.1 Subjektive Einschätzung: gut informiert über eigenes Kontrazeptivum	24
2.2 Wichtigste Informationsquellen: gynäkologische Praxen und Internet	26
2.3 Internet als Informationsquelle: vorwiegend Verwendung von Suchmaschinen	29
<b>3 Das Thema Verhütung in der gynäkologischen Praxis</b>	<b>32</b>
<b>4 Einstellung zu hormoneller Verhütung</b>	<b>35</b>
4.1 Zunehmend kritische Einstellung gegenüber Hormonen	35
4.2 Einstellungswandel weiter verbreitet	39
<b>5 Anwendungsprobleme bei Verhütungsmitteln</b>	<b>42</b>
5.1 Die Pille: häufig Anwendungsprobleme genannt	42
5.2 Kondome: kaum Anwendungsprobleme berichtet	45
<b>Anhang</b>	<b>47</b>
Literatur	47
Abbildungsverzeichnis	47
<b>BZgA-Forschung zum Themenfeld Verhütung</b>	<b>49</b>
Verhütungsverhalten 2024	49
Verhütung als Thema in weiteren BZgA-Projekten	50
Forschungsthema: Gesundheit in der Online-Kommunikation	51
<b>Impressum</b>	<b>52</b>

# Vorwort

Seit mehreren Jahrzehnten erhebt die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) fundierte und aktuelle Forschungsdaten zu Sexualaufklärung, Verhütung und Familienplanung. Die Wiederholungsbefragung „Verhütungsverhalten“ ist hierbei ein zentraler Bestandteil: Sie liefert uns wertvolle Einblicke in die Nutzung von und Einstellung zu Verhütungsmitteln in der deutschen Bevölkerung.

Die vorliegende Studie reiht sich ein in eine lange Tradition von Erhebungen der BZgA im Themenfeld: 2003 fand die erste Erhebung zum Verhütungsverhalten sexuell aktiver Erwachsener statt. Es folgten weitere Erhebungen in 2007, 2011 und 2018. Die aktuelle fünfte Befragungswelle wurde im Jahr 2023 durchgeführt. Diese Studienreihe ermöglicht zum einen einen Einblick in das aktuelle Verhütungsverhalten in Deutschland und zum anderen betrachtet sie auch Veränderung im Zeitverlauf.

In der aktuellen Befragungsrunde wurden 1.001 sexuell aktive Erwachsene im Alter von 18 bis 49 Jahren zu ihren Verhütungsmethoden und -einstellungen telefonisch befragt. Im Fokus der repräsentativen Befragung standen die aktuelle Nutzung der verschiedenen Verhütungsmethoden, die Einstellungen zu einzelnen Verhütungsmethoden und hormoneller Verhütung im Speziellen, das Informationsverhalten und die bevorzugten Informationsquellen.

Zusätzlich zu den Themen aus den früheren Erhebungswellen geht die aktuelle Wiederholungsbefragung vertiefend auf das Internet als Quelle für Gesundheitsinformationen und auf die Bedeutung von Kosten bei der Wahl eines Verhütungsmittels ein.

Indem wissenschaftlich fundierte Daten zum aktuellen Verhütungsverhalten kontinuierlich erhoben werden, können Entwicklungen und Veränderungen in der Bevölkerung zuverlässig erfasst werden. Die Studie stellt sicher, dass die Aufklärungs- und Beratungsangebote der BZgA den aktuellen Bedürfnissen und Einstellungen der Bevölkerung entsprechen.

Wir wünschen Ihnen neue und aufschlussreiche Einblicke in das Themenfeld.

Ihre Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)  
Köln, Juli 2024

# Ergebnisse auf einen Blick

## I Verhütung: selbstverständlich

Sieben von zehn Männern und Frauen zwischen 18 und 49 Jahren, die in den letzten zwölf Monaten sexuell aktiv waren, wenden derzeit Verhütungsmittel an (70 %). Am häufigsten ist der Einsatz von Kontrazeptiva bei den Jüngeren unter 30 Jahren (85 %). Auch der Beziehungsstatus ist relevant: Personen ohne feste Partnerschaft verhüten häufiger (83 %).

» [Kapitel 1.1](#)

## Wichtigste Verhütungsmittel: das Kondom und die Pille

Zwar bleiben Kondome und die Pille die wichtigsten Verhütungsmittel in Deutschland. Die Entwicklung der Nutzung dieser beiden Hauptverhütungsmittel könnte jedoch kaum gegensätzlicher sein. Während die Pille bis 2011 das meistverwendete Kontrazeptivum war, zeichnete sich bereits 2018 eine massive Abkehr ab. Die Nutzung der Pille ist seitdem stetig zurückgegangen. Heute verwenden nur noch 38 Prozent der verhütenden Bevölkerung die Pille – das ist knapp ein Drittel weniger als noch 2007 (damals 55 %).

Das Kondom hingegen wird immer beliebter: Mit aktuell 53 Prozent wird es erstmals deutlich häufiger als die Pille zur Verhütung eingesetzt. 2007 lag der Wert lediglich bei 36 Prozent.

Am weitesten verbreitet ist die Pillennutzung nach wie vor in der jüngsten Altersgruppe, den verhütenden Frauen und Männern zwischen 18 und 29 Jahren (46 %). In dieser Gruppe lässt sich aber auch der rückläufige Nutzungstrend am deutlichsten ablesen: 2011 lag die Pillennutzung bei ihnen noch bei 72 Prozent. Zugleich verwenden mit 18 Prozent inzwischen deutlich mehr junge Erwachsene eine Spirale als im Jahr 2011 mit 3 Prozent.

» [Kapitel 1.3](#)

## Verhütungsmethoden: Einstellung gegenüber hormoneller Verhütung zunehmend kritisch

Dieser fundamentalen Veränderung im Verhütungsverhalten liegt eine zunehmend kritische Einstellung zu hormonellen Verhütungsmethoden zugrunde. 61 Prozent der sexuell aktiven Frauen und Männer stimmen der Aussage zu, dass Verhütung mit Hormonen „negative Auswirkungen auf Körper und Seele“ hat – im Jahr 2018 stimmten dem lediglich 48 Prozent zu. 15 Prozent der verhütenden Frauen begründen die Wahl ihres Verhütungsmittels mit einer generellen Ablehnung der Pille oder anderer hormoneller Verhütung. Vor zwölf Jahren gab dies lediglich 1 Prozent der Frauen an.

Die inzwischen überwiegend ablehnende Haltung äußert sich auch im Hinblick auf andere Aspekte hormoneller Verhütungsmethoden: Dass hormonelle Verhütungsmittel „unbedenklich über Jahre hinweg“ genutzt werden können oder dass diese „auch für sehr junge Mädchen geeignet“ sind, wird häufiger als noch 2018 abgelehnt (Anstieg um 4 bzw. 9 Prozentpunkte). Zudem ist erkennbar, dass hormonkritische Einstellungsmuster nunmehr in allen Bevölkerungsteilen vertreten sind – dies schließt auch Männer und Ältere ein.

» [Kapitel 4.1](#)

» [Kapitel 4.2](#)

## Verhütungsmittel: am besten zuverlässig, unkompliziert und verträglich

Bei der Auswahl eines Verhütungsmittels setzen Verhütende vor allem auf Zuverlässigkeit (39 %) und eine möglichst einfache Anwendung (30 %). Für 25 Prozent zählt eine gute Verträglichkeit mittlerweile zu den wichtigsten Faktoren.

» [Kapitel 1.4](#)

Die Kosten eines Verhütungsmittels spielen für 30 Prozent aller verhütenden Frauen, aber nur für 9 Prozent der verhütenden Männer eine wichtige Rolle. Besonders

relevant ist der Kostenfaktor für jüngere Frauen unter 30 Jahren (41 %). Der Faktor Geld ist für Männer unabhängig vom Alter dagegen meist nicht entscheidend. Und: Je geringer das verfügbare Einkommen, desto eher werden bei der Entscheidung für ein Verhütungsmittel auch die Kosten berücksichtigt.

» [Kapitel 1.5](#)

Wer nicht verhütet, hat in der Regel gute Gründe dafür. Bei älteren sexuell aktiven Frauen und Männern liegt die Hauptbegründung darin, dass keine Kinder (mehr) gezeugt werden können (53 % der 40- bis 49-Jährigen). Die Jüngeren verweisen am häufigsten auf einen Kinderwunsch (49 % der Nichtverhütenden unter 40 Jahren).

» [Kapitel 1.2](#)

## Informationen: Recherche über Internet, gute Beratung in gynäkologischer Praxis

Nahezu alle Befragten fühlen sich über die selbst verwendete Verhütungsmethode ausreichend informiert – 94 Prozent der Verhütenden bezeichnen den eigenen Informationsstand als „gut“ oder „sehr gut“. Die mit Abstand wichtigste verhütungsbezogene Informationsquelle für Frauen bleibt die Frauenärztin bzw. der Frauenarzt (73 %). Informationen im Internet zur Verhütungsaufklärung haben unabhängig vom Geschlecht in den vergangenen fünf Jahren deutlich an Bedeutung gewonnen – für insgesamt 48 Prozent gehört das Internet heute zu den wichtigsten Informationsquellen. Erstmals sind Internetseiten für Männer die meistgenannte Informationsquelle überhaupt.

Wurden Informationen im Internet eingeholt, waren Suchmaschinen wie beispielsweise Google klar das wichtigste Tool (80 %). Auf dem zweiten Platz finden sich Webseiten mit speziellem Aufklärungs- oder Beratungsfokus (51 %).

» [Kapitel 2.1](#)

» [Kapitel 2.2](#)

» [Kapitel 2.3](#)

Am häufigsten vertrauen die Verhütenden in Deutschland im Kontext der Verhütungsberatung dem Rat medizinischen Fachpersonals, darunter insbesondere der gynäkologischen Beratung. Die liegt mit 66 Prozent noch einmal deutlich vor den Empfehlungen der Hausärzte und Hausärztinnen, die insgesamt von 30 Prozent genannt werden.

Frauenärztinnen und -ärzte nehmen für den weiblichen Teil der Bevölkerung eine zentrale Rolle ein, wenn es um die Vermittlung von Verhütungsinformationen geht. Für die Hälfte der Frauen, die im Laufe der vergangenen zwölf Monate eine gynäkologische Praxis aufsuchten (und das trifft auf fast alle Frauen zu), war Verhütung auch dort ein Thema. Knapp vier von fünf bewerten diese Gespräche als hilfreich (78 %). Obwohl sich die meisten Frauen durch das Beratungsgespräch in ihrer bisherigen Verhütungspraxis bestärkt sahen, kam es infolgedessen heute fast doppelt so häufig zu einem Wechsel der Verhütungsmethode wie noch vor fünf Jahren (16 % gegenüber 9 %).

» [Kapitel 3](#)

## Anwendungsprobleme: bei der Pille häufiger berichtet als bei Kondomen

Frauen, die die Pille nutzen, berichten mit 64 Prozent fast doppelt so häufig von Anwendungsproblemen, wie Männer, die mit Kondomen verhüten (35 %). Im Vergleich zur Befragung 2018 berichten Nutzerinnen heute seltener von Schwierigkeiten beim Umgang mit der Pille (Rückgang von 78 % auf 64 %) – dabei ist allerdings zu berücksichtigen, dass der Kreis der Pillennutzerinnen seitdem deutlich kleiner geworden ist. Das Hauptproblem der Pille bleibt weiter bestehen: die Notwendigkeit der regelmäßigen Einnahme. 39 Prozent der Pillen Anwenderinnen geben dies als Problem an. Daneben zielen insgesamt 36 Prozent der Nennungen auf körperliche Auswirkungen oder Nebenwirkungen ab.

Die Probleme, die Männer hinsichtlich der Anwendung des Kondoms nennen, sind breiter gestreut. Am häufigsten wird von geplatzten oder gerissenen Kondomen berichtet (13 %).

» [Kapitel 5.1](#)

» [Kapitel 5.2](#)



# Studiendesign

Im Jahr 2023 führte die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) diese bundesweite, repräsentative Wiederholungsbefragung durch. Die Studie untersucht Kenntnisse und Bewertungen zum Verhütungsverhalten in Deutschland aus Sicht der sexuell aktiven Bevölkerung im Alter von 18 bis 49 Jahren. Im Sinne dieser Studie werden darunter Frauen und Männer verstanden, die laut eigener Angabe in den vergangenen zwölf Monaten „mit jemandem intim gewesen“ sind.

## Projektsteckbrief



### Projektbeteiligte:

Dr. Sara Scharmanski, BZgA  
Arthur Guzy, Kantar Public (jetzt: Verian)



### Zielgruppe/Stichprobe:

- Repräsentative Zufallsstichprobe
- 1.001 Interviews, davon 500 Männer und 501 Frauen
- Zielgruppe: sexuell aktive Erwachsene zwischen 18 und 49 Jahren

### Auftraggeberin:

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)



### Befragungsmethode:

Telefonische Interviews (CATI)



### Befragungsgebiet:

Bundesrepublik Deutschland



### Vorläuferstudien:

2003, 2007, 2011, 2018



### Zeitraum:

Projektlaufzeit: Mai bis Dezember 2023  
Erhebungszeitraum: August bis September 2023



Mehr Informationen finden Sie [online](#).

Für die Datenerhebung und Auswertungen dieses Berichts ist Kantar Public (jetzt: Verian) verantwortlich.

## Methodische Hinweise

Die Befragung basiert auf einer repräsentativen Zufallsstichprobe im Rahmen einer telefonischen Mehrthemenbefragung via Festnetz und Mobilfunk (sog. Dual-Frame-Ansatz). Die Ziehungsprozedur nutzt als Auswahlgrundlage das ADM-Mastersample und erfolgt per „Random Last Two Digits“-Verfahren.

Weitere Informationen und Primärquellen zum ADM-Design für Dual-Frame-Telefonstichproben sind auf der Internetseite des Branchenverbandes Arbeitskreis Deutscher Markt- und Sozialforschungsinstitute e.V. (ADM) verfügbar (vgl. ADM, n. d.).

### Durchführung der Befragung

Die Befragung wurde durch die Telefonstudios der Telquest GmbH durchgeführt. Die eingesetzten CATI-Interviewerinnen und -Interviewer haben eine standardisierte Schulungsreihe durchlaufen und studienspezifische Informationen erhalten. Vor Beginn eines jeden Interviews wurden die Befragungspersonen datenschutzrechtlich unterwiesen und haben der Datenverarbeitung aktiv zugestimmt.

Eine Besonderheit der Erhebung: Männliche Zielpersonen wurden ausschließlich durch männliche, weibliche Zielpersonen durch weibliche Personen interviewt. Ziel der Maßnahme war es, geschlechterbezogene Vorbehalte zu verhindern und das Vertrauensverhältnis in der Interviewsituation zu stärken, da die Befragung sensible Fragestellungen enthält.

Es wird anerkannt, dass das binäre Konzept von Frau und Mann nicht die Lebensrealität aller Menschen widerspiegelt. Jedoch muss auf eine nonbinäre Ausdifferenzierung des Geschlechts verzichtet werden. Dieses Vorgehen ist ausschließlich auf die methodische Notwendigkeit und nicht auf eine nicht vorhandene diversitätssensible Perspektive zurückzuführen. Neben der binären Geschlechtszuordnung durch die Einschätzung der Interviewenden wurde die geschlechtliche Identität und die sexuelle Orientierung erfragt. Insgesamt 1 Prozent der Befragten bezeichnen ihr Geschlecht als divers, weitere 1 Prozent machen hier keine Angabe. Die Antworten zur sexuellen Orientierung zeigen, dass insgesamt 7 Prozent der befragten sexuell aktiven Männer und 11 Prozent der Frauen eine nicht eindeutig heterosexuelle Orientierung angeben, darunter homo- und bisexuelle

Personen sowie jene, die sich weder zu Frauen noch zu Männern hingezogen fühlen oder hierzu keine Angaben machen. Vergleichende Auswertungen nach der sexuellen Orientierung und der geschlechtlichen Identität sind aufgrund dieser geringen Fallzahlen jedoch nicht verzerrungsfrei möglich.

### Zielgruppe und Stichprobe

Die vorliegende Studie zum Verhütungsverhalten Erwachsener fokussiert die Bevölkerungsgruppe der sexuell aktiven Erwachsenen zwischen 18 und 49 Jahren in Deutschland. Zur Befragung dieser Zielgruppe ist ein zweistufiges Screeningverfahren eingesetzt worden (vgl. [Abbildung 1](#)). Insgesamt wurden im Rahmen der Untersuchung 9.074 Interviews geführt, von denen 7.670 im ersten Screeningschritt verworfen werden mussten. Davon stimmte bei 3.201 Interviews das Geschlecht von Befragungs- und Interviewperson nicht überein. Bei weiteren 4.469 Interviews lag das Alter der Befragten außerhalb der der Zielgruppe, also außerhalb der Altersspanne 18 bis 49 Jahren.

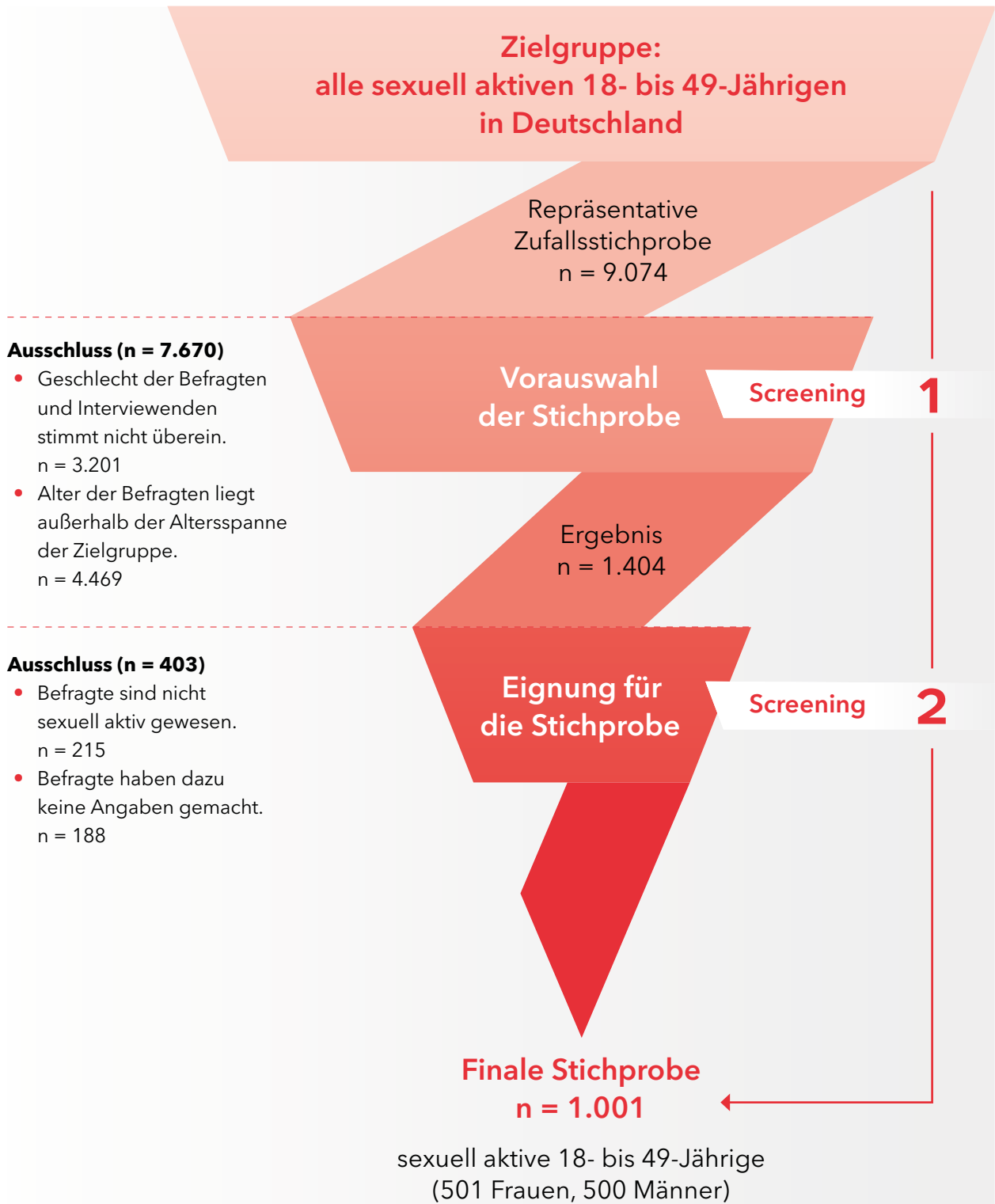
Die verbleibenden 1.404 Befragten haben folgende Fragestellung im zweiten Screeningschritt erhalten: „Die Menschen sind ja in ihren sexuellen Gewohnheiten sehr verschieden. Manche sind aktiver, manche weniger aktiv, und jeder hat in seinem Leben auch Zeiten, in denen in sexueller Hinsicht gar nichts passiert. Wie ist das bei Ihnen: Sind Sie in den letzten zwölf Monaten mit jemandem intim gewesen?“ Explizit geben 215 Erwachsene zwischen 18 und 49 Jahren im zweiten Screeningschritt an, dass sie in den letzten zwölf Monaten sexuell nicht aktiv waren. Weitere 188 Erwachsene konnten oder wollten sich hierzu nicht äußern. Diese beiden Antwortgruppen wurden ebenfalls von der Untersuchung ausgeschlossen. Dies entspricht 403 Interviews.

Final sind 1.001 Interviews in die Stichprobe aufgenommen worden, das sind die Interviews aller befragten Erwachsenen, die angaben, in den letzten zwölf Monaten sexuell aktiv gewesen zu sein, und die den kompletten Fragebogen durchlaufen haben. Der eingesetzte Fragebogen umfasste neben dem Standardblock zu soziodemografischen Angaben 17 inhaltliche Fragestellungen. Die mittlere Interviewdauer lag bei 6,9 Minuten.



ABBILDUNG 1

**Stichprobenauswahl**



Quelle: BZgA, Datensatz „Verhütungsverhalten Erwachsener“, Befragung 2023

## Gewichtung der Daten

Alle im vorliegenden Bericht dargestellten Ergebnisse basieren auf gewichteten Zahlen. Die Gewichtung der Daten erfolgte anhand der Gesamtstichprobe, die alle Personen ab 14 Jahren. Die eingesetzte Gewichtungsprozedur kontrolliert die Merkmale Bundesland, Ortsgröße, Geschlecht, Alter, Berufstätigkeit, Schulbildung und Haushaltsgröße. Als Ausschnitt dieser Gesamtstichprobe sind auch die Ergebnisse der hier relevanten Zielgruppe repräsentativ für Personen zwischen 18 und 49 Jahren und im Rahmen der statistischen Schwankungsbreiten auf die Grundgesamtheit übertragbar.

## Soziodemografische Merkmale

Im Rahmen der Interviews wurde eine Reihe soziodemografischer Merkmale erhoben. Um diese Daten für die Analysen dieses Berichtes aufzubereiten, wurden zentrale Merkmale gruppiert bzw. zusammengefasst. Nachfolgend werden die für den Forschungsbericht wichtigsten Teilgruppen kurz beschrieben.

### Altersgruppen

- 18 bis 29 Jahre
- 30 bis 39 Jahre
- 40 bis 49 Jahre

### Bildungsindikator Schulabschluss

- Volks-/Hauptschule (niedriger Bildungsabschluss)
- Mittlere Schulform (mittlerer Bildungsabschluss)
- Abitur/Studium (hoher Bildungsabschluss)

### Haushaltsnettoeinkommen

- bis unter 1.500 Euro
- 1.500 bis unter 2.500 Euro
- 2.500 bis unter 3.500 Euro
- 3.500 Euro und mehr

## Datenauswertung und -darstellung

Alle Befragungen, die auf Stichproben beruhen, weisen eine statistische Unsicherheit auf. Die Befragungsergebnisse können also in gewissem Umfang vom „wahren“ Meinungsbild in der Gesamtbevölkerung abweichen. Bei der vorliegenden Erhebung beträgt diese sogenannte Fehlertoleranz bis zu  $\pm 3$  Prozentpunkte.

Alle dargestellten Anteilswerte sind auf ganze Zahlen gerundet. Aufgrund der Rundungen kann es vorkommen, dass sich Anteilswerte in den grafischen Darstellungen nicht zu 100 Prozent aufsummieren. Aus demselben Grund können durch Addition zusammengefasste Kategorien (z. B. sogenannte „Top-Two-Werte“ wie „sehr zufrieden“ und „eher zufrieden“) von der Summe der dargestellten Einzelkategorien abweichen. Bei Fragen mit mehreren Antwortoptionen können die aufaddierten Nennungen 100 Prozent überschreiten.

Wo methodisch angebracht, werden Befragungsergebnisse aus früheren Erhebungen im Zeitverlauf dargestellt. Für einzelne Fragestellungen reichen die Daten bis ins Jahr 2003 zurück, weitere Erhebungen fanden 2007, 2011 und 2018 statt.

## 1

# Anwendung von Verhütungsmitteln

Die Studie nimmt die Bevölkerungsgruppe der sexuell aktiven Erwachsenen zwischen 18 und 49 Jahren in den Blick. Sie liefert Erkenntnisse darüber, wie und ob verhütet wurde und welche Gründe die Wahl von Verhütungsmethoden beeinflussen. Ziel der Befragung ist es auch, die Gründe für den Verzicht auf Verhütungsmittel zu untersuchen.

## 1.1 Kontrazeptionsverhalten: Großteil der Befragten verhütet

Wer angibt, in den letzten zwölf Monaten sexuell aktiv gewesen zu sein, nutzt bei sexuellen Kontakten in der Regel ein Verhütungsmittel.

- Aktuell geben sieben von zehn Befragten an, beim Geschlechtsverkehr zu verhüten (70 %, vgl. [Abbildung 2](#)).
- Vor fünf Jahren waren es mit 71 Prozent ähnlich viele Befragte.
- 2011, das früheste Jahr, für das Daten aus der vorliegenden Studienreihe vorliegen, gaben mit 76 Prozent noch etwas mehr Befragte an, ein Kontrazeptionsmittel zu nutzen.

Nimmt man die sexuell Aktiven, die verhüten, in den Blick, so sind die Faktoren Geschlecht, Partnerschaft und vor allem das Alter interessant – denn diese Faktoren stehen mit dem Kontrazeptionsverhalten sexuell aktiver Erwachsener im Zusammenhang.

### Anteil an Nichtverhütung

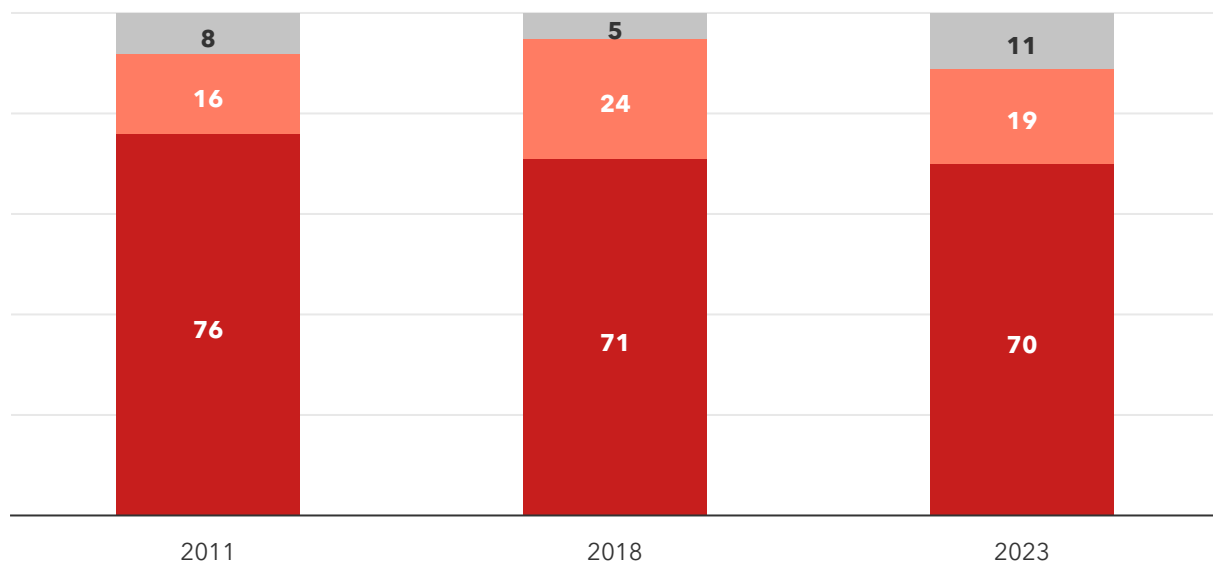
11 Prozent der Befragten ziehen es momentan vor, keine Angaben zum Thema zu machen. In früheren Befragungswellen lag dieser Anteil jeweils etwas niedriger (höchstens 8%). 19 Prozent hingegen geben heute explizit an, momentan nicht zu verhüten. Damit ist die Nichtverhütungsquote geringer als in der direkten Vorgängerstudie aus dem Jahr 2018 (24%), jedoch etwas höher als 2011 (16%). Der Blick auf die Motive im nachfolgenden [Kapitel 1.2 Verzicht auf Verhütungsmittel](#) zeigt, dass die allermeisten gute Gründe dafür haben, kein Verhütungsmittel zu verwenden.

ABBILDUNG 2

### Aktuelles Verhütungsverhalten - Trend

Frage: Benutzen Sie oder Ihr Partner / Ihre Partnerin zurzeit Verhütungsmittel oder wenden Sie Verhütungsmethoden an?

■ ja, ich verhüte ■ nein, derzeit nicht ■ weiß nicht, keine Angabe



Basis: sexuell aktive Befragte (2023: N = 1.001) | Angaben in Prozent

Quelle: BZgA, Datensatz „Verhütungsverhalten Erwachsener“, Befragung 2011, 2018, 2023

### Faktoren Geschlecht, Lebensalter, Partnerschaft

Männer und Frauen ähneln sich im Hinblick auf Verhütung sehr - gegenwärtig ergibt sich lediglich eine Differenz von 2 Prozentpunkten (vgl. [Abbildung 3](#)).

Der offensichtlichste soziodemografische Faktor, der sich auf das Verhütungsverhalten auswirkt, ist das Alter. 85 Prozent der unter 30-Jährigen verhüten bei sexuellen Kontakten, unter den Befragten bis 24 Jahren sind es sogar 95 Prozent. Die im Vergleich geringste Verhütungsquote weisen Frauen und Männer der ältesten betrachteten Alterskohorte auf (40 bis 49 Jahre: 59 %). Und: Dieser Altersverlauf lässt sich in ganz ähnlicher Ausprägung bei Frauen und Männern feststellen (vgl. [Abbildung 3](#)).

Des Weiteren wirken sich vorhandene Partnerschaften auf die Frage aus, inwiefern beim Geschlechtsverkehr Verhütungsmittel verwendet werden. Dabei hängen feste Partnerschaften selbst mit dem Lebensalter zusammen - Frauen und Männer ab 30 Jahren befinden sich mit 88 Prozent laut eigener Aussage deutlich häufiger als jüngere sexuell Aktive in Partnerschaften. Unter den Befragten zwischen 18 und 24 Jahren sind es beispielsweise lediglich 72 Prozent. Befragte, die sich in einer festen Partnerschaft befinden, geben mit 69 Prozent seltener an zu verhüten als jene ohne Partnerin oder Partner (83 %).

ABBILDUNG 3

### Aktuelles Verhütungsverhalten nach Geschlecht und Alter

Frage: Benutzen Sie oder Ihr Partner / Ihre Partnerin zurzeit Verhütungsmittel oder wenden Sie Verhütungsmethoden an?

#### Geschlecht



#### Alter



Basis: 1.001 sexuell aktive Befragte | Ja-Angaben in Prozent

Quelle: BZgA, Datensatz „Verhütungsverhalten Erwachsener“, Befragung 2023

## 1.2 Verzicht auf Verhütungsmittel je nach Lebensphase

Der Verzicht auf Verhütungsmittel ist nicht gleichzusetzen mit Leichtsinn oder Ignoranz. Der Blick auf die Motive zeigt, dass die allermeisten gute Gründe dafür haben, beim Geschlechtsverkehr nicht zu verhüten.

Wie schon dargestellt ist das Verhütungsverhalten stark vom Lebensalter abhängig – so ist es auch bei dem Anteil von Frauen und Männern, die angeben, momentan auf Kontrazeptionsmittel zu verzichten (vgl. [Abbildung 4](#)). Während dies bei Befragten unter 30 Jahren lediglich auf weniger als jede zehnte sexuell aktive Person zutrifft, vergrößert sich der Anteil mit steigendem Alter auf 26 Prozent. Vor allem unter Frauen ab 30 Jahren liegt der Anteil der Nichtverhütenden deutlich höher als unter altersgleichen Männern (27 % gegenüber 19 %).

### Kinderwunsch und Nichtverhütung

Von den insgesamt 19 Prozent, die derzeit angeben, nicht zu verhüten, entfällt rund ein Drittel (6 %) auf Frauen und Männer, die einen Kinderwunsch haben oder bereits ein Kind erwarten. Unter den nichtverhütenden Befragten unter 40 Jahren ist der Kinderwunsch der jeweils am häufigsten genannte Einzelgrund.

Ebenfalls 6 Prozent führen ihren Verzicht auf Verhütungsmittel darauf zurück, dass sie selbst oder der Partner bzw. die Partnerin keine Kinder (mehr) bekommen können – dies ist bei älteren Befragten die mit Abstand häufigste Begründung. Unterhalb der Altersgrenze von 30 Jahren ist der Anteil der Nichtverhütenden vergleichsweise gering (nur 9 %). Wenn die 18- bis 29-Jährigen nicht verhüten, so tun sie dies meist, weil sie gern ein Kind hätten bzw. bereits eine Schwangerschaft vorliegt. Andere Gründe spielen nur eine untergeordnete Rolle.

Es ist aber die Altersdekade 30 bis 39 Jahre, in der der Kinderwunsch insgesamt am stärksten ausgeprägt und wesentlicher Grund für Nichtverhütung ist: Rund die Hälfte der Nichtverhütenden dieses Alters wenden deshalb keine Verhütungsmittel an, weil sie Kinder bekommen möchten (49 %). Auf alle sexuell aktiven in dieser Altersgruppe gerechnet entspricht dies 10 Prozent. Bei deutlich jüngeren oder deutlich älteren Befragten ist der Kinderwunsch viel geringer (jeweils 4 %).

### Partnerschaft und Nichtverhütung

Partnerschaften sind im Kapitel 1.1 Kontrazeptionsverhalten als wesentliches Differenzierungsmerkmal in Bezug auf das Kontrazeptionsverhalten identifiziert worden. Demnach wird in gefestigten Partnerschaften doppelt so häufig auf Verhütung verzichtet wie in loseren Beziehungen (21 % gegenüber 11 %). Auch die Beweggründe für Nichtverhütung unterscheiden sich: Befragte in Partnerschaften verweisen mit Abstand am häufigsten auf einen aktuell vorhandenen Kinderwunsch oder darauf, dass die Befragungsperson selbst oder der Partner bzw. die Partnerin keine Kinder (mehr) bekommen können (jeweils 7 Prozent). Ist keine Partnerschaft vorhanden, werden diese Motive ähnlich häufig angegeben wie die schlichte Begründung, dass aktuell keine Sexualkontakte bestehen (jeweils 1 % bis 3 %).

Dass Frauen ohne feste Partnerschaft mit 15 Prozent deutlich häufiger berichten, gegenwärtig auf Verhütungsmaßnahmen zu verzichten, als partnerlose Männer mit 8 Prozent, geht insbesondere darauf zurück, dass

diese Gruppe deutlich häufiger auf einen Kinderwunsch bzw. eine Schwangerschaft verweist (6 % gegenüber 1 %).

### Andere Gründe für Nichtverhütung

Dass aktuell gar keine sexuellen Kontakte bestehen und Verhütung daher nicht notwendig ist, spielt in der Gesamtbetrachtung des Verhütungsverhaltens keine nennenswerte Rolle (unter 1 %).

Insgesamt 6 Prozent der sexuell aktiven Befragten geben weitere Gründe an, weshalb sie momentan keine Verhütungsmittel nutzen. In diesen Fällen wurden die Begründungen im Interview als offene Nennungen aufgenommen. Die dokumentierten Nennungen streuen breit. Zumeist wird zu Protokoll gegeben, Verhütung sei in der jeweiligen Lebenssituation nicht nötig: beispielsweise aus Alters- oder gesundheitlichen Gründen oder weil man es schlicht „darauf ankommen lassen“ will.

ABBILDUNG 4

### Gründe für Nichtverhütung

Frage: Benutzen Sie oder Ihr Partner / Ihre Partnerin zurzeit Verhütungsmittel oder wenden Sie Verhütungsmethoden an? Derzeit nicht, weil ...



Basis: 1.001 sexuell aktive Befragte | Abweichungen in der Summe sind rundungsbedingt | Angaben in Prozent  
 Quelle: BZgA, Datensatz „Verhütungsverhalten Erwachsener“, Befragung 2023

## 1.3 Angewendete Verhütungsmethoden: Kondom die Nummer eins

Um die Verbreitung einzelner Verhütungsmittel besser vergleichen zu können, nehmen die folgenden Passagen die Gruppe derer in den Blick, die bei Sexualkontakten Verhütungsmethoden anwenden – Nichtverhütende werden in der Analyse nicht berücksichtigt.

### Die häufigsten Verhütungsmethoden

Kondome und die Pille bleiben die wichtigsten Verhütungsmittel in Deutschland – nach wie vor verlässt sich der Großteil der verhütenden bundesdeutschen Bevölkerung im Alter zwischen 18 und 49 Jahren am ehesten auf mindestens eine dieser beiden Verhütungsmethoden. Dies gilt momentan für 76 Prozent der Verhütenden, nur 24 Prozent setzen ausschließlich auf andere Mittel (vgl. [Abbildung 5](#)).

Dabei könnte die Nutzungsentwicklung der beiden Hauptverhütungsmittel kaum gegensätzlicher sein: Während in den Befragungswellen 2007 und 2011 die Pille stabil jeweils das meistverwendete Kontrazeptiva war (mindestens 53 % Nutzung unter den Verhütenden), zeichnete sich bereits 2018 ein massiver Wandel ab. Damals lagen Kondome und die Pille in der Gesamtschau erstmals gleichauf (46 % bzw. 47 %). Die Nutzung der Pille ist seitdem weiter zurückgegangen, heute verwenden sie nur noch 38 Prozent der Verhütenden. Zum Vergleich: Im Jahr 2007 waren es mit 55 Prozent noch 17 Prozentpunkte mehr.

Mit aktuell 53 Prozent wird das Kondom erstmals deutlich häufiger als die Pille zur Verhütung eingesetzt. Hier ist gegenüber 2007 (36 %) spiegelbildlich eine Steigerung von 17 Prozentpunkten zu beobachten.

Dieser einschneidenden Veränderung im Verhütungsverhalten liegt eine zunehmend kritische Einstellung zu hormonellen Verhütungsmethoden zugrunde – mehr dazu in [Kapitel 4 Einstellung zu hormoneller Verhütung](#). Auch was die alleinige Anwendung angeht, hat ein Wechsel stattgefunden: 23 Prozent der Verhütenden verwenden aktuell allein die Pille, vor fünf Jahren waren es noch 34 Prozent, 2011 sogar 37 Prozent. Die ausschließliche Kondomnutzung ist im selben Zeitraum von 20 auf heute 36 Prozent angewachsen.

Alle anderen genannten Verhütungsmethoden kommen in einem deutlich geringeren Ausmaß zum Einsatz. Am häufigsten werden daneben noch Kupfer- oder Hormonspiralen verwendet. Mit aktuell 14 Prozent ist auch hier eine leicht ansteigende Tendenz gegenüber den letzten Befragungswellen zu beobachten (bis 2018 höchstens 11 %).

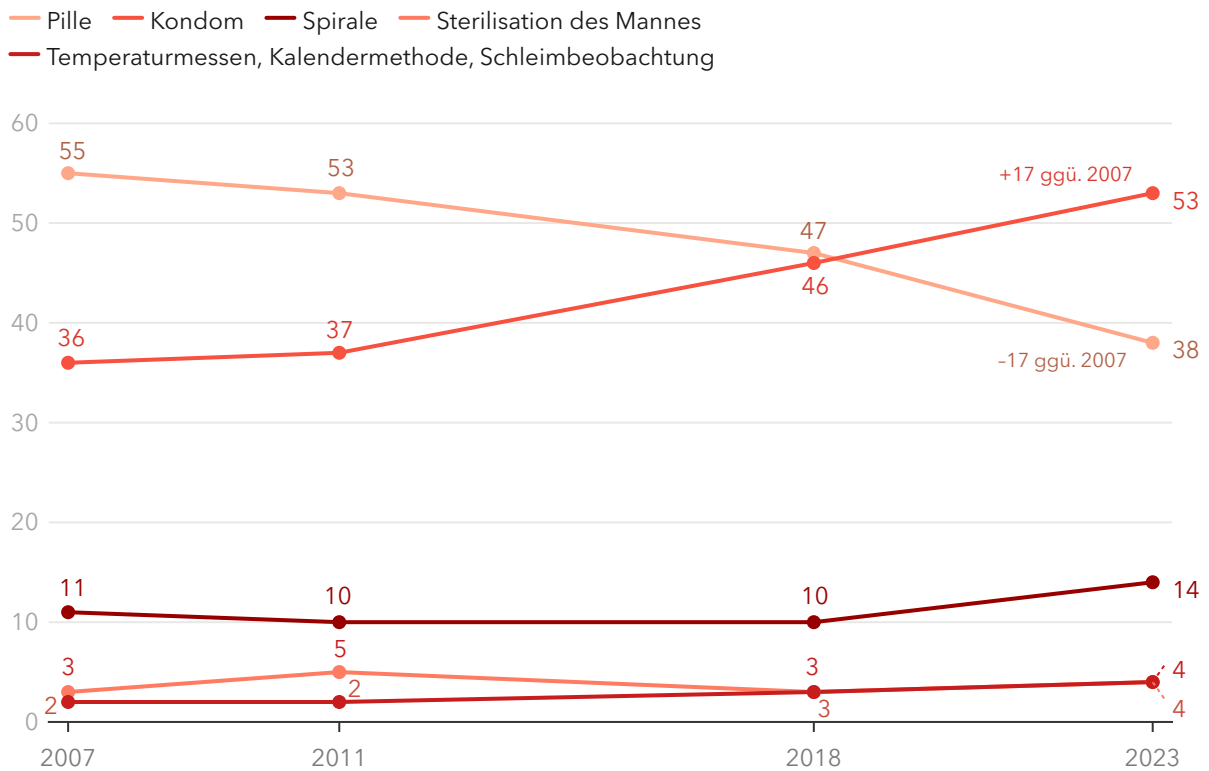
Die Sterilisation kommt bei 6 Prozent als Verhütungsmethode zum Einsatz – weiterhin ist ein solcher Eingriff bei Männern (4 %) deutlich häufiger als bei Frauen (1 %). Damit ist die Sterilisation in etwa so verbreitet wie 2018 (5 %), 2011 gaben diese Methode noch 9 Prozent an.

Alle anderen Verhütungsmethoden werden demgegenüber nur von vergleichsweise wenigen sexuell Aktiven eingesetzt; darunter auch sogenannte Natürliche Methoden der Familienplanung (kurz NFP) oder der Einsatz von Babycomputern (zusammengenommen: 4 %). Die Veränderungen über die Jahre sind geringfügig.

ABBILDUNG 5

### Angewendete Verhütungsmittel - Trend

Frage: Benutzen Sie oder Ihr Partner / Ihre Partnerin zurzeit Verhütungsmittel oder wenden Sie Verhütungsmethoden an? Hier: Die 5 am weitesten verbreiteten Methoden



Basis: Befragte, die verhüten (2023: n = 711) | Mehrfachangaben möglich | für 2007: 20 bis 44 Jahre, danach 18 bis 49 Jahre | Angaben in Prozent

Quelle: BZgA, Datensatz „Verhütungsverhalten Erwachsener“, Befragung 2007, 2011, 2018, 2023

### Verwendete Verhütungsmethoden nach Geschlecht

Die Frage nach den verwendeten Verhütungsmethoden war bewusst so gestellt, dass Verhütungsmittel aller beteiligten Sexualpartnerinnen und Sexualpartner zu berücksichtigen waren (vgl. Abbildung 5). Nichtsdestotrotz unterscheiden sich die Angaben von Männern und Frauen nach wie vor, was das Hauptverhütungsmittel Kondom angeht: Beim Einsatz von Kondomen liegt die Hauptverantwortung beim Mann, entsprechend werden sie von Männern mit 61 Prozent sehr viel häufiger genannt als von Frauen mit 44 Prozent. Diese Diskrepanz war in ähnlicher Größenordnung bereits 2018 und 2011 zu beobachten (19 bzw. 16 Prozentpunkte, heute 17 Punkte) - damals jedoch auf geringerem Nennungs-niveau.

Bei der Pille gibt es im Hinblick auf das Geschlecht der Befragten kaum Abweichungen in den Aussagen: Frauen nennen sie mit 35 Prozent nur etwas seltener als Männer (41 %). Bereits in den vergangenen Befragungswellen waren die Differenzen minimal (höchstens 1 Prozentpunkt). Das bedeutet auch: Die insgesamt rückläufige Nutzung der Pille wird von beiden Geschlechtern bestätigt.

Relevante Geschlechterunterschiede zeigen sich nur noch beim Einsatz der Verhütungsspirale. Wie bereits 2018 und 2011 wird diese von Frauen in etwa doppelt so häufig als verwendetes Verhütungsmittel angegeben wie von Männern (19 % gegenüber 10 %).



### Verwendete Verhütungsmethoden nach Lebensphase

Je nach Lebensphase verändert sich auch das Verhütungsverhalten – das lässt sich gut am unterschiedlichen Antwortverhalten der drei betrachteten Alterskohorten verdeutlichen, auch im Langzeitvergleich zum Jahr 2011 (vgl. Abbildung 6).

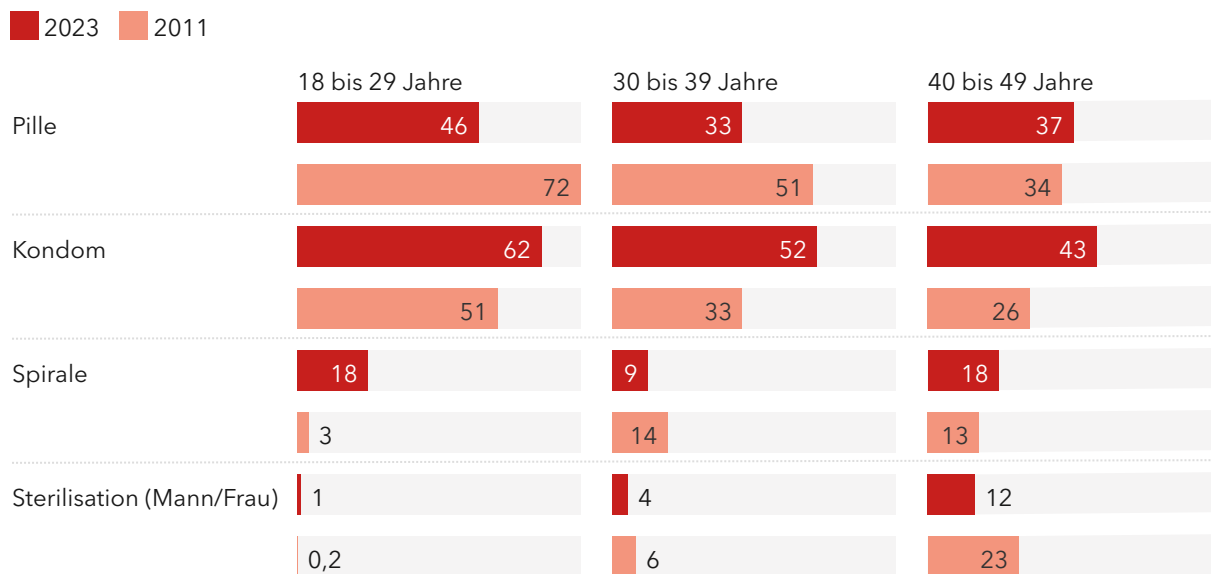
Der größte Pillennutzungsanteil zeigt sich nach wie vor in der jüngsten Altersgruppe, den verhütenden Frauen und Männern zwischen 18 und 29 Jahren (46%). In den älteren Kohorten steigt der Nutzungsanteil nicht

über 37 Prozent. Gleichzeitig lässt sich in der jüngeren Altersgruppe aber auch am deutlichsten ein Rückgang bei der Pillennutzung ablesen. Über alle verfügbaren Erhebungswellen seit 2011 ist ein Minus von insgesamt 26 Prozentpunkten festzustellen. Bei den Befragten zwischen 30 und 39 Jahren ist die Pillennutzung im selben Zeitraum um 18 Prozentpunkte zurückgegangen. Interessanterweise ist unter älteren Befragten kein solcher Rückgang zu beobachten: 2011 gaben in dieser Altersgruppe 34 Prozent an, die Pille zu nutzen, 2018 waren es mit 39 Prozent ähnlich viele wie heute (37%).

ABBILDUNG 6

#### Angewendete Verhütungsmittel nach Alter – Trend

Frage: Benutzen Sie oder Ihr Partner / Ihre Partnerin zurzeit Verhütungsmittel oder wenden Sie Verhütungsmethoden an?



Basis: Befragte, die verhüten (2023: n = 711) | Mehrfachangaben möglich | Darstellung: Häufigste Nennungen in Prozent

Quelle: BZgA, Datensatz „Verhütungsverhalten Erwachsener“, Befragung 2011, 2023

Wie in den Vorgängerstudien weist die jüngere Bevölkerung unter 30 Jahren nicht nur den höchsten Pillennutzungsanteil auf, sondern verwendet im Altersvergleich auch das Kondom am häufigsten. Die Differenzen zwischen den drei untersuchten Alterskohorten sind im Zuge des generellen Nutzungsanstiegs des Kondoms jedoch etwas weniger geworden. 2011 betragen sie noch 25 Prozentpunkte, am Ende des Jahrzehnts 24 Punkte, heute sind es nur noch 19 Prozentpunkte Differenz zwischen den untersuchten Alterskohorten. Dass das Kondom häufiger verwendet wird, lässt sich auf die zunehmende Nutzung unter den Verhütenden ab 30 Jahren zurückführen: Bei den 30- bis 39-Jährigen sind in den letzten zwölf Jahren Steigerungen von 19 Prozentpunkten, bei den 40- bis 49-Jährigen immerhin von 17 Punkten zu beobachten. Auch die Jüngeren unter 30 Jahren greifen zum Kondom als Verhütungsmethode heute häufiger als vor zwölf Jahren. Aufgrund des ohnehin schon hohen Nutzungsniveaus fällt der weitere Anstieg mit 11 Punkten bei ihnen allerdings geringer aus (vgl. [Abbildung 6](#)).

2011 stellte die Pille über alle Altersgruppen hinweg das Hauptverhütungsmittel dar, bis 2018 das Kondom unter den Jüngeren unter 30 Jahren erstmals am häufigsten genannt wurde (damals 58 %, Pille: 56 %). Heute ist die Situation eine andere: In allen drei betrachteten Altersgruppen ist das Kondom nun das meistverwendete Verhütungsmittel.

### Weitere Verhütungsmethoden und Besonderheiten

Zwar spielen alle weiteren genannten Verhütungsmethoden in der Gesamtbetrachtung nicht annähernd dieselbe Rolle wie die beiden Hauptmittel Kondom und Pille, der Altersvergleich liefert allerdings auch hier weitere relevante Erkenntnisse: So werden Kupfer- oder Hormonspiralen gegenüber der letzten Befragung zum Verhütungsverhalten in Deutschland aktuell häufiger verwendet (plus 4 Prozentpunkte). Bei genauerer Betrachtung hängt diese Entwicklung vor allem mit dem Nutzungsanstieg unter jüngeren Verhütenden zusammen. Noch 2011 war die Spirale nur für 3 Prozent der 18- bis 29-Jährigen die Verhütungsmethode der Wahl, 2018 waren es mit 5 Prozent kaum mehr. Heute hingegen setzen 18 Prozent auf die Verhütung mit Spirale. Damit gibt es keinen Unterschied mehr in der Nutzung der Spirale gegenüber der Gruppe der 40- bis 49-Jährigen. Auch die Älteren zwischen 40 und 49 Jahren nennen sie zu 18 Prozent (plus 5 Prozentpunkte gegenüber

2011). Anders verhält es sich dagegen in der mittleren Altersgruppe: Hier geben 9 Prozent an, die Spirale zu verwenden, gegenüber 2011 ist hier ein Rückgang zu beobachten (minus 5 Punkte gegenüber 2011). Verglichen mit dem Ergebnis vor fünf Jahren hat sich die Nutzungsbasis in diesem Altersband jedoch etwas stabilisiert (damals 5 %).

Die Sterilisation hat auch heute vor allem bei Verhütenden ab 40 Jahren eine relativ hohe Bedeutung (12 %). Weiterhin ist ein solcher operativer Eingriff zu Verhütungszwecken bei ihnen insbesondere in Bezug auf den männlichen Partner relevant (10 %), die Sterilisation der Frau wird von Befragten ab 40 Jahren zu 3 Prozent angegeben. Noch 2011 zählten sich in dieser Altersgruppe mit 23 Prozent fast doppelt so viele zu den Nutzenden, doch schon zum Zeitpunkt der folgenden Befragungswelle im Jahr 2018 sank der Anteil auf das heutige Niveau (12 %). Bei den Verhütenden unter 40 Jahren spielt die Sterilisation damals wie heute kaum eine Rolle (ab 2011 jeweils höchstens 6 %).

Hohe Bedeutung hat das Kondom bei denjenigen, die nicht in einer festen Partnerschaft leben: 68 Prozent von ihnen geben an, zur Verhütung Kondome einzusetzen. Die Mehrzahl dieser Frauen und Männer verhütet auch ausschließlich damit (49 %).

Sonstige Verhütungsmöglichkeiten wie Methoden zur Natürlichen Familienplanung (Temperaturmessen, Schleimbeobachtung), Vaginalringe, andere hormonelle Verhütungsmittel (Dreimonatsspritze, Hormonstäbchen u.a.), aber auch der Coitus interruptus kommen am ehesten bei Verhütenden zwischen 30 und 39 Jahren zum Einsatz (dort jeweils zwischen 2 % und 6 %).

## 1.4 Gründe für die Wahl der Verhütungsmethode: zuverlässig, einfach und gut verträglich

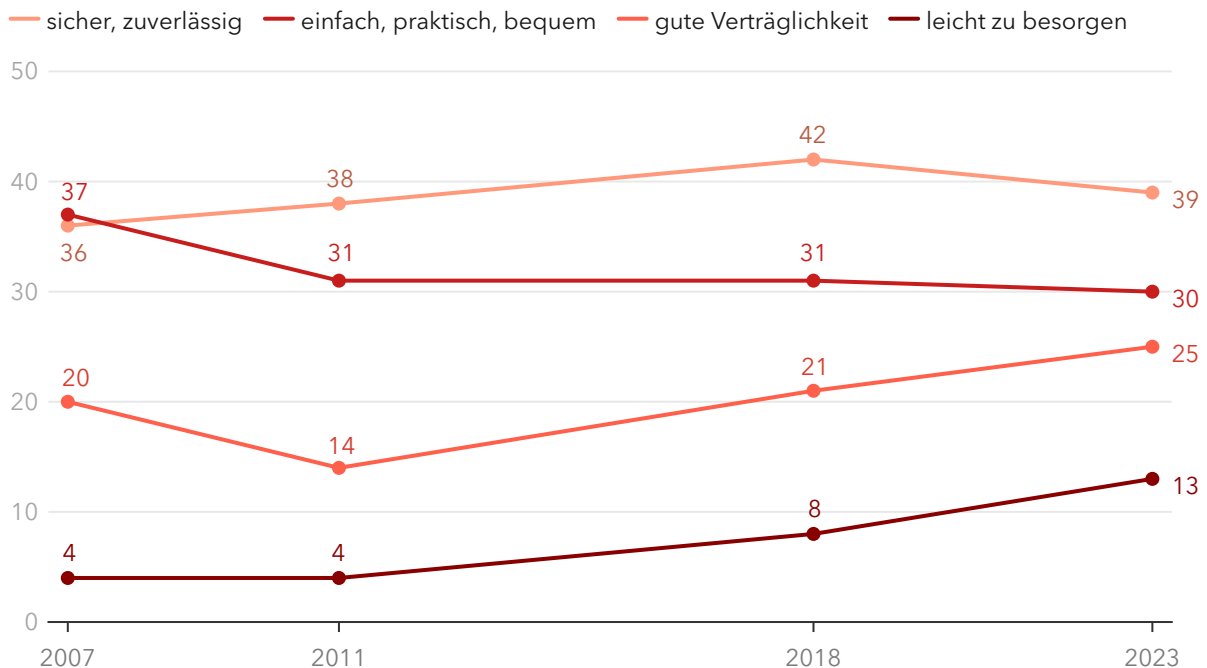
Die Hauptbegründung der verhütenden Bevölkerung zur Wahl ihres Kontrazeptivums bleibt unverändert: die Überzeugung, dass man mit diesem Mittel sicher und zuverlässig verhüten kann. Aktuell beziehen sich knapp vier von zehn Befragten, die derzeit verhüten, auf das Sicherheitsargument (39 %, vgl. [Abbildung 7](#)). Von kleineren Schwankungen abgesehen wurde diese Begründung in ähnlichem Ausmaß auch bis 2007 zurückgehend angeführt. Ähnliches gilt für den Aspekt, inwiefern die Verhütungsmethode einfach, praktisch und bequem anzuwenden ist: Drei von zehn Verhütenden stellen dies gegenwärtig als relevant für ihre Verhütungsentscheidung heraus (30 %).

Auch die weiteren am häufigsten genannten Gründe bleiben in ihrer Rangfolge gegenüber den Vorjahren unverändert – allerdings sind hierbei in der jüngsten Vergangenheit deutlichere Verschiebungen in der Einstellung zu beobachten. So beziehen sich immer mehr Verhütende bei der Wahl ihres Verhütungsmittels auf möglichst geringe Nebenwirkungen. Mit 25 Prozent erreicht diese Begründung in der aktuellen Messung im Zeitverlauf den höchsten Wert, nachdem bereits 2018 ein Anstieg festzustellen war (vgl. [Abbildung 7](#)). Die Verträglichkeit wird im Übrigen noch in Form eines weiteren Aspekts angesprochen: 9 Prozent geben aktuell explizit an, dass sie die Pille und

ABBILDUNG 7

### Gründe für die Wahl der Verhütungsmethode - Trend

Frage: Aus welchen Gründen haben Sie oder Ihr Partner / Ihre Partnerin sich gerade für dieses Verhütungsmittel beziehungsweise diese Methode entschieden? Hier: Die am häufigsten genannte Gründe



Basis: Befragte, die verhüten (2023: n = 711) | Mehrfachangaben möglich | für 2007: 20 bis 44 Jahre, danach 18 bis 49 Jahre | Angaben in Prozent

Quelle: BZgA, Datensatz „Verhütungsverhalten Erwachsener“, Befragung 2007, 2011, 2018, 2023

weitere hormonelle Verhütungsmethoden nicht vertrauen haben oder diese generell ablehnen. Dieser Wert übersteigt die vorherigen Messungen um das Dreifache (2011 und 2018 jeweils 3 %), was Hinweise darauf liefert, warum die Pille nicht mehr die am häufigsten angewendete Verhütungsmethode ist.

Ferner gewinnt der Aspekt der Verfügbarkeit weiter an Bedeutung. Während die Frage, inwiefern das eigene Verhütungsmittel leicht zu besorgen ist, bis 2011 nur für maximal 4 Prozent der Verhütenden relevant war, ist der Anteil in den Folgejahren kontinuierlich auf derzeit 13 Prozent angestiegen. Vor allem Männer (17 %) und Befragte unter 25 Jahren (17 %) beziehen sich darauf.

Eine Reihe weiterer Begründungen wird von rund 10 Prozent der verhütenden Bevölkerung angeführt, darunter die bereits vorhandene Erfahrung mit einem bestimmten Mittel, der Wunsch des Partners bzw. der Partnerin, der Kostenfaktor, ärztliche Empfehlungen, aber auch praktische Vorteile wie die spontane Anwendbarkeit des Verhütungsmittels oder der zusätzliche Schutz vor Geschlechtskrankheiten (STI) (jeweils Nennungsanteile zwischen 9 % und 11 %).

Neu ist, dass diese Aspekte generell häufiger genannt werden als zuvor. Noch 2011 wurde keiner dieser Beweggründe von mehr als 7 Prozent angeführt.

### **Beweggründe je nach gewählter Verhütungsmethode**

Die Sicherheit des Verhütungsmittels hat in der Regel erste Priorität, egal, für welches der gängigen Verhütungsmittel sich die Verhütenden entschieden haben. Kommt die Pille zum Einsatz, wird in knapp der Hälfte der Fälle die Zuverlässigkeit der Methode herausgestellt, beim Kondom sind es ebenso viele (jeweils 47 %).

Wer auf die Pille als alleiniges Verhütungsmittel setzt, betont den Sicherheitsaspekt weniger häufig (34 %). Mit 37 Prozent wird die einfache Handhabung öfter angeführt – mehr als diejenigen, die allein das Kondom verwenden (28 %). Eine gute Verträglichkeit und wenige Nebenwirkungen sind kein herausragendes Motiv, sich für die Pille zu entscheiden; diese Überlegung ist bei anderen Verhütungsmitteln (vor allem ausschließlich Kondom, Spirale) relevanter. Stattdessen berichten viele, die ausschließlich die Pille verwenden, dass sie damit einer ärztlichen Empfehlung folgen (19 %).

Für Befragte, die ausschließlich das Kondom nutzen, steht neben dem Hauptmotiv Zuverlässigkeit (39 %) die gute Verträglichkeit im Vordergrund, erst knapp danach folgt die einfache Handhabung (28 %). Und: Neben den 30 Prozent, die eine gute Verträglichkeit als Entscheidungsgrund für das Kondom nennen, argumentieren 16 Prozent explizit gegen die Pille und weitere hormonelle Verhütungsmittel (Unverträglichkeit, generelle Ablehnung). Diese Abwehrhaltung gegenüber der Pille spielte bei den Verhütenden mit ausschließlicher Kondomnutzung 2018 und 2011 noch keine so große Rolle (damals jeweils 10 %). Zusammengenommen ist die Verträglichkeit des Kondoms im weiteren Sinne mit 45 Prozent das wichtigste Motiv der Verhütenden, die allein auf das Kondom setzen.

Verhütende, die die Spirale verwenden, betonen in ähnlichem Maße die Verträglichkeit, Sicherheit sowie die bequeme Handhabung (32 % bis 36 %) – wobei Letzteres insbesondere darin besteht, dass hierbei eine täglich erforderliche Einnahme wie bei der Pille entfällt. Dass mittels Spirale auch spontan verhütet werden kann, wird von 10 Prozent als Motivation angeführt. Charakteristisch für die Spirale ist auch, dass sie häufiger auf ärztliche Empfehlung hin genutzt wird (12 %).

Für eine robuste Betrachtung der Beweggründe mit Blick auf die weiteren Verhütungsmittel ist die Fallzahl der Nutzenden in den Daten zu gering. Tendenziell fällt jedoch auf, dass sich Befragte, die mittels Sterilisation verhüten, häufig auf den Wunsch der Partnerin bzw. des Partners verweisen. Die Sterilisation ist ferner das Mittel der Wahl, wenn die eigentliche Familienplanung bereits abgeschlossen ist. Wer auf die Natürliche Familienplanung setzt, verweist auffällig häufig auf Verträglichkeitsgründe. Auch wird hier am ehesten Kritik an hormonellen Verhütungsmethoden geäußert.

## Beweggründe je nach Geschlecht

Männer und Frauen kommen bezüglich der beiden meistverwendeten Verhütungsmethoden Pille und Kondom durchaus zu unterschiedlichen Urteilen. Männer halten das Kondom häufiger als die Pille für sicher (54 % gegenüber 44 %) - Frauen tendieren diesbezüglich eher zur Pille (38 % gegenüber 51 %).

Männer sehen in Kondomen zudem häufiger eine bequeme, einfach handhabbare Form der Verhütung (35 %, Frauen: 20 %), zumal sie leicht zu besorgen sind (24 %, Frauen: 13 %). Wenn Frauen in der Verhütung auf Kondome setzen, dann tun sie es nicht zuletzt wegen der geringen Nebenwirkungen. Von den Frauen, die als ausschließliches Verhütungsmittel das Kondom angeben, betonen 32 Prozent diesen Aspekt - bei ihnen ist das der Spitzenwert aller möglichen Beweggründe (Männer: 28 %).

Was die Hauptvorteile der Verhütung mit der Pille anbelangt, gehen die Ansichten von Frauen und Männern weniger weit auseinander als dies im Hinblick auf das Kondom der Fall ist. Sowohl in puncto Sicherheit als auch Einfachheit der Anwendung betragen die Differenzen maximal 7 Prozentpunkte. Ein relevanter Unterschied: 19 Prozent der Frauen, die die Pille als Verhütungsmittel einsetzen, schreiben dem Mittel auch eine gute Verträglichkeit zu; unter den Männern sind es nur 9 Prozent.

Männer beugen sich im Übrigen nicht selten auch dem Wunsch der Partnerin, das heißt: Sie bestimmt die anzuwendende Verhütungsmethode (16 %). Umgekehrt ist das kaum der Fall (5 %). Obwohl aufgrund kleiner Fallzahlen kein eindeutiger Datenbeleg geliefert werden kann, scheint sich der Partnerwunsch vielfach auf eine operative Sterilisation zu beziehen. Hierbei ist jedoch auch zu beachten, dass im Einzelfall auch weibliche Partnerinnen von Frauen und männliche Partner von Männern gemeint sein können.

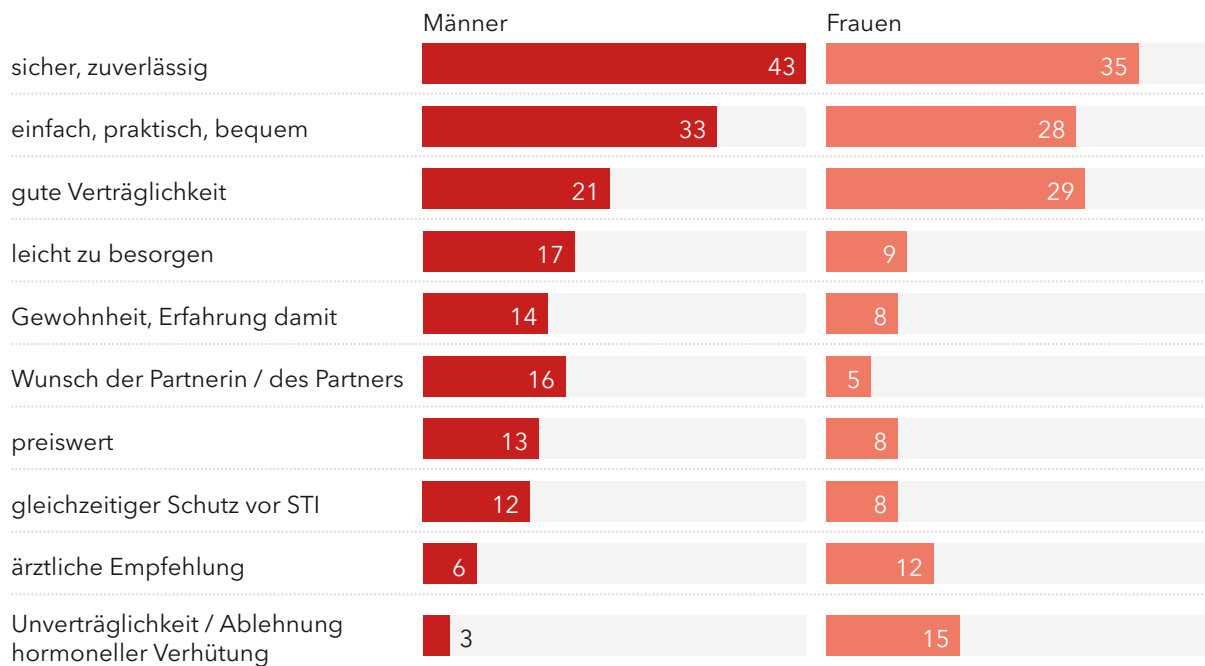
Gesundheitsbezogene Argumente werden in der Regel stärker von Frauen herangeführt. Insgesamt 15 Prozent der verhütenden Frauen berichten von Unverträglichkeiten oder äußern sich generell kritisch zur hormonellen Verhütung (Männer: 3 %). 12 Prozent der Frauen sagen aus, ihre Verhütungsentscheidung hinge (auch) von der Empfehlung einer Ärztin oder eines Arztes ab (Männer: 6 %). Nur der zusätzliche Schutz vor sexuell übertragbaren Krankheiten (STI) wird etwas häufiger von Männern angesprochen (12 % gegenüber 8 %). Eine Übersicht der allgemeinen Geschlechterdifferenzen (ohne Bezug zu einzelnen Verhütungsmitteln) im Kontext der Wahl des Verhütungsmittels findet sich in der folgenden [Abbildung 8](#).

Männer nennen den Kostenaspekt bei der Wahl des Verhütungsmittels spontan etwas häufiger als Frauen (13 % gegenüber 8 %). Der Einfluss der Verhütungskosten wird im folgenden [Kapitel 1.5 Kosten als Einflussfaktor](#) näher beleuchtet - konkret nach der Wichtigkeit der Kosten im Zuge der Auswahl eines Verhütungsmittels gefragt drehen sich die Geschlechterverhältnisse deutlich um.

ABBILDUNG 8

### Gründe für die Wahl der Verhütungsmethode nach Geschlecht

Frage: Aus welchen Gründen haben Sie oder Ihr Partner / Ihre Partnerin sich gerade für dieses Verhütungsmittel beziehungsweise diese Methode entschieden?



Basis: 711 Befragte, die verhüten | Mehrfachangaben möglich | Angaben in Prozent  
 Quelle: BZgA, Datensatz „Verhütungsverhalten Erwachsener“, Befragung 2023

## 1.5 Kosten als Einflussfaktor: unterschiedlich ausgeprägt

In der Gesamtschau der relevanten Gründe, warum ein konkretes Verhütungsmittel ausgewählt wird, sind Verhütungskosten kein herausragendes Motiv (vgl. auch [Kapitel 1.4 Gründe für die Wahl der Verhütungsmethode](#)): Insgesamt 11 Prozent der Verhütenden sagen aus, dass sie ihre Entscheidung auch deshalb trafen, weil sie die aktuelle Verhütungsmethode als „preiswert“ ansehen. Das verfügbare Haushaltseinkommen hat dabei keinen Einfluss auf die Nennungshäufigkeit.

Aus gesundheitspolitischer Sicht ist jedoch eine andere Frage relevanter: Inwieweit stellen die Verhütungskosten einen Hemmfaktor oder eine Hürde bei der Wahl eines Verhütungsmittels dar?

### Kostenfaktor in der Studienevaluation

Der Frage, ob Verhütungskosten eine Hürde darstellen, geht die Studie über verschiedene Zugänge nach.

Einen Hinweis liefern die Aussagen der sexuell aktiven Personen, die momentan nicht verhüten (vgl. [Kapitel 1.2 Verzicht auf Verhütungsmittel](#)). Finanzielle Gründe für die Nichtverhütung werden hier durchaus genannt, wenn auch nur in geringem Ausmaß (2% der Nichtverhütenden). Dabei ist zu bedenken, dass es sich bei dieser Angabe um Spontanantworten handelt. Das Antwortverhalten ist möglicherweise aufgrund von sozialer Erwünschtheit oder Schamgefühlen beeinflusst und könnte insofern auch verzerrt sein.

Zusätzlich wurde erstmals in der Befragungsreihe zum Verhütungsverhalten Erwachsener eine konkret auf die Kostenwirkung zugeschnittene Frage gestellt. Die Befragten konnten dabei die Rolle des Kostenaspekts bei ihrer zuletzt getroffenen Entscheidung für eine bestimmte Verhütungsmethode mit einer Skala bewerten von „Kostenaspekt war sehr wichtig“ (Skalenwert 1) bis „Kostenaspekt hat keine Rolle gespielt“ (Skalenwert 6).

Die Erhebung des Kostenaspekts in dieser Form basiert auf Ergebnissen aus dem Forschungsprojekt *frauen leben 3*, in dem unter anderem ein Zusammenhang zwischen der Wahl eines Verhütungsmittels und der finanziellen Situation untersucht wurde. In verschiedenen Erhebungswellen hat sich die Frageformulierung in diesem Projekt bewährt (vgl. Helfferich et al., 2016, S. 134-137; zum Gesamtprojekt Knittel & Olejniczak, 2023).



### Das BZgA-Forschungsprojekt frauen leben 3

Mehr Informationen zum Projekt und weitere Forschungsergebnisse finden Sie [online](#).

## Ergebnisse zum Kostenfaktor

Insgesamt 19 Prozent der Personen, die gegenwärtig verhüten, geben an, dass die Kosten eine wichtige Rolle bei der Entscheidung für ein konkretes Verhütungsmittel gespielt haben, darunter wählen 11 Prozent die stärkste Ausprägung „sehr wichtig“. Für die Mehrheit der Verhütenden war der finanzielle Aspekt jedoch nicht entscheidend (54 %) (vgl. [Abbildung 9](#)).

Ob und wie stark Verhütung ins Geld geht, hängt von einer Vielzahl an Faktoren ab: Wer ist für den Kauf des Verhütungsmittels zuständig? Können die Kosten beispielsweise in einer Partnerschaft geteilt werden? Welche Kosten verursacht das jeweilige Verhütungsmittel? Und nicht zuletzt: Welche finanziellen Mittel stehen für diesen Haushaltsposten zur Verfügung? Das alles hängt auch mit der aktuellen Lebenssituation wie Ausbildung, Beruf, Alter, Bildung und Einkommen usw. zusammen.

## Kostenfaktor und Geschlecht

Die Meinungsbilder dazu, ob und wie stark die Verhütungsentscheidung von den Kosten abhängig ist, fallen sehr unterschiedlich aus: Für verhütende Frauen ist der Kostenfaktor mit 30 Prozent deutlich häufiger wichtig als für Männer (9 %, vgl. [Abbildung 9](#)). Auch spielen die Verhütungskosten besonders für Jüngere eine Rolle – 27 Prozent der unter 30-Jährigen geben an, dass der finanzielle Aspekt bei der Verhütungsentscheidung wichtig war. Bei Befragten zwischen 18 und 24 Jahren sind es sogar 34 Prozent. Zum Vergleich: Für Befragte in ihren Dreißigern (20 %) und insbesondere für jene ab 40 Jahren (8 %) gilt dies viel seltener. In der Kombination der Faktoren Alter und Geschlecht kommen folglich vor allem jüngere Frauen in den Fokus: Für 41 Prozent der verhütenden Frauen unter 30 Jahren waren die Verhütungskosten ein wichtiger Entscheidungsfaktor. Für die Männer ist kein solcher Alterseffekt feststellbar. Auch jüngere Männer unter 30 Jahren geben nur zu 10 Prozent an, dass der Kostenaspekt eine wichtige Rolle gespielt hat (ältere Männer: 5 % bis 9 %).

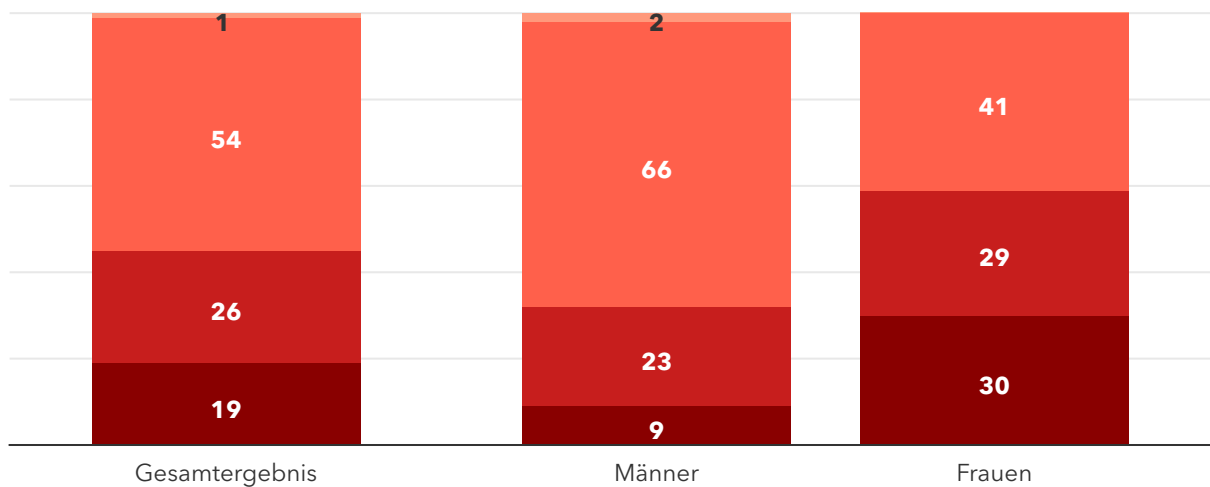


ABBILDUNG 9

### Relevanz des Kostenaspekts nach Geschlecht

Frage: Als Sie sich das letzte Mal für eine Verhütungsmethode entschieden haben: Wie wichtig war der Aspekt des Geldes, also der Kosten, bei der Entscheidung?

■ Kostenaspekt war wichtig   
 ■ Kostenaspekt war mittel wichtig   
 ■ Kostenaspekt war nicht wichtig  
■ trifft nicht zu, weiß nicht, keine Angabe



Basis: 711 Befragte, die verhüten | Darstellung: wichtig (Skalenwerte 1 + 2), mittel (3 + 4), nicht wichtig (Skalenwerte 5 + 6) | Abweichungen in der Summe von 100 % sind rundungsbedingt | Angaben in Prozent

Quelle: BZgA, Datensatz „Verhütungsverhalten Erwachsener“, Befragung 2023

### Kosten im Zusammenhang mit anderen Faktoren

In der Auswertung sind auch Zusammenhänge feststellbar zwischen dem Kostenfaktor und dem Haushaltsnettoeinkommen, aufgrund von Fallzahlbeschränkungen kann hier jedoch nur eine Tendenzaussage getroffen werden. Je geringer das verfügbare Einkommen, desto eher spielen bei der Entscheidung für ein Verhütungsmittel auch die Kosten eine Rolle. So war der Kostenfaktor für Personen mit unter 2.500 Euro Haushaltsnettoeinkommen zu 27 Prozent wichtig, bei einem Einkommen ab 3.500 Euro jedoch nur zu 12 Prozent.

Ob eine feste Partnerschaft vorhanden ist oder nicht, ist dagegen für den Einfluss der Kosten auf die Wahl des Verhütungsmittels weniger von Bedeutung (1 Prozentpunkt Differenz beim Anteil „wichtig“). Auch die Frage, welches Verhütungsmittel konkret verwendet wird, ist weniger entscheidend. Beim Vergleich der genutzten Verhütungsmittel heben sich lediglich die Sterilisation

(Mann oder Frau) sowie die Spirale ab - kommen diese Verhütungsmethoden zum Einsatz, wird besonders häufig angegeben, dass der Kostenfaktor eine Rolle gespielt hat. Auch hier lassen die Daten jedoch nur eine vage Tendenzaussage zu. Zwischen Pillen- und Kondomnutzenden jedenfalls zeigen sich keine relevanten Unterschiede (15 % gegenüber 17 % „wichtig“).

Das Geschlecht der Befragten erweist sich über die verschiedenen Verhütungsmethoden hinweg als der relevantere Faktor.



## 2

## Informationen zur verwendeten Verhütungsmethode

Die Anwendung von Verhütungsmitteln hängt eng zusammen mit dem Wissen um verschiedene Methoden der Kontrazeption. Deshalb erfragt die aktuelle Studie – wie auch schon in den früheren Erhebungen – die subjektive Einschätzung des Informationsstandes der Befragten zu den Verhütungsmethoden.

Von Interesse ist aber auch, woher dieses Wissen stammt und wie sich die Befragten über das Thema Verhütung informieren. Deshalb ist seit 2018 die Wiederholungsbefragung um die Frage nach den wichtigsten Informationsquellen zur verwendeten Verhütungsmethode erweitert worden.

Ein besonderes Augenmerk liegt in der vorliegenden Studie auf der Bedeutung des Internets als Informationsquelle.

### 2.1 Subjektive Einschätzung: gut informiert über eigenes Kontrazeptivum

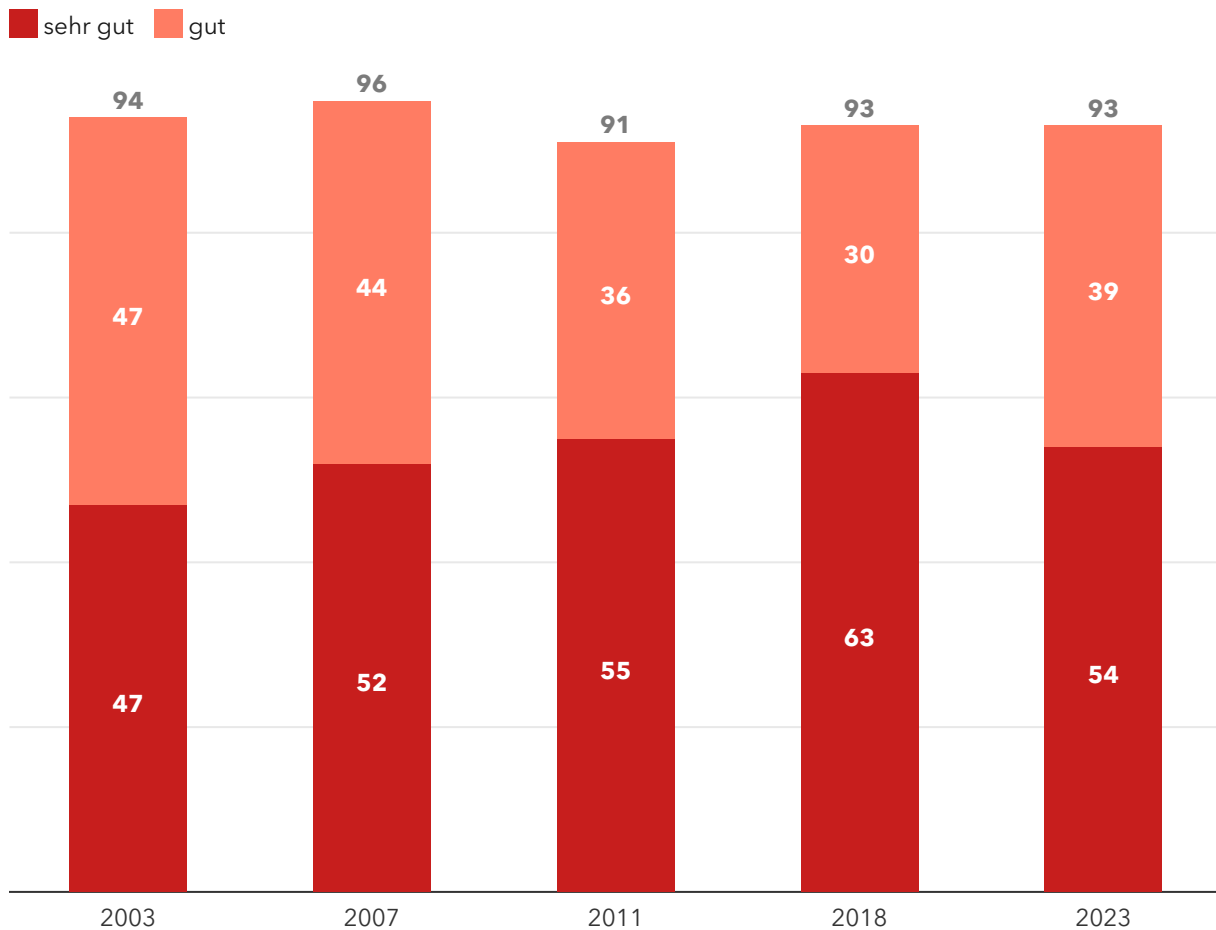
Nahezu alle fühlen sich über die selbst verwendete Verhütungsmethode ausreichend informiert. Die negativ formulierten Antwortmöglichkeiten „weniger gut“ oder „schlecht informiert“ nennen nur 5 Prozent der Befragten. Relevante Abstufungen der Einschätzungen zum Informationsstand spielen sich in der Regel lediglich zwischen den Kategorien „sehr gut“ und „gut“ ab.

Hier kam es über die Jahre zu einigen Verschiebungen: Bis 2018 bezeichneten sich von Befragungszeitpunkt zu Befragungszeitpunkt zunehmend mehr Befragte als „sehr gut“ informiert. Mit den aktuellen Ergebnissen aus dem Jahr 2023 wird diese Entwicklung nicht fortgeführt. Mit 54 Prozent wählen momentan ähnlich viele die beste Wertung wie zuletzt 2011 (damals 55 %) (vgl. [Abbildung 10](#)).

ABBILDUNG 10

### Subjektive Einschätzung der Informiertheit über die verwendete Verhütungsmethode - Trend

Frage: Wie gut fühlen Sie sich über die Verhütungsmethode bzw. das Verhütungsmittel, das Sie derzeit verwenden, informiert?



Basis: Befragte, die verhüten (2023: n = 711) | für 2007: 20 bis 44 Jahre, sonst 18 bis 49 Jahre | Angaben in Prozent

Quelle: BZgA, Datensatz „Verhütungsverhalten Erwachsener“, Befragung 2003, 2007, 2011, 2018, 2023

Vor allem bei denjenigen, die ihren Informationsstand als „gut“ oder „sehr gut“ einschätzen, sind wesentliche Unterschiede festzustellen, wenn die Geschlechter verglichen werden. Werden „sehr gut informiert“ und „gut informiert“ zusammen betrachtet, so haben Frauen einen geringen Vorsprung von 5 Prozentpunkten vor den Männern. Während sich aber Frauen zu 67 Prozent als „sehr gut“ informiert bezeichnen, umfasst dieser Anteil bei Männern nur 43 Prozent. Noch 2018 lag das selbst eingeschätzte Informationsniveau der Männer deutlich höher

(55%). Damit fällt auch die Geschlechterdifferenz mit 24 Prozentpunkten heute deutlich größer aus als 2018 (16 Punkte) oder auch 2011 (17 Punkte). Es bleibt abzuwarten, inwiefern sich dieses Ergebnis künftig verfestigt.

Auch wenn nach Lebensalter differenziert wird, lassen sich Unterschiede aufzeigen – abermals jedoch insbesondere im Hinblick auf die höchste Wertungskategorie „sehr gut“. Stärker als in den vorangegangenen Befragungswellen offenbart sich aktuell eine Altersdiskrepanz:

Zwar zeigen sich jüngere Verhütende insgesamt ebenso häufig „gut“ informiert wie ältere, sie schätzen sich im Vergleich allerdings seltener als „sehr gut“ informiert ein. Unter den Befragten bis 29 Jahren tun dies 40 Prozent, dagegen bezeichnen sich mit 62 Prozent wesentlich mehr der Verhütenden ab 30 Jahren als „sehr gut“ über die verwendete Verhütungsmethode informiert. Die geringere Bereitschaft der Jüngeren, die höchste Wertungskategorie für Informiertheit zu wählen, zeigt sich auch bei einem Zeitvergleich mit der Erhebung von 2018: Damals lag der Anteil für „sehr gut“ informiert bei den unter 30-Jährigen noch bei 59 Prozent, 2023 sind es also 19 Prozentpunkte weniger als 2018. Auch die Anteilsspanne zwischen jüngster und ältester Altersgruppe lag damals mit 9 Prozentpunkten deutlich unter der heutigen mit 23 Prozentpunkten.

Um die Ergebnisse besser einzuordnen, kann die Wahl des Verhütungsmittels herangezogen werden: Wenn nach verwendeten Verhütungsmitteln unterschieden wird, wird bei Verwendung der Pille und von Kondomen häufiger als allgemein die beste Informiertheit gewählt, jedoch zeigt sich zwischen den angewandten Verhütungsmethoden ein Unterschied: „Sehr gut“ über die gewählte Verhütungsmethode informiert fühlen sich

42 Prozent derjenigen, die mit der Pille verhüten. Wesentlich höher ist dagegen der Anteil bei denjenigen, die mit Kondomen verhüten (57 %). Wird die Pille und andere hormonelle Verhütungsmethoden generell abgelehnt, so ist der Anteil der Befragten, die sich als „sehr gut“ informiert beschreiben, noch höher (67 %). Möglicherweise bestätigt der geringere Anteil der Jüngeren, die sich als subjektiv „sehr gut“ informiert einschätzen, eine größere Verunsicherung hinsichtlich hormoneller Verhütungsmethoden.

Der beobachtete Alterszusammenhang bleibt bestehen, wenn zusätzlich nach dem Geschlecht unterschieden wird. Dann reichen die Anteile der Wertung „sehr gut“ informiert von 46 Prozent für verhütende Frauen unter 30 Jahren bis 79 Prozent für Frauen ab 40 Jahren. Unter den Männern liegen die Werte generell deutlich niedriger (32 % bis 49 %).

Es lassen sich weiterhin Hinweise in den Daten finden, dass die (sehr gute) Informiertheit über die gewählte Verhütungsmethode auch mit dem Schulabschluss im Zusammenhang steht. Geringe Fallzahlen insbesondere für Befragte mit niedrigeren formalen Schulabschlüssen lassen jedoch keine detailliertere Analyse zu.

## 2.2 Wichtigste Informationsquellen: gynäkologische Praxen und Internet

2018 wurde erstmals im Rahmen der Wiederholungsbefragung Verhütungsverhalten Erwachsener nach den wichtigsten Informationsquellen zur verwendeten Verhütungsmethode gefragt. Diese Thematik wurde im Rahmen der aktuellen Befragungswelle weiter ausgebaut. Mit der vorliegenden Untersuchung sind nun auch Vergleiche zwischen den Jahren 2018 bis 2023 möglich.

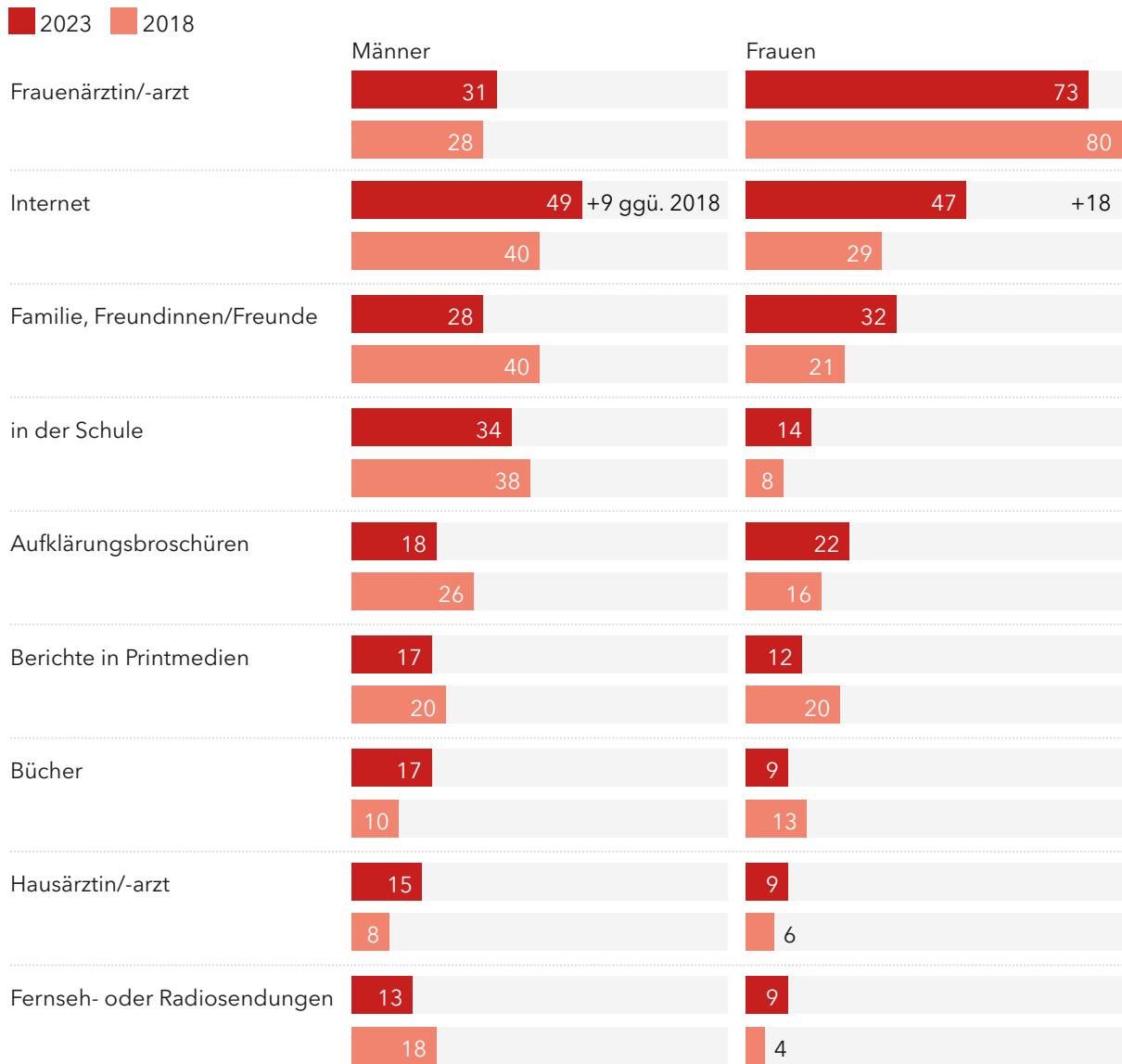
In der Gesamtbetrachtung bleiben die drei wichtigsten Quellen für Informationen zur eigenen Verhütungsmethode unverändert: Für rund die Hälfte der verhütenden Befragten stellt weiterhin die Frauenärztin bzw. der Frauenarzt die wichtigste Informationsquelle dar (51 %).

Auf den Plätzen 2 und 3 folgen das Internet und Gespräche im persönlichen Umfeld. Da die verwendeten Informationsstrategien nach wie vor ausgesprochen geschlechtsspezifisch sind, bietet sich eine nach Frauen und Männern getrennte Darstellung an (vgl. [Abbildung 11](#)).

ABBILDUNG 11

### Informationsquellen zur verwendeten Verhütungsmethode nach Geschlecht - Trend

Frage: Wer oder was war für Sie die wichtigste Informationsquelle über das jetzt verwendete Verhütungsmittel bzw. die jetzt verwendete Methode?



Basis: Befragte, die verhüten (2023: n = 711) | Mehrfachangaben möglich | Darstellung: Häufigste Nennungen in Prozent

Quelle: BZgA, Datensatz „Verhütungsverhalten Erwachsener“, Befragung 2018, 2023

### Bevorzugte Informationsquellen nach Geschlecht

Nach wie vor sehen Frauen in ihrer Frauenärztin bzw. ihrem Frauenarzt in aller Regel die Hauptansprechperson: Für 73 Prozent ist der gynäkologische Rat die wichtigste

Informationsquelle. Demgegenüber treten andere Personen oder Medien in ihrer Bedeutung zurück, auch wenn die allermeisten Frauen zusätzlich weitere Optionen im Interview angeben. Im Durchschnitt benennen

Frauen 2,4 Informationsquellen. Aus Sicht der weiblichen Verhütenden bleiben die zweit- und drittwichtigsten Quellen gegenüber 2018 unverändert. Gerade das Internet hat aktuell mit 47 Prozent der Nennungen weiter an Bedeutung als Informationsquelle zu Kontrazeption gewonnen und ist damit mit Abstand die zweitwichtigste Quelle – 2018 gaben 29 Prozent der Befragten an, Onlinequellen zu nutzen.

Männer geben seltener an, Beratung in einer gynäkologischen Praxis zu nutzen (31 %). Männliche Befragte weisen ein deutlich breiter gestreutes Informationsmuster auf. Insgesamt nutzen sie ähnlich wie die Frauen im Schnitt 2,5 verschiedene Informationsquellen.

Die wichtigste Entwicklung, die bereits unter den Frauen festzustellen war, betrifft Online-Inhalte: Auch verhütende Männer zählen das Internet deutlich häufiger zu ihren wichtigsten Informationsquellen, was Verhütungsfragen angeht, als dies 2018 erkennbar war. Mit 49 Prozent wird das Internet bei den Männern deutlich am häufigsten genannt. Der Anstieg gegenüber 2018 fällt mit 9 Prozentpunkten jedoch weniger stark aus als bei den Frauen (18 Punkte). Anders als vor fünf Jahren zählen Onlinequellen damit für Frauen und Männer ähnlich häufig zu den wichtigsten Informationsmöglichkeiten.

Ratschläge von Familienangehörigen und Freunden sowie Informationen aus der Schulzeit waren 2018 für männliche Befragte noch von ähnlich hoher Bedeutung wie Internetquellen (damals jeweils rund 40 %). Heute sind diese Informationsquellen weniger relevant (maximal 34 %). Es bleibt allerdings dabei, dass Männer sehr viel häufiger angeben, auf Schulwissen zurückzugreifen als Frauen (aktuell 34 % gegenüber 14 %).

Darüber hinaus bleiben die Geschlechterunterschiede durchweg im einstelligen Prozentpunktbereich. Rund jede fünfte Frau und fast genauso viele Männer geben an, relevante Informationen aus Aufklärungsbroschüren bezogen zu haben (22 % gegenüber 18 %). Inhalte aus Medien wie Print, Audio und in visueller Form sind geschlechterunabhängig für weniger als 20 Prozent von Bedeutung. Gleiches gilt für den hausärztlichen Rat. Beratungen in der Apotheke oder durch Beratungsstellen werden jeweils von maximal 7 Prozent der Verhütenden genannt.

### Bevorzugte Informationsquellen nach Alter

Das Alter hat ebenfalls Einfluss auf das eigene Informationsverhalten: Für die Jüngeren sind Online-Inhalte weiterhin bedeutend wichtiger als für die Älteren. Bei den 18- bis 29-Jährigen nennen fast zwei Drittel das Internet als wichtigen Informationskanal (63 %); bei der nächstfolgenden Alterskohorte sind es nur noch 45 Prozent, und der Anteil sinkt mit steigendem Alter weiter auf 35 Prozent ab. Diese Altersdiskrepanz von insgesamt 28 Prozentpunkten schlägt sich bei den Frauen (33 Punkte) stärker nieder als bei den Männern (23 Punkte). 2018 konnten im Altersvergleich ähnlich große Differenzen festgestellt werden (damals 27 Prozentpunkte).

Der gynäkologische Rat ist für verhütende Frauen altersunabhängig mit Abstand die wichtigste verhütungsbezogene Informationsquelle (je nach Alter 69 % bis 77 %). Darüber hinaus nutzen jüngere Frauen allgemein eine breitere Palette an Informationsmöglichkeiten – sie nennen im Schnitt 3,0 Quellen. Zum Vergleich: Frauen ab 40 Jahren nennen durchschnittlich 2,0 Quellen. Die größten Altersdifferenzen ergeben sich in punkto persönliches Umfeld und Schule, dies geben jüngere Frauen häufiger an als ältere (23 bzw. 17 Prozentpunkte).

Für verhütende Männer ersetzt das Internet als Informationsquelle zunehmend andere Quellen. Jüngere Männer unter 30 Jahren nutzen deutlich häufiger Online-Informationen als Ältere, insgesamt jedoch bleibt die Zahl der genutzten Quellen im altersvergleichenden Schnitt ungefähr gleich (2,4 bis 2,5). Zwar ist beispielsweise die Schule für viele jüngere Männer zwischen 18 und 29 Jahren nach wie vor eine ausgesprochen wichtige Informationsinstanz (43 %, sonst höchstens 34 %), bei ihnen liegt der Schulbesuch auch weniger lang zurück. Dafür geben sie seltener als ältere Männer an, sich über Verhütung mithilfe von gynäkologischem Ratschlag, Aufklärungsbroschüren (Altersdifferenz: jeweils 14 Prozentpunkte) und Sendungen im Radio und Fernsehen (10 Punkte) zu informieren.

### Einfluss verwendeter Kontrazeption auf die Wahl der Informationsquellen

Wird die Pille als Verhütungsmittel genutzt, so sind Frauenärztinnen und Frauenärzte noch zentraler als Informationsquelle, als sie es ohnehin schon sind (68 % gegenüber 51 % im Gesamtschnitt). Dies gilt vor allen Dingen für Frauen: Geben sie an, die Pille als Verhütungsmittel anzuwenden, so nutzen 94 Prozent die gynäkologische Expertise als generelle Informationsquelle zu Verhütungsfragen (Gesamtschnitt der verhütenden Frauen: 73 %). Ein ähnliches Muster tritt bei Männern und Frauen zutage, die als verwendetes Verhütungsmittel die Kupfer- oder Hormonspirale angeben. Auch sie antworten überdurchschnittlich häufig, dass sie über die

Frauenärztin bzw. den Frauenarzt Informationen erhalten haben (75 %). Dies ist anders, wenn die Befragten das Kondom als Verhütungsmittel nennen (hier nur 37 %). Für diese ist das Internet die Hauptquelle (55 %).

Auch wenn die Datenlage bei den übrigen Verhütungsmethoden nur Tendenzaussagen zulässt, fällt auf, dass Internetinformationen ebenfalls eine zentrale Rolle spielen, wenn Methoden der Natürlichen Familienplanung angewendet werden oder mindestens ein Partner bzw. eine Partnerin sterilisiert ist. In diesen Fällen wird zudem häufig auf Ratschläge aus dem persönlichen Umfeld verwiesen.

## 2.3 Internet als Informationsquelle: vorwiegend Verwendung von Suchmaschinen

Internetquellen haben im Kontext der Verhütungsaufklärung in den vergangenen fünf Jahren an Bedeutung gewonnen. Sowohl die befragten Frauen als auch Männer nutzen das Internet als Informationsquelle wesentlich häufiger als noch 2018 (Abbildung 12):

- Bei den Männern ist ein Plus von 9 Prozentpunkten zu sehen.
- Bei den Frauen ist das Plus doppelt so hoch wie bei den Männern, gegenüber 2018 sind es 18 Prozentpunkte mehr.

ABBILDUNG 12

### Internet als Informationsquelle nach Geschlecht - Trend

Frage: Wer oder was war für Sie die wichtigste Informationsquelle über das jetzt verwendete Verhütungsmittel bzw. die jetzt verwendete Methode? Hier: Internet



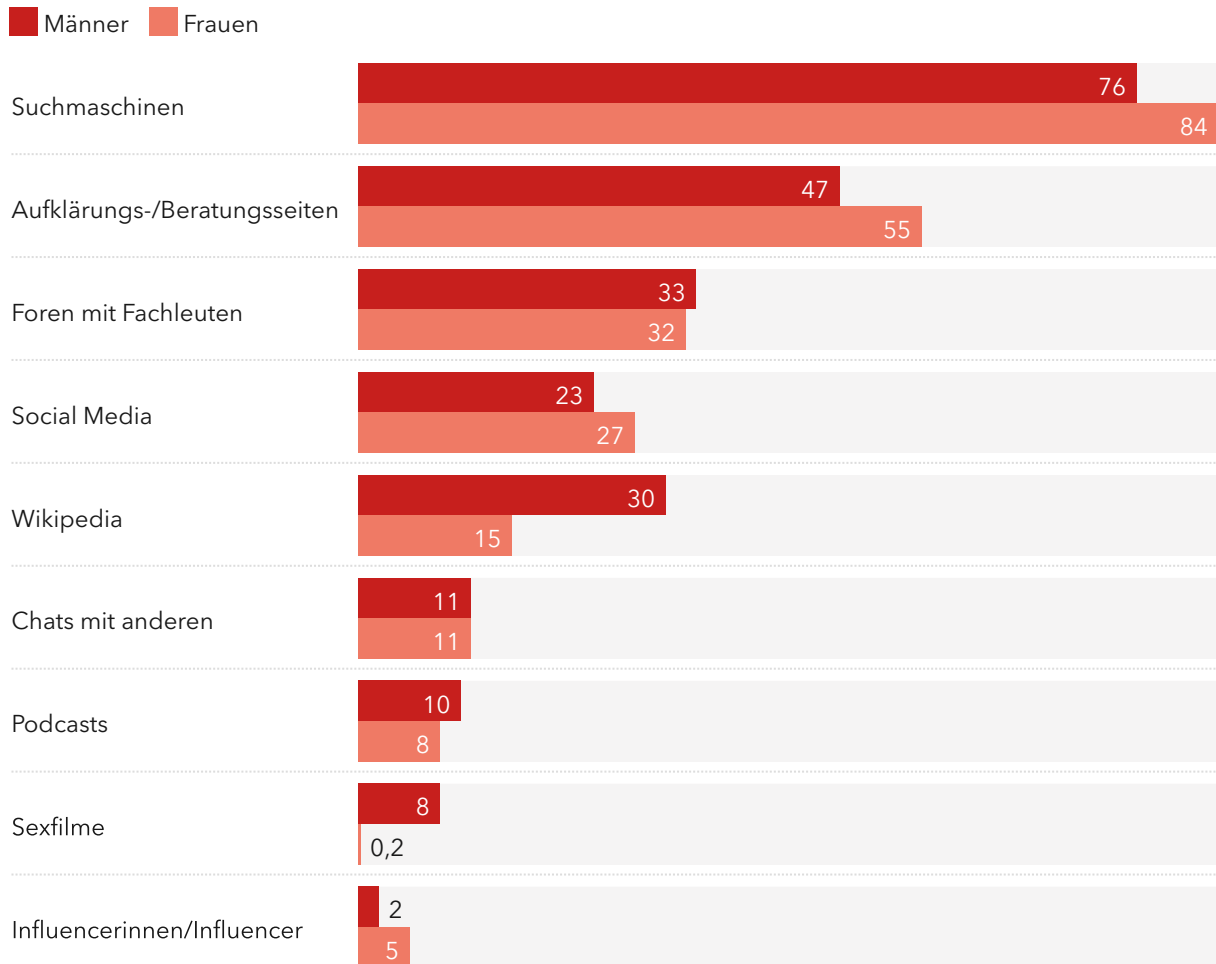
Basis: Befragte, die verhüten (2023: n = 711) | Angaben in Prozent

Quelle: BZgA, Datensatz „Verhütungsverhalten Erwachsener“, Befragung 2018, 2023

ABBILDUNG 13

### Verwendete Internetquellen zu Verhütungsinformationen nach Geschlecht

Frage: Und welche Informationsquelle im Internet war dabei für Sie am wichtigsten?



Basis: 347 Befragte, für die das Internet eine der wichtigsten Informationsquellen war | Mehrfachangaben möglich | Angaben in Prozent

Quelle: BZgA, Datensatz „Verhütungsverhalten Erwachsener“, Befragung 2023

Die vorliegende Studie vertieft die Auseinandersetzung mit dem Internet als Informationsquelle für Kontrazeption und geht erstmals der Frage nach, welche Internetquellen bei der Suche nach geeigneten Informationen zum Thema Verhütung relevant sind (vgl. [Abbildung 13](#)).

Das wichtigste Tool, um im Internet Informationen zu finden, sind Suchmaschinen wie beispielsweise Google. Diese werden von 80 Prozent der Befragten genannt und nehmen sowohl unter Männern als auch unter

Frauen mit großem Abstand den Spitzenplatz ein. Auf dem zweiten Platz finden sich Webseiten mit speziellem Aufklärungs- oder Beratungsfokus wieder. Die Hälfte der Befragten greift auf diese Form von Angeboten zurück, Frauen etwas häufiger als Männer (55 % gegenüber 47 %). Ein Drittel (32 %) nennt spezielle Foren mit Zugang zu Fachleuten als wichtige Informationsquelle.

### Weitere Internetquellen

Wikipedia gehört mit insgesamt 23 Prozent noch zu den häufiger verwendeten Angeboten, wird allerdings je nach Geschlecht offenbar sehr unterschiedlich frequentiert: Männer setzen mit 30 Prozent doppelt so häufig auf die Inhalte der Enzyklopädie, die sich aus dem Wissen vieler (Crowd-Sourcing) zusammensetzt, wie Frauen (15%).

Laut Aussage der Befragten gehören Social-Media-Inhalte nicht unbedingt zu den relevantesten Informationsquellen für Verhütungsfragen. Als Gesamtnennung bewegt sich Social Media mit 25 Prozent im Mittelfeld. Konkret auf Chats oder Influencerinnen und Influencer bezogen liegen die Nennungsanteile sowohl unter Frauen als auch Männern bei maximal 11 Prozent.

Podcasts zählen für rund jede zehnte Person, die das Internet für Verhütungsfragen nutzt, zu den wichtigsten Informationsquellen (9%).

Da Pornografie im Internet leicht verfügbar ist, wurde auch abgefragt, ob Sexfilme als relevante Informationsquelle angesehen werden. Unter den männlichen Befragten sind pornografische Inhalte nur für 8 Prozent von Bedeutung, weniger als 1 Prozent der befragten Frauen geben dies als mögliche Quelle an.

Wird das Internet von den Befragten als eine der wichtigsten Informationsquellen genannt, so ist eine Tendenz festzustellen, dass ältere Befragte zwischen 40 und 49 Jahren häufiger auf Suchmaschinenergebnisse und Wikipedia-Inhalte setzen, im Gegenzug dazu stehen Aufklärungsseiten und Social Media bei den jüngeren Befragten unter 30 Jahren etwas höher im Kurs. Geringe Fallzahlen lassen an dieser Stelle jedoch nur Tendenzaussagen zu.



## 3

## Das Thema Verhütung in der gynäkologischen Praxis

Frauenärztinnen und -ärzte nehmen für den weiblichen Teil der Bevölkerung eine zentrale Rolle ein, wenn es um die Vermittlung von Verhütungsinformationen geht. Analog zur Befragungswelle 2018 wurde daher eingehender untersucht, inwiefern das Thema Verhütung beim Besuch der Gynäkologin bzw. des Gynäkologen angesprochen wird – und vor allem, wie Frauen diese Gespräche empfinden und bewerten.

Wie bereits 2018 haben auch gegenwärtig fast alle sexuell aktiven Frauen zwischen 18 und 49 Jahren im Zeitraum der letzten zwölf Monate mindestens einmal eine gynäkologische Praxis aufgesucht. Lediglich 6 Prozent verneinen dies aktuell, weitere 2 Prozent wollen bzw. können sich dazu nicht äußern. Auch in dieser Befragungswelle berichtet jede zweite Frau, dass bei diesem Besuch in einer gynäkologischen Praxis unter anderem Verhütungsthemen besprochen wurden (50%; 2018: 49%, vgl. [Abbildung 14](#)).

Je jünger die Frauen sind, desto eher wird berichtet, dass beim Besuch der Frauenärztin bzw. des Frauenarztes Verhütung thematisiert wurde. Unter den jüngsten befragten Frauen zwischen 18 und 29 Jahren gilt dies für 63 Prozent, unter Frauen in ihren Dreißigern etwa für die Hälfte (53%) und in der ältesten Altersgruppe berichtet dies nur jede Dritte (40 bis 49 Jahre: 34%). Diese deutliche Altersdifferenz von insgesamt 29 Prozentpunkten war vor fünf Jahren noch nicht in diesem Ausmaß zu beobachten (damals: 7 Punkte).

Einer der wichtigsten Indikatoren für die Thematisierung von Verhütungsfragen ist, ob die jeweilige Frau momentan Verhütungsmittel anwendet oder nicht. Ist dies der Fall, geben 60 Prozent an, auch bei der Frauenärztin oder dem Frauenarzt darüber gesprochen zu haben. Wenn nicht verhütet wird, sind es nur 17 Prozent. Welches Verhütungsmittel zurzeit angewendet wird, hat – soweit die Datenlage hier detaillierte Analysen zulassen – demgegenüber relativ wenig Einfluss auf den Gesprächsbedarf. So liegen zwischen den Nutzerinnen der Verhütungsmethoden Pille und Kondom nur 3 Prozentpunkte im Hinblick auf die Frage, ob Verhütungsthemen besprochen wurden (63% gegenüber 60%).

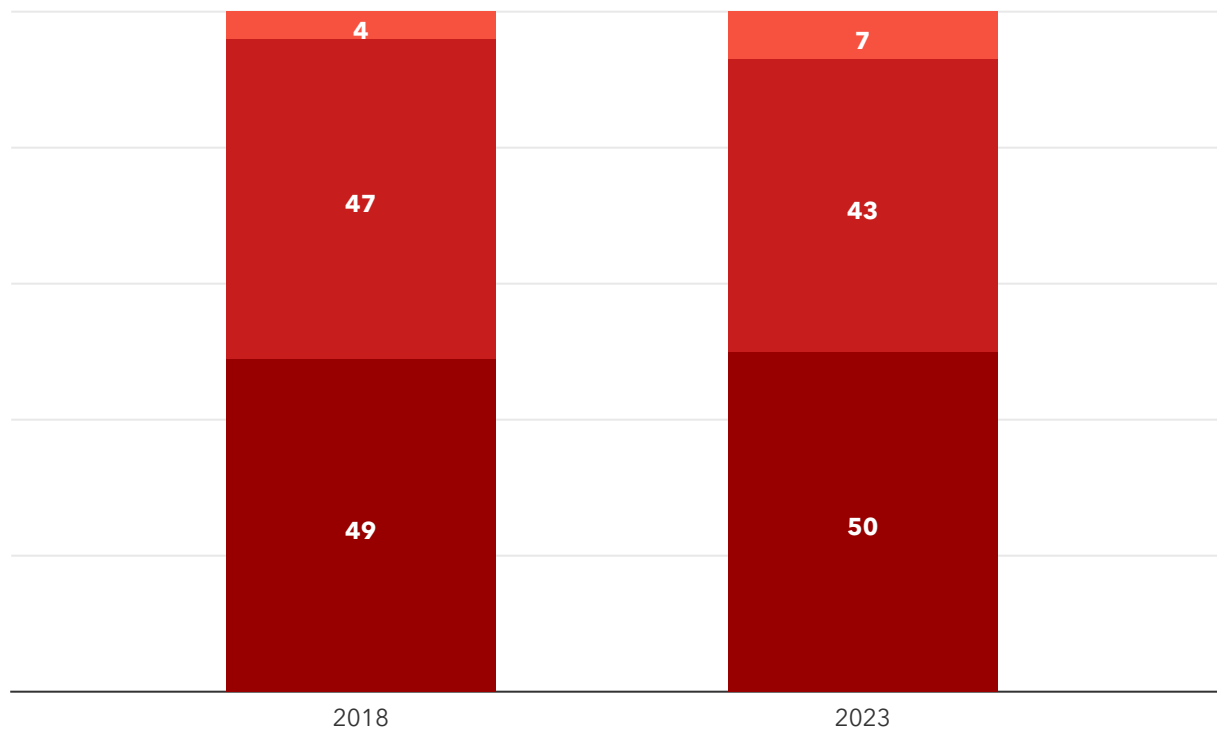
Frauen mit höherem formalen Schulabschluss geben häufiger an als jene mit mittleren Abschlüssen, dass über Verhütung gesprochen wurde (56% gegenüber 38%). Gesicherte Aussagen über Frauen mit niedrigerem Schulbildungsniveau können aufgrund geringerer Fallzahlen nicht getroffen werden.

ABBILDUNG 14

### Kommunikation über Verhütung in der gynäkologischen Praxis - Trend

Frage: Wenn Sie in den letzten 12 Monaten bei der Frauenärztin / beim Frauenarzt waren:  
Wurde bei diesem Besuch über das Thema Verhütung gesprochen?

■ ja ■ nein ■ nicht dort gewesen, weiß nicht, keine Angabe



Basis: sexuell aktive Frauen (2023: n= 501) | Angaben in Prozent

Quelle: BZgA, Datensatz „Verhütungsverhalten Erwachsener“, Befragung 2018, 2023

### Einschätzung und Schlussfolgerungen

War Verhütung beim letzten Praxisbesuch ein Thema, wird der jeweiligen Frauenärztin bzw. dem jeweiligen Frauenarzt meist ein ausgesprochen positives Urteil ausgestellt: 54 Prozent geben dann an, dass sie das Gespräch als „sehr hilfreich“ empfunden haben. Ein weiteres Viertel resümiert, es sei „etwas“ hilfreich gewesen - zusammengenommen bewerten also vier von fünf Frauen die ärztliche Kommunikation positiv, 2018 waren es ähnlich viele (heute 78 % gegenüber 81 % im Jahr 2018, vgl. Abbildung 15). Und das verbleibende Fünftel? Rund die Hälfte dieser Frauen (insgesamt 11 %) ist der Meinung, dass dieses Gespräch „eher nicht“ hilfreich für sie war. Aktuell 9 Prozent der Befragten geben an, dass das Gespräch „gar nicht hilfreich“ war, das sind

fast doppelt so viele wie noch 2018 (damals 5 %). Nach wie vor hatte das Verhütungsgespräch in der gynäkologischen Praxis in den meisten Fällen zur Folge, dass die Frauen weiterhin ihr bisher genutztes Verhütungsmittel verwenden: 61 Prozent der Frauen, die Verhütungsthemen besprochen haben, fühlten sich im Anschluss in ihrer Wahl bestärkt. Vor fünf Jahren waren es mit 65 Prozent etwas mehr (vgl. Abbildung 15).

Es deutet sich an, dass gemäß den aktuellen Daten mehr Frauen als noch vor fünf Jahren infolge des Gesprächs ihr Verhütungsmittel bzw. ihre Verhütungsmethode tatsächlich gewechselt haben. Dies sagen momentan 16 Prozent, 2018 waren es mit 9 Prozent nur etwa halb so viele.

Was die Hintergründe dieser Entwicklung sind, lässt sich auf Basis der vorliegenden Daten nicht eindeutig nachweisen. Der Wechsel der Verhütungsmethode scheint sich relativ gleichmäßig über die Altersgruppen zu verteilen. Besonders häufig wurde auf den Wechsel verwiesen, wenn Frauen momentan die Spirale als Ver-

hütungsmittel nutzen. Leider liegen keine Erkenntnisse darüber vor, in welcher Weise vor der gynäkologischen Beratung verhütet wurde. Aktuelle Pillennutzerinnen gehören jedenfalls nur selten zu jenen Frauen, die von einem Wechsel der Verhütungsmethode berichten.

ABBILDUNG 15

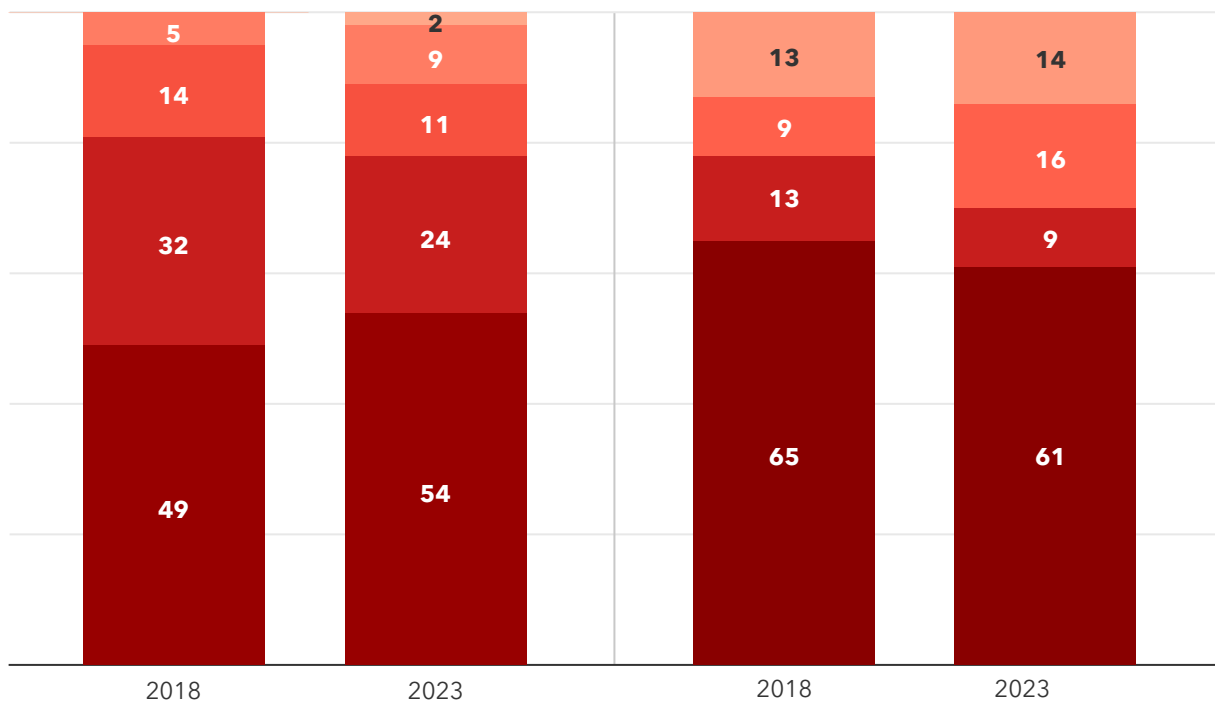
### Kommunikation über Verhütung in der gynäkologischen Praxis: Einschätzung und Schlussfolgerungen - Trend

Frage: War dieses Gespräch über Verhütung [in der gynäkologischen Praxis] hilfreich für Sie?

Frage: War dieses Gespräch über Verhütung [in der gynäkologischen Praxis] hilfreich für Sie? Hat das Gespräch dazu geführt, dass ...

- ja, sehr
- ja, etwas
- nein, eher nicht
- nein, gar nicht
- weiß nicht, keine Angabe

- hat mich in der Wahl meiner Verhütungsmethode bestärkt
- mir sind eher Zweifel gekommen
- hat zu einem Wechsel geführt
- nichts davon, weiß nicht, keine Angabe



Basis: Frauen, die in den letzten 12 Monaten eine gynäkologische Praxis besucht und über Verhütung gesprochen haben (2023: n = 248) | Angaben in Prozent

Quelle: BZgA, Datensatz „Verhütungsverhalten Erwachsener“, Befragung 2018, 2023

## 4

# Einstellung zu hormoneller Verhütung

Das Verhütungsverhalten der Erwachsenen in Deutschland verändert sich - es gibt signifikante Verschiebungen, wie auch diese Studie in den vorhergehenden Kapiteln feststellt. Die Nutzungszahlen der Pille gehen deutlich zurück, dennoch wird sie wie auch andere hormonelle Methoden weiterhin millionenfach regelmäßig angewendet. Vor diesem Hintergrund wurde in der Befragungswelle 2018 erstmals erhoben, wie die Bevölkerung generell zu hormonbasierten Verhütungsmitteln steht.

## 4.1 Zunehmend kritische Einstellung gegenüber Hormonen

In den aktuellen Daten zeigt sich erneut ein Zusammenhang zwischen den beobachteten Veränderungen im Verhütungsverhalten und den kritischen Einstellungen zu hormonellen Verhütungsmethoden.

Den Befragten wurden in der vorliegenden Studie drei Aussagen zu hormoneller Verhütung vorgestellt und sie wurden gebeten, jeweils anzugeben, ob sie den Aussagen zustimmen oder ihnen ablehnend gegenüberstehen. Die Formulierungen der drei Aussagen basieren auf den qualitativen Interviews aus dem BZgA-Projekt *frauen leben 2*. Hier äußerten die Teilnehmenden Einstellungen, Mythen und Vorurteile gegenüber hormoneller Verhütung (vgl. zu den Interviews Helfferich et al., 2011, S. 129 ff). Diese Äußerungen in den Interviews wurden in Auszügen wortwörtlich übernommen. Der Grundtenor ist teils positiv, teils negativ formuliert. Um die Zustimmung oder Ablehnung der Befragten zu den Aussagen genauer zu ermitteln, wurden sie gebeten, jeweils ihre Einstellung auf einer Fünferskala von „stimme vollkommen zu“ (1) bis „stimme überhaupt nicht zu“ (5) anzugeben.

Die Frageformulierung lautete: „Wie sehr stimmen Sie persönlich den folgenden Ansichten zu?“:

- Aussage 1: „Verhütung mit der Pille oder Hormonen in anderer Form hat **negative Auswirkungen** auf Körper und Seele.“
- Aussage 2: „Verhütung mit der Pille oder Hormonen in anderer Form kann man **unbedenklich über Jahre hinweg** anwenden.“
- Aussage 3: „Verhütung mit der Pille oder anderen hormonellen Verhütungsmitteln ist auch **für sehr junge Mädchen geeignet**.“



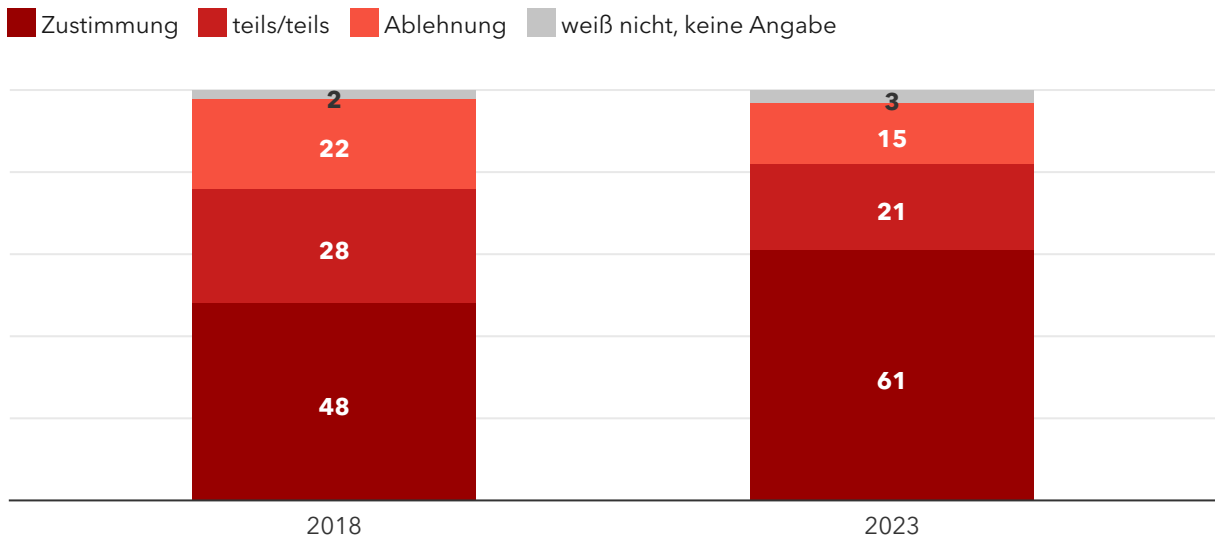
### Das BZgA-Forschungsprojekt *frauen leben 2*

Mehr Informationen zum Projekt und weitere Forschungsergebnisse finden Sie [online](#).

ABBILDUNG 16

### Einschätzung der negativen Auswirkung von hormoneller Verhütung - Trend

Frage: Zu Verhütungsmitteln gibt es ja unterschiedliche Ansichten. Auf einer Skala von 1 „stimme vollkommen zu“ bis 5 „stimme überhaupt nicht zu“: Wie sehr stimmen Sie persönlich den folgenden Ansichten zu? Hier: Verhütung mit der Pille oder Hormonen in anderer Form hat **negative Auswirkungen** auf Körper und Seele.



Basis: sexuell aktive Befragte (2023: N = 1.001) | Darstellung: Zustimmung (Skalenwerte 1 + 2), teils/teils (Skalenwert 3), Ablehnung (Skalenwerte 4 + 5) | Angaben in Prozent

Quelle: BZgA, Datensatz „Verhütungsverhalten Erwachsener“, Befragung 2018, 2023

#### Frage nach möglicher negativer Auswirkung

Der Anteil jener sexuell aktiven Frauen und Männer, die der Aussage zustimmen, dass die Verhütung mit der Pille „negative Auswirkungen auf Körper und Seele hat“, ist in den vergangenen fünf Jahren von 48 auf jetzt 61 Prozent deutlich angestiegen (vgl. [Abbildung 16](#)). Nur noch 15 Prozent stimmen der Aussage explizit nicht zu (2018: 22 %).

Die Daten weisen eindeutig darauf hin, dass sich die aktuell verwendete Verhütungsmethode auf die Bewertung der Pille oder Hormone in anderer Form auswirkt. Die Befragten, die die Verhütungsmethode Pille anwenden, sehen die Auswirkungen auf Körper und Seele deutlich seltener kritisch. Von ihnen verweist etwas weniger als die Hälfte der Befragten (46 %) auf die negativen Begleiterscheinungen. Aber auch hier wird die Kritik häufiger: 2018 lag der Wert noch um 17 Prozentpunkte niedriger (damals 29 %).

Zu unterscheiden ist zusätzlich nach Geschlecht: Es sind die Männer, die häufiger als noch vor fünf Jahren Nachteile sehen. Männer, in deren Sexualkontakten die Pille zum Einsatz kommt, haben 2018 zu 20 Prozent negative Auswirkungen gesehen. Heute sind es 53 Prozent – ein Anstieg von 33 Prozentpunkten.

Das Meinungsbild der Pillennutzerinnen selbst ist demgegenüber vergleichsweise stabil geblieben (kritische Stimmen 2018: 38 %, heute: 37 %). Bei dieser Bewertung ist jedoch zu beachten, dass sich in der Zwischenzeit die Gesamtzahl der Pillennutzerinnen deutlich verringert hat.

Frauen, die mit Kondom verhüten, stimmen in hohem Maße der hormonkritischen Aussage zu, die negative Auswirkungen auf Körper und Seele unterstellt (74 %) – insbesondere, wenn das Kondom das alleinige Verhütungsmittel ist (81 %).

Unabhängig vom formalen Bildungsabschluss überwiegen aktuell durchweg mehrheitlich kritische Stimmen zu den körperlichen Folgen hormoneller Verhütung. Befragte mit höheren Schulabschlüssen verweisen am häufigsten auf negative Auswirkungen (65 %).

### Frage nach guter Langzeitverträglichkeit

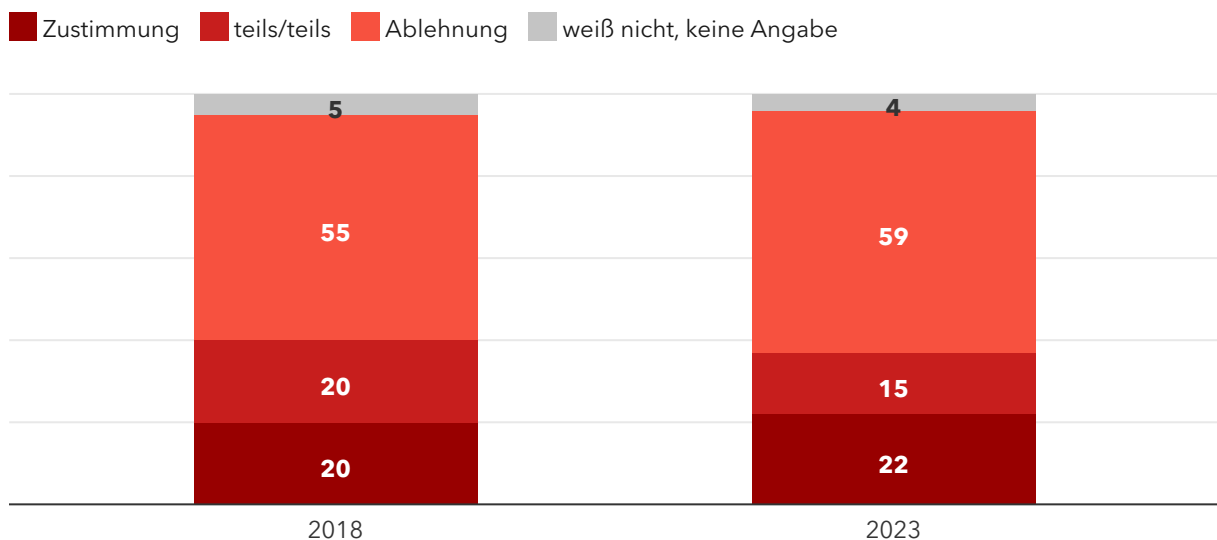
Die zweite der vorgestellten Aussagen zur hormonellen Verhütung war bewusst positiv formuliert: „Verhütung mit der Pille oder Hormonen in anderer Form kann man unbedenklich über Jahre hinweg anwenden“. Hier entspricht einer Ablehnung der Aussage also, dass die Einnahme der Pille oder anderer hormonbasierter Verhütungsmittel über längere Zeiträume problematisch gesehen wird. Bereits 2018 war die Mehrheit der sexuell aktiven Bevölkerung einer jahrelangen Anwendung der Pille kritisch gegenüber eingestellt, die Ablehnung ist seitdem weiter angestiegen (59 % gegenüber 55 %, vgl. [Abbildung 17](#)). Die Entwicklung des Meinungsbildes fällt

dabei ähnlich aus, wie bei der ersten Aussage: Während es wenig Veränderungen in der Ablehnung der Aussage durch die Frauen gibt, hat sich die Einstellung der Männer in den vergangenen Jahren in Richtung der Haltung der Frauen verändert. Ein weitgehend gleich großer Anteil an Frauen und Männern bewertet 2023 eine jahrelange Anwendung von Hormonen kritisch (61 % gegenüber 57 %), 2018 war dies noch nicht der Fall (62 % gegenüber 48 %). Zudem äußern sich ältere Befragte ab 40 Jahren aktuell häufiger kritisch als dies 2018 der Fall war (58 % gegenüber 44 %). Sowohl unter den Frauen als auch unter den Männern spielt das Alter heute keine nennenswerte Rolle mehr, was die Bewertung der Langzeitverträglichkeit hormoneller Verhütung anbelangt (maximal 6 Prozentpunkte Differenz je nach Altersgruppe). Abermals sind die Befragten, die die Pille als Verhütungsmethode anwenden, weniger kritisch eingestellt (42 %) als jene, die auf das Kondom setzen (66 %), insbesondere wenn ausschließlich das Kondom zum Einsatz kommt (73 %).

ABBILDUNG 17

### Bewertung der Anwendungsdauer von hormoneller Verhütung - Trend

Frage: Zu Verhütungsmitteln gibt es ja unterschiedliche Ansichten. Auf einer Skala von 1 „stimme vollkommen zu“ bis 5 „stimme überhaupt nicht zu“: Wie sehr stimmen Sie persönlich den folgenden Ansichten zu? Hier: Verhütung mit der Pille oder Hormonen in anderer Form kann man **unbedenklich über Jahre hinweg** anwenden.



Basis: sexuell aktive Befragte (2023: N = 1.001) | Darstellung: Zustimmung (Skalenwerte 1 + 2), teils/teils (Skalenwert 3), Ablehnung (Skalenwerte 4 + 5) | Angaben in Prozent

Quelle: BZgA, Datensatz „Verhütungsverhalten Erwachsener“, Befragung 2018, 2023

### Frage nach Verträglichkeit bei jungen Frauen

Dass auch sehr junge Mädchen risikolos mit hormonellen Verhütungsmitteln wie der Pille verhüten können, denken aktuell nur noch 20 Prozent der sexuell aktiven Deutschen. Auch wenn sich hierzu bereits 2018 viele ablehnend geäußert haben (43%), ist dieser Anteil seitdem weiter angestiegen ist: Mit 52 Prozent werden mit Blick auf junge Anwenderinnen heute mehrheitlich eher Risiken wahrgenommen (vgl. Abbildung 18).

Auch bei dieser Aussage ist im Vergleich der Geschlechter eine Angleichung der Antworten zu verzeichnen - hier allerdings mit umgekehrten Vorzeichen: Heute äußern sich 51 Prozent der Frauen und 53 Prozent der Männer kritisch, im Jahr 2018 lehnten Männer die Eignung hormoneller Verhütungsmittel für junge Anwenderinnen mit 48 Prozent noch deutlich häufiger ab als Frauen mit 38 Prozent.

Anders als bei den Aussagen zu körperlichen und psychischen Auswirkungen sowie der Langzeitanwendung bleibt die Eignung hormoneller Verhütungsmittel für junge Mädchen ein Thema, das von älteren Befragten weniger kritisch gesehen wird als von jüngeren. Trotzdem ist auch unter den Älteren ab 40 Jahren die Ablehnung von 35 auf 45 Prozent angestiegen.

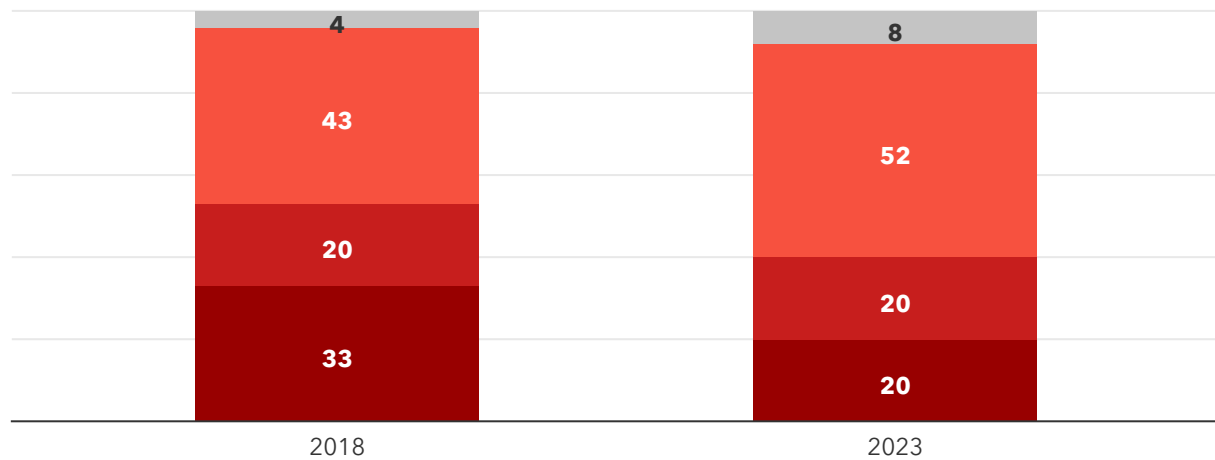
Frauen, die mittels der Pille verhüten, antworten erneut deutlich weniger kritisch als Frauen, die das Kondom als Verhütungsmittel angeben (33% gegenüber 56%). In schwächerer Ausprägung weisen auch die Aussagen der Männer ähnliche Tendenzen auf (53% gegenüber 65%).

ABBILDUNG 18

### Geeignetheit hormoneller Verhütung für junge Frauen - Trend

Frage: Zu Verhütungsmitteln gibt es ja unterschiedliche Ansichten. Auf einer Skala von 1 „stimme vollkommen zu“ bis 5 „stimme überhaupt nicht zu“: Wie sehr stimmen Sie persönlich den folgenden Ansichten zu? Hier: Verhütung mit der Pille oder anderen hormonellen Verhütungsmitteln ist auch für **sehr junge Mädchen geeignet**.

■ Zustimmung ■ teils/teils ■ Ablehnung ■ weiß nicht, keine Angabe



Basis: sexuell aktive Befragte (2023: N = 1.001) | Darstellung: Zustimmung (Skalenwerte 1 + 2), teils/teils (Skalenwert 3), Ablehnung (Skalenwerte 4 + 5) | Angaben in Prozent

Quelle: BZgA, Datensatz „Verhütungsverhalten Erwachsener“, Befragung 2018, 2023

## 4.2 Einstellungswandel weiter verbreitet

Bei der Einstellung zu hormoneller Verhütung lohnt ein genauerer Blick auf die Geschlechter: Zwar ist der Anteil kritischer Stimmen auch bei den Frauen – also den potenziell konkreten Anwenderinnen – angestiegen, von 55 auf heute 59 Prozent (vgl. [Abbildung 19](#)). Wie sich zeigt, geht der Gesamtanstieg jedoch eher auf einen Stimmungsumschwung in der männlichen Bevölkerung zurück: Während 2018 mit 40 Prozent noch eine Minderheit der sexuell aktiven Männer hormonellen Verhütungsmitteln negative Auswirkungen auf Körper und Seele zuschrieben, sind es heute knapp zwei Drittel (64 %). Das entspricht einem Plus von 24 Prozentpunkten. Bei Männern ergibt sich heute damit sogar ein höherer Anteil als bei Frauen (vgl. [Abbildung 20](#)).

Wird zusätzlich der Altersverlauf berücksichtigt, so zeigen sich unter den Frauen die Jüngeren (unter 30 Jahre: 60 %) sowie jene in der mittleren Altersgruppe (30 bis 39 Jahre: 64 %) häufiger kritisch als ältere Frauen (ab 40 Jahre: 51 %). Vor fünf Jahren konnten Altersdifferenzen auf ähnlichem Niveau beobachtet werden (damals 45 % bis 63 %). Auf männlicher Seite sehen heute je nach Altersgruppe zwischen 62 und 68 Prozent die Auswirkungen hormoneller Verhütung kritisch. In ähnlichem Ausmaß galt dies 2018 nur für die jüngeren Männer unter 30 Jahren (47 %) sowie die älteste betrachtete Altersgruppe (45 %). Das Meinungsbild der Männer zwischen 30 und 39 Jahren hat in dieser Hinsicht demnach die deutlichste Entwicklung vollzogen: 2018 antworteten nur 31 Prozent kritisch, heute sind es 63 Prozent (plus 32 Prozentpunkte).

Generell lässt sich auch für die Befragung 2023 festhalten: Unabhängig davon, welcher Teilaspekt der hormonellen Verhütung angesprochen wird, überwiegt im Antwortverhalten der Bevölkerung heute eine kritische Grundhaltung. Zudem ist deutlich erkennbar, dass ablehnende Tendenzen in den vergangenen fünf Jahren stärker in die Breite der Bevölkerung ausgestrahlt haben, sodass nunmehr insbesondere auch Männer und Ältere verstärkt eine kritische Einstellung äußern.

Und: Vor fünf Jahren erfuhr die Aussage, dass hormonelle Verhütung über Jahre hinweg als unbedenklich anzusehen ist, die größte Ablehnung. 2023 werden alle drei Aspekte – die Auswirkungen auf Körper und Seele, die Einnahme der hormonellen Verhütung über Jahre hinweg und die Geeignetheit für sehr junge Mädchen – in ähnlichem Ausmaß kritisch gesehen.



ABBILDUNG 19

### Frauen: Einstellung gegenüber hormoneller Verhütung - Trend

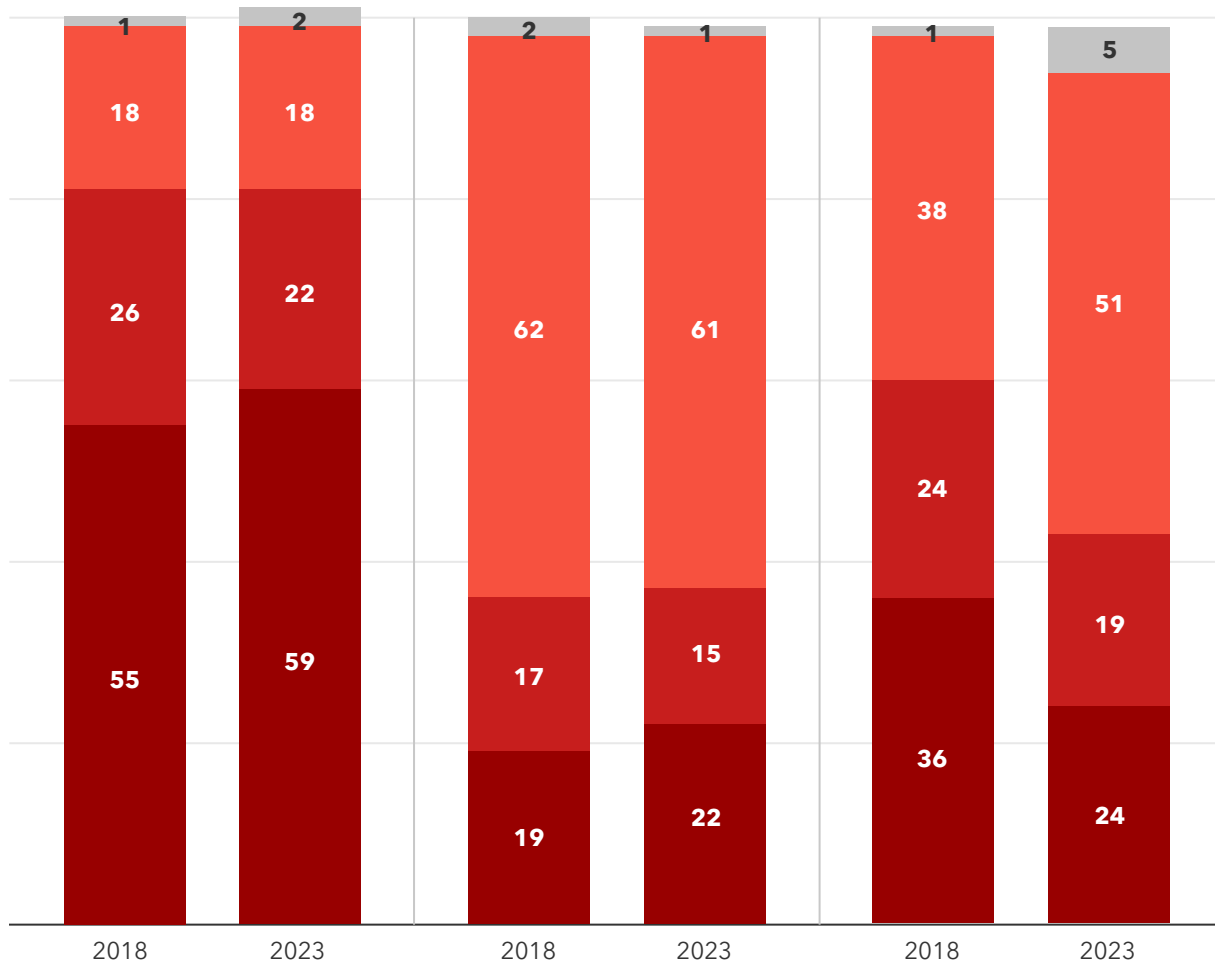
Frage: Zu Verhütungsmitteln gibt es ja unterschiedliche Ansichten. Auf einer Skala von 1 „stimme vollkommen zu“ bis 5 „stimme überhaupt nicht zu“: Wie sehr stimmen Sie persönlich den folgenden Ansichten zu?

Hier: Verhütung mit der Pille oder Hormonen in anderer Form hat **negative Auswirkungen** auf Körper und Seele.

Hier: Verhütung mit der Pille oder Hormonen in anderer Form kann man **unbedenklich über Jahre hinweg** anwenden.

Hier: Verhütung mit der Pille oder anderen hormonellen Verhütungsmitteln ist auch für **sehr junge Mädchen geeignet**.

■ Zustimmung ■ teils/teils ■ Ablehnung ■ weiß nicht, keine Angabe



Basis: sexuell aktive Frauen (2023: n = 501) | Darstellung: Zustimmung (Skalenwerte 1 + 2), teils/teils (Skalenwert 3), Ablehnung (Skalenwerte 4 + 5) | Abweichungen in der Summe von 100 % sind rundungsbedingt | Angaben in Prozent

Quelle: BZgA, Datensatz „Verhütungsverhalten Erwachsener“, Befragung 2018, 2023

ABBILDUNG 20

### Männer: Einstellung gegenüber hormoneller Verhütung - Trend

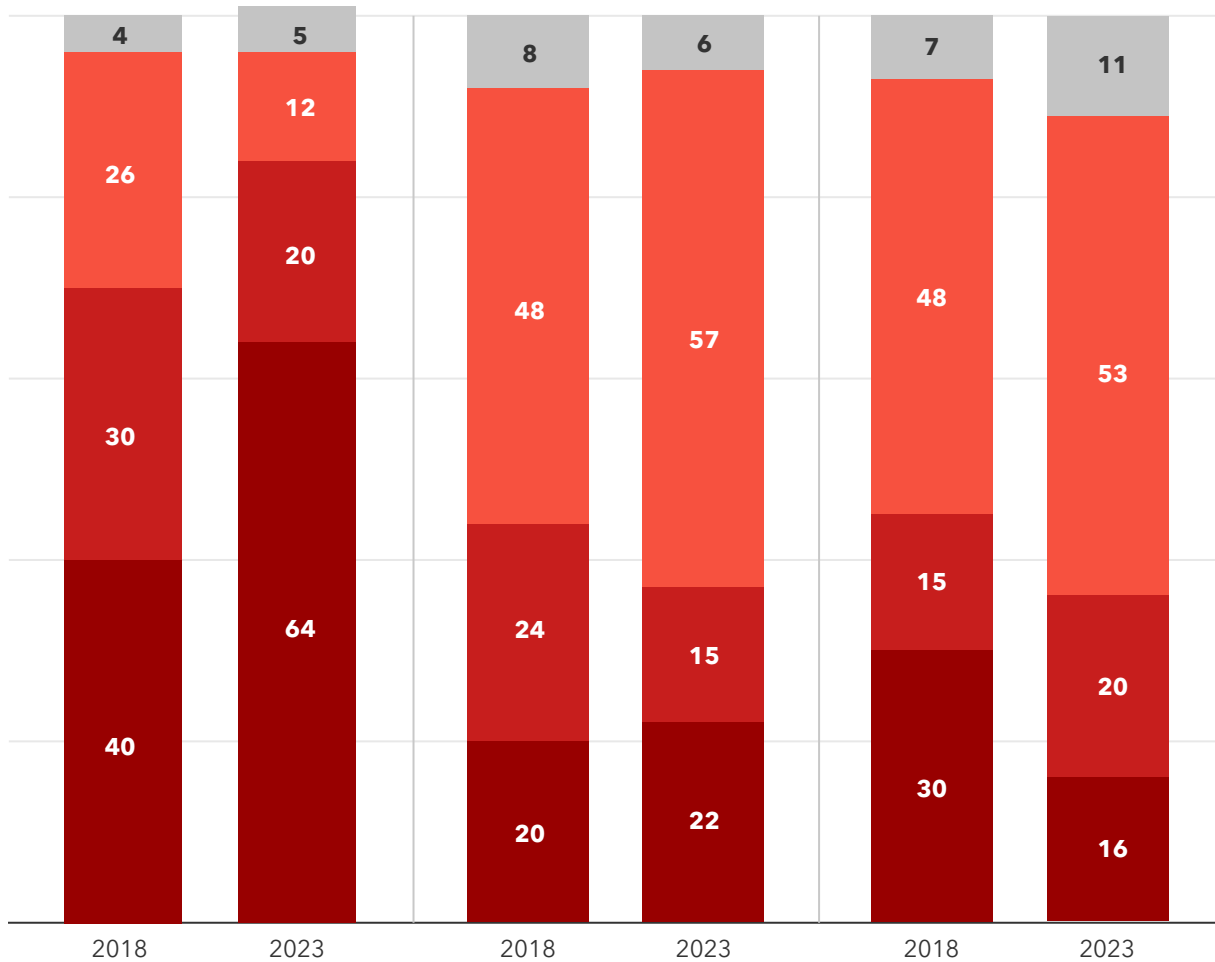
Frage: Zu Verhütungsmitteln gibt es ja unterschiedliche Ansichten. Auf einer Skala von 1 „stimme vollkommen zu“ bis 5 „stimme überhaupt nicht zu“: Wie sehr stimmen Sie persönlich den folgenden Ansichten zu?

Hier: Verhütung mit der Pille oder Hormonen in anderer Form hat **negative Auswirkungen** auf Körper und Seele.

Hier: Verhütung mit der Pille oder Hormonen in anderer Form kann man **unbedenklich über Jahre hinweg** anwenden.

Hier: Verhütung mit der Pille oder anderen hormonellen Verhütungsmitteln ist auch für **sehr junge Mädchen geeignet**.

■ Zustimmung ■ teils/teils ■ Ablehnung ■ weiß nicht, keine Angabe



Basis: sexuell aktive Männer (2023: n = 500) | Darstellung: Zustimmung (Skalenwerte 1 + 2), teils/teils (Skalenwert 3), Ablehnung (Skalenwerte 4 + 5) | Abweichungen in der Summe von 100 % sind rundungsbedingt | Angaben in Prozent

Quelle: BZgA, Datensatz „Verhütungsverhalten Erwachsener“, Befragung 2018, 2023

## 5

## Anwendungsprobleme bei Verhütungsmitteln

Wie in den beiden vorangegangenen Befragungswellen zum Verhütungsverhalten Erwachsener wurden sexuell aktive Frauen und Männer nach möglichen Schwierigkeiten gefragt, die bei der Verwendung von Pille und Kondom aufgetreten sind. Befragt wurden diejenigen, die angaben, das jeweilige Kontrazeptivum momentan einzusetzen. Im Fokus steht also jeweils dasjenige Geschlecht mit aktiver Anwendungserfahrung. Die Erfahrungen zur Pilleneinnahme werden demnach aus Sicht der Pillennutzerinnen dargestellt, zu Problemen mit dem Einsatz von Kondomen kommen vornehmlich männliche Nutzer zu Wort.

### 5.1 Die Pille: häufig Anwendungsprobleme genannt

Anwendungsprobleme bei der Pille bleiben über die verschiedenen Erhebungszeitpunkte der Studienreihe weit verbreitet, wie die Antworten aus Sicht der Frauen mit konkreten Anwendungserfahrungen zeigen. Beim Vergleich der verschiedenen Befragungswellen muss berücksichtigt werden: Zwischen 2011 und 2023 ist die Nutzung der Pille nach eigener Aussage der verhütenden Frauen bereits um ein Drittel zurückgegangen (33%). Es darf daher davon ausgegangen werden, dass jene Frauen, die nicht hinnehmbare Anwendungsprobleme erfahren haben, ohnehin in der Zwischenzeit auf andere Verhütungsmittel umgestiegen sind. Das Ausmaß berichteter Schwierigkeiten beim Umgang mit der Pille ist von 2011 auf 2018 sehr deutlich von 59 auf 78 Prozent angestiegen (plus 19 Prozentpunkte).

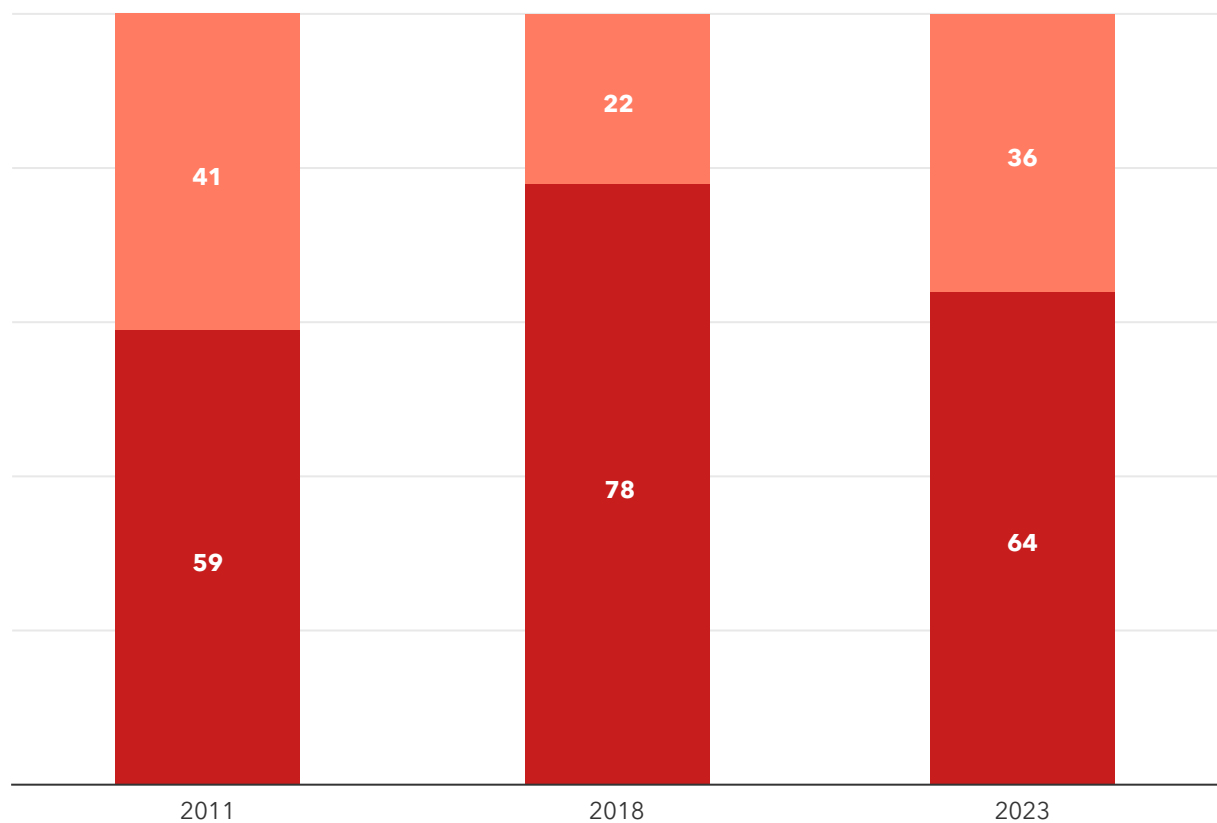
Auch die Pillennutzung unter den verhütenden Frauen war im selben Zeitraum rückläufig (minus 6 Punkte). Der stärkste Rückgang hat sich dann in den Jahren nach 2018 ereignet (minus 12 Punkte). In diesem Kontext erscheint der heutige Nennungsanteil von 64 Prozent mit Anwendungsproblemen unter den verbleibenden Pillennutzerinnen weiter hoch (vgl. [Abbildung 21](#)).

ABBILDUNG 21

### Die Pille: Anwendungsprobleme im Trend

Frage: Sind bei Ihnen oder Ihrem Partner / Ihrer Partnerin bei der Anwendung der Pille in den letzten 12 Monaten schon einmal [...] Schwierigkeiten aufgetreten?

■ ja ■ nein



Basis: Frauen, die mittels der Pille verhüten (2023: n = 104) | Angaben in Prozent

Quelle: BZgA, Datensatz „Verhütungsverhalten Erwachsener“, Befragung 2011, 2018, 2023

#### Art der genannten Anwendungsprobleme bei der Pille

Im Schnitt nennen Pillennutzerinnen 1,4 der acht aufgeführten möglichen Probleme. Mit Abstand das Hauptproblem der Pille: Die (rechtzeitige) Einnahme wurde vergessen. Zwei von fünf Frauen ist dies in den vergangenen zwölf Monaten mindestens einmal passiert (39%), ähnlich viele wie bereits 2011 (38%). 2018 war die vergessene Einnahme mit 65 Prozent sogar mit Abstand die am häufigsten berichtete Problematik.

Hinzu kommen noch diejenigen, die bei auswärtigen Übernachtungen vergessen haben, die Pille mitzuneh-

men. Mit 15 Prozent betrifft dies ähnlich viele Pillennutzerinnen wie vor fünf bzw. zwölf Jahren (21 % bzw. 12 %) (vgl. [Abbildung 22](#)).

Insgesamt 36 Prozent entfallen auf die Nennung direkter körperlicher Auswirkungen - 2018 waren es 39 Prozent: Mit 9 Prozent führen aktuell nur noch halb so viele Frauen Kopfschmerzen als Problem auf wie 2018 (damals: 20%). Zwischenblutungen aufgrund der Einnahme sind heute demgegenüber deutlich stärker verbreitet (27 % gegenüber 11%). Als weitere Nebenwirkungen, die auf die Pille zurückgeführt werden, wird eine

ungewollte Gewichtszunahme von 8 Prozent der Befragten genannt (2018: 11 %) und von Allergien berichteten 4 Prozent (2018: 1 %). Zudem erwähnt mit 21 Prozent gut jede fünfte Nutzerin eine geringere Libido, was eine Verdreifachung der Nennungshäufigkeit gegenüber 2018 darstellt (damals 7 %).

Und: Doppelt so viele Frauen wie 2018 waren sich nicht sicher über die Wirksamkeit, weil Erbrechen oder Durchfall auftraten, insgesamt 15 Prozent berichteten in dieser Erhebung von Unsicherheit, während dies 2018 von 7 Prozent der Nutzerinnen genannt wurde (vgl. [Abbildung 22](#)).

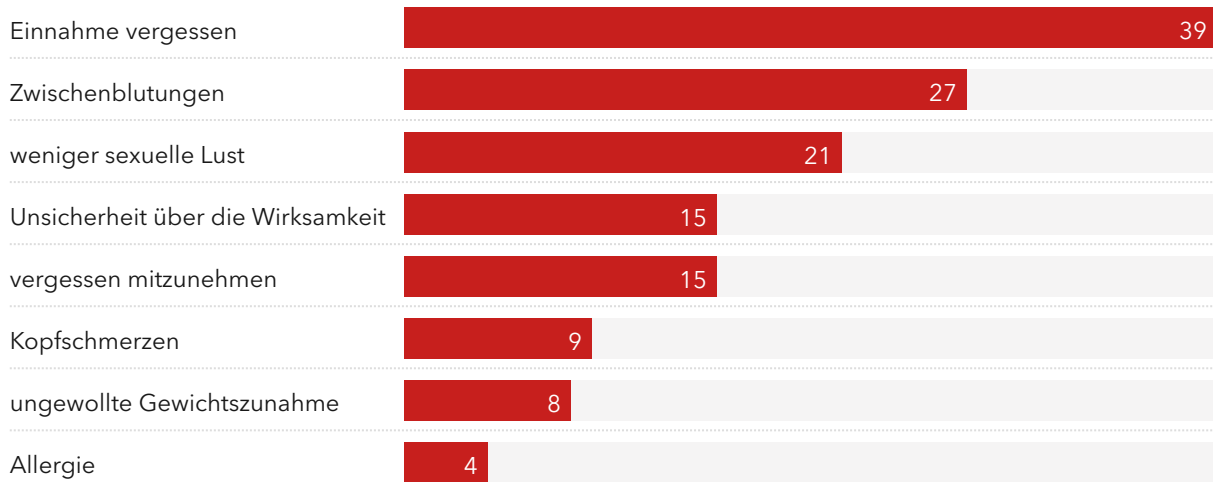
Jüngere Pillennutzerinnen zwischen 18 und 29 Jahren erwähnen im Altersvergleich mit Abstand am häufigsten Anwendungsprobleme - allerdings kann hier aufgrund von Fallzahlbeschränkungen nur eine Tendenzaussage getroffen werden.

Was die Verbreitung von Anwendungsproblemen insgesamt anbelangt, unterscheiden sich die Antworten der Männer, in deren Sexualbeziehungen mittels der Pille verhütet wird, nicht nennenswert von denen der Frauen (63 %; Frauen: 64 %). Das ist neu, denn 2011 und insbesondere 2018 berichteten die Männer jeweils deutlich seltener von Schwierigkeiten bei der Nutzung der Pille (15 bzw. 28 Prozentpunkte Abstand).

ABBILDUNG 22

### Die Pille: Häufigste Anwendungsprobleme aus Sicht der Frauen

Frage: Sind bei Ihnen oder Ihrem Partner / Ihrer Partnerin bei der Anwendung der Pille in den letzten 12 Monaten schon einmal folgende Schwierigkeiten aufgetreten?



Basis: 104 Frauen, die mittels Pille verhüten | Mehrfachangaben möglich | Angaben in Prozent  
Quelle: BZgA, Datensatz „Verhütungsverhalten Erwachsener“, Befragung 2023

## 5.2 Kondome: kaum Anwendungsprobleme berichtet

Die Anwendung des Kondoms zur Verhütung stellt sich laut Aussage der überwiegenden Zahl der männlichen Nutzer nach wie vor als problemlos dar (vgl. [Abbildung 23](#)). Das ist sehr bemerkenswert, denn spiegelbildlich zur Abkehr von der Pille ist die Nutzerbasis des Kondoms unter den Männern seit 2011 um 26 Prozent angewachsen.

Aktuell antworten zwei von drei Männern, die mittels Kondomen verhüten, auf die Frage nach Anwendungsproblemen mit „nichts davon trifft zu“ (65%).

Nur 35 Prozent der Befragten berichten von Problemen bei der Anwendung in den letzten zwölf Monaten. Diese Zahl ist über den Zeitverlauf relativ konstant geblieben und liegt sogar leicht unter dem Niveau der letzten beiden Befragungszeitpunkte.

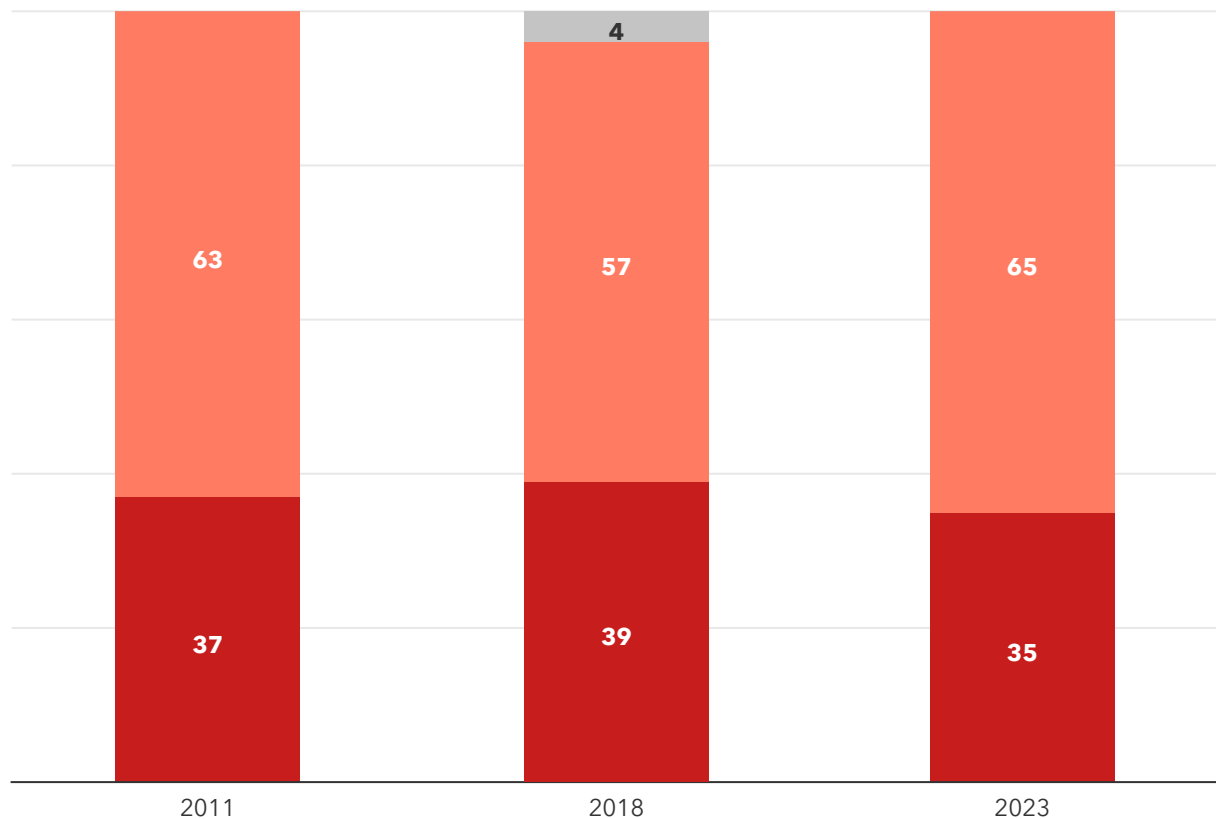
Im Vergleich zu den befragten Frauen, die die Pille anwenden, werden weniger Probleme bei der Anwendung des Kondoms genannt: Die durchschnittliche Anzahl der genannten Probleme liegt mit 0,7 deutlich unter dem Vergleichswert der Pillennutzerinnen (1,4).

ABBILDUNG 23

### Kondome: Anwendungsprobleme im Trend

Frage: Sind bei Ihnen oder Ihrem Partner / Ihrer Partnerin beim Kondomgebrauch in den letzten 12 Monaten schon einmal [...] Schwierigkeiten aufgetreten?

■ ja ■ nein ■ weiß nicht, keine Angabe



Basis: Männer, die mittels Kondom verhüten (2023: n = 224) | Angaben in Prozent

Quelle: BZgA, Datensatz „Verhütungsverhalten Erwachsener“, Befragung 2011, 2018, 2023

### Art der genannten Anwendungsprobleme bei Kondomen

Die meisten der acht zur Bewertung vorgelegten Probleme bei der Kondomnutzung sind dabei etwa gleich weit verbreitet - und das auf niedrigem Niveau. Am häufigsten wird berichtet, dass das Kondom geplatzt oder gerissen ist (13%), es abrutschte (11%) oder dass es Schwierigkeiten beim Überrollen gab (11%).

Die Problemwahrnehmung hat sich damit insgesamt etwas verschoben. Schwierigkeiten mit der Größe des Kondoms („zu klein“: 8%) oder der Trockenheit des Verhütungsmittels (9%) sind heute einstellig, vor fünf Jahren wurde noch deutlich häufiger darauf verwiesen

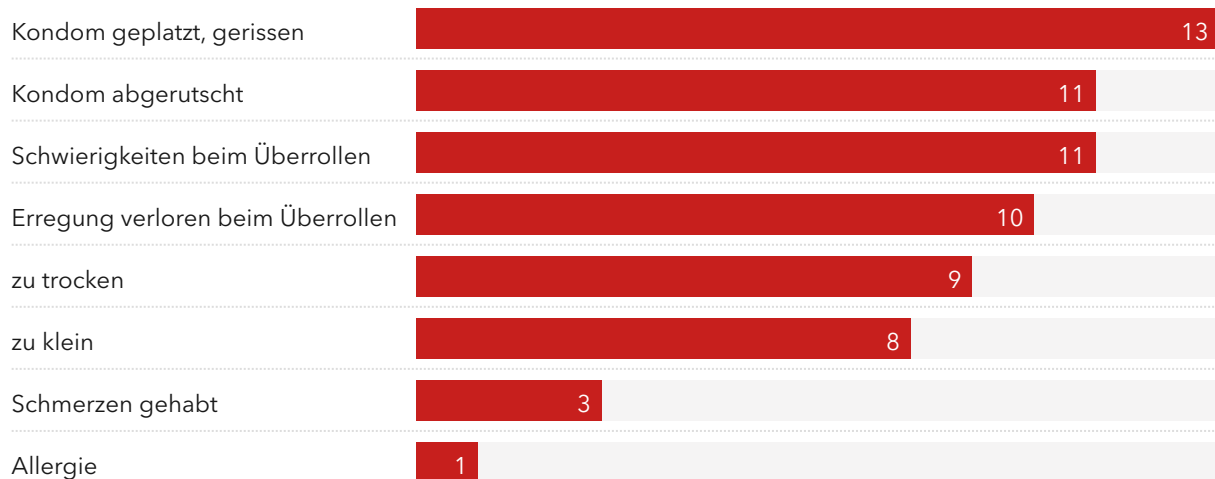
(2018: 14% bzw. 15%). Dass die Erregung während des Überrollens verloren ging, berichten heute mit 10 Prozent hingegen doppelt so viele Männer wie 2018 (5%). Schmerzen oder allergische Reaktionen bleiben nach wie vor eher Einzelfälle (seit 2011 durchweg maximal jeweils 5%).

Frauen wissen oft von den Problemen der Männer. Der Anteil der mittels Kondom verhütenden Frauen, die das Auftreten von Schwierigkeiten bejahen, ist aktuell mit 32 Prozent fast so groß wie der Anteil unter den Männern (35%). Ähnliches konnte bereits in den Vorgängeruntersuchungen festgestellt werden (Diskrepanz 2018: 6 Prozentpunkte, 2011: 4 Punkte).

ABBILDUNG 24

#### Kondome: Häufigste Anwendungsprobleme aus Sicht der Männer

Frage: Sind bei Ihnen oder Ihrem Partner / Ihrer Partnerin beim Kondomgebrauch in den letzten 12 Monaten schon einmal folgende Schwierigkeiten aufgetreten?



Basis: 224 Männer, die mittels Kondom verhüten | Mehrfachangaben möglich | Angaben in Prozent

Quelle: BZgA, Datensatz „Verhütungsverhalten Erwachsener“, Befragung 2023



# Anhang

## Literatur

Arbeitskreis Deutscher Markt- und Sozialforschungsinstitute e. V. (ADM). (n. d.). *Arbeitsgemeinschaft ADM-Stichprobe*. <https://www.adm-ev.de/leistungen/arbeitsgemeinschaft-adm-stichproben/> [abgerufen: 25.06.2024]

Helfferich, C., Klindworth, H., & Kruse, J. (2011). *frauen leben. Familienplanung und Migration im Lebenslauf* (Hrsg. von Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, BZgA) (Forschung und Praxis der Sexualaufklärung und Familienplanung, 34). Köln: BZgA. <https://www.sexualaufklaerung.de/publikation/frauen-leben/> [abgerufen: 25.06.2024]

Helfferich, C., Klindworth, H., Heine, Y., & Wlosnewski, I. (2016). *frauen leben 3. Familienplanung im Lebenslauf von Frauen. Schwerpunkt: Ungewollte Schwangerschaften. Eine Studie im Auftrag der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung* (Forschung und Praxis der Sexualaufklärung und Familienplanung, 38). <https://www.sexualaufklaerung.de/publikation/band-38-frauen-leben-3-familienplanung-im-lebenslauf-von-frauen-schwerpunkt-ungewollte-schwangerschaften/> [abgerufen: 25.06.2024]

Knittel, T., & Olejniczak, L. (2023): Ungewollte Schwangerschaften im Lebenslauf - Ergebnisse der Studie „frauen leben 3“, *FORUM Sexualaufklärung und Familienplanung: Informationsdienst der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)*, 1, 21-27. [https://doi.org/10.17623/BZgA\\_SRH:forum\\_2023-1\\_beitrag\\_fl3\\_ungewollt\\_schwangerschaften](https://doi.org/10.17623/BZgA_SRH:forum_2023-1_beitrag_fl3_ungewollt_schwangerschaften)

## Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1	Stichprobenauswahl .....	8
Abbildung 2	Aktuelles Verhütungsverhalten – Trend.....	11
Abbildung 3	Aktuelles Verhütungsverhalten nach Geschlecht und Alter.....	12
Abbildung 4	Gründe für Nichtverhütung .....	13
Abbildung 5	Angewendete Verhütungsmittel – Trend .....	15
Abbildung 6	Angewendete Verhütungsmittel nach Alter – Trend .....	16
Abbildung 7	Gründe für die Wahl der Verhütungsmethode – Trend .....	18



Abbildung 8	Gründe für die Wahl der Verhütungsmethode nach Geschlecht.....	21
Abbildung 9	Relevanz des Kostenaspekts nach Geschlecht .....	23
Abbildung 10	Subjektive Einschätzung der Informiertheit über die verwendete Verhütungsmethode - Trend ...	25
Abbildung 11	Informationsquellen zur verwendeten Verhütungsmethode nach Geschlecht - Trend.....	27
Abbildung 12	Internet als Informationsquelle nach Geschlecht - Trend.....	29
Abbildung 13	Verwendete Internetquellen zu Verhütungsinformationen nach Geschlecht .....	30
Abbildung 14	Kommunikation über Verhütung in der gynäkologischen Praxis - Trend.....	33
Abbildung 15	Kommunikation über Verhütung in der gynäkologischen Praxis: Einschätzung und Schlussfolgerungen - Trend .....	34
Abbildung 16	Einschätzung der negativen Auswirkung von hormoneller Verhütung - Trend .....	36
Abbildung 17	Bewertung der Anwendungsdauer von hormoneller Verhütung - Trend.....	37
Abbildung 18	Geeignetheit hormoneller Verhütung für junge Frauen - Trend .....	38
Abbildung 19	Frauen: Einstellung gegenüber hormoneller Verhütung - Trend.....	40
Abbildung 20	Männer: Einstellung gegenüber hormoneller Verhütung - Trend .....	41
Abbildung 21	Die Pille: Anwendungsprobleme im Trend .....	43
Abbildung 22	Die Pille: Häufigste Anwendungsprobleme aus Sicht der Frauen .....	44
Abbildung 23	Kondome: Anwendungsprobleme im Trend .....	45
Abbildung 24	Kondome: Häufigste Anwendungsprobleme aus Sicht der Männer.....	46



# BZgA-Forschung zum Themenfeld Verhütung

Je nach Lebenslage und Alter unterscheidet sich der Umgang mit Kontrazeption und Verhütungsmethoden, aber auch der Bedarf an Informationen, an Aufklärung und/oder an Beratung. Die verschiedenen Verhaltensweisen und Einstellungen stehen im Fokus unterschiedlicher Studien und Forschungsprojekte der BZgA. Ein weiterer Schwerpunkt ist die Analyse von Angeboten der Gesundheitskommunikation.

## Verhütungsverhalten 2024

Die Wiederholungsbefragung zum Verhütungsverhalten der sexuell aktiven Bevölkerung in Deutschland wird in 2024 mit einer neuen Befragung sowie mit einer Erweiterung des etablierten Studiendesigns fortgesetzt. Unter dem BZgA-Onlineangebot [www.sexualaufklaerung.de](http://www.sexualaufklaerung.de) finden sich weitere Informationen und interaktive Grafiken zur aktuellen Forschung:



BZgA-Projekt Verhütungsverhalten 2024: Mehr Informationen finden Sie [online](#).



**Informiert bleiben - Newsletter bestellen**

Mehr Informationen finden Sie [online](#).



## Verhütung als Thema in weiteren BZgA-Projekten

### Jugendsexualität

Seit dreißig Jahren erforscht die BZgA die Erfahrungen und Einstellungen von Jugendlichen und jungen Erwachsenen zu Themen wie das erste Mal, Verhütung und Sexualaufklärung. Auch in der 9. Erhebungswelle ist Kontrazeption ein Thema, wie 14- bis 25-Jährige damit umgehen, werten vier Faktenblätter aus:

- **Im Fokus: Verhütungsverhalten**  
<https://www.sexualaufklaerung.de/publikation/im-fokus-verhuetungsverhalten-jugendsexualitaet-9-welle-bzga-faktenblatt/>
- **Im Fokus: Die Pille**  
<https://www.sexualaufklaerung.de/publikation/im-fokus-die-pille-jugendsexualitaet-9-welle/>
- **Im Fokus: Das Kondom**  
<https://www.sexualaufklaerung.de/publikation/im-fokus-das-kondom/>
- **Notfallkontrazeption**  
<https://www.sexualaufklaerung.de/publikation/notfallkontrazeption-jugendsexualitaet-9-welle/>

Diese und weitere Faktenblätter aus dem Forschungsprojekt Jugendsexualität 9. Welle liegen auch in englischer Sprache vor. <https://www.sexualaufklaerung.de/en/english/researchpublications/factsheets/>

Eine Fortsetzung des Monitorings dieses Bevölkerungsteils startet 2024 mit der 10. Welle dieser Studienreihe.



Mehr Infos zum BZgA-Projekt  
Jugendsexualität:  
[www.sexualaufklaerung.de](https://www.sexualaufklaerung.de)

Wiederholungsbefragung  
**JUGEND  
SEXUALITÄT**

### Familienplanung im Lebenslauf

Die Familienplanung – und damit Verhütung – wird von verschiedenen Lebensphasen und bestimmten Lebenslagen beeinflusst, vor allem für Frauen spielen viele Faktoren eine Rolle. Ein besonderer Forschungsschwerpunkt ist es deshalb, wie Frauen mit Familienplanung umgehen und unter welchen situativen Umständen Kinder oder keine Kinder gewünscht werden.

In der großangelegten Wiederholungsbefragung frauen leben 3 sind dazu über 19.000 Frauen im Alter zwischen 20 und 44 Jahren in der Bundesrepublik Deutschland befragt worden. Zunächst für vier repräsentative Bundesländer angelegt zeigte sich, dass eine Ausweitung einen tieferen Einblick in die spezifischen Bedingungen pro Bundesland ermöglicht. In den vergangenen zehn Jahren wurden Daten in vier Erhebungsphasen gesammelt, sodass inzwischen für alle Bundesländer detaillierte Auswertungen vorliegen.

<https://www.sexualaufklaerung.de/publikation/ungewollte-schwangerschaften-im-lebenslauf-ergebnisse-der-studie-frauen-leben-3/>

Die Studienreihe findet ihre Fortsetzung im Forschungsprojekt frauen leben 4, das 2023 gestartet ist.



Mehr Infos Zum BZgA-Projekt  
Familienplanung im Lebenslauf -  
frauen leben 4  
[www.sexualaufklaerung.de](https://www.sexualaufklaerung.de)

Wiederholungsbefragung  
**FAMILIENPLANUNG  
IM LEBENS LAUF**

## Forschungsthema: Gesundheit in der Online-Kommunikation

Das erste Mal, Menstruation, Verhütung oder Schwangerschaftsabbruch sind in Social Media längst präsent. Zunehmend werden Social-Media-Plattformen wie YouTube, TikTok und Instagram als gängige Informationsquellen zu Themen der sexuellen und reproduktiven Gesundheit genutzt. Aber wer kommuniziert hier miteinander? Wie reagieren die Nutzenden auf den Content, wie bewerten sie ihn? Und wie ist es um die Qualität dieser Online-Informationen bestellt?

Bisher gibt es im deutschsprachigen Raum noch keine systematische wissenschaftliche Untersuchung der Online-Kommunikation zu diesen Themen. Daher fördert die

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) zwei Studien:

- eine Medieninhaltsanalyse zum Thema Verhütung in Social Media
- eine Medieninhaltsanalyse zu den Themen das erste Mal, Menstruation und Schwangerschaftsabbruch

Beide Studien werden ergänzt um qualitative Interviews mit Jugendlichen zwischen 17 und 25 Jahren zur Nutzung und Bewertung der Online-Informationen zu sexueller und reproduktiver Gesundheit.

### Verhütung in Social Media

Das Projekt „Verhütung in sozialen Medien“ untersucht im Rahmen eines von der BZgA geförderten Forschungsprojekts an der TU Ilmenau, wie über Verhütungsverhalten in Posts, Videos und Kommentaren der Social-Media-Plattformen YouTube, TikTok und Instagram kommuniziert wird.

Ziel ist es, erstmals systematisch herauszuarbeiten, wie verschiedene Verhütungsmethoden auf den zentralen Social-Media-Plattformen im deutschsprachigen Raum dargestellt, diskutiert und bewertet werden. Zudem soll die Informationsqualität eingeordnet werden.

Projektleitung: Prof. Dr. Nicola Döring, TU Ilmenau  
Projektlaufzeit: Juni 2021 – Januar 2023



Mehr Infos zum BZgA-Projekt  
Verhütung in sozialen Medien:  
[www.sexualaufklaerung.de](http://www.sexualaufklaerung.de)

### Erstes Mal, Menstruation und Schwangerschaftsabbruch (EMSA) in Social Media

Das Projekt „EMSA: Erstes Mal, Menstruation und Schwangerschaftsabbruch als Themen der sexuellen und reproduktiven Online-Gesundheitskommunikation“ ist ein weiteres von der BZgA gefördertes Forschungsprojekts an der TU Ilmenau.

Ziel ist es, systematisch die Kommunikation in Social Media und deren Bewertung über drei zentrale Themen sexueller Gesundheit – das erste Mal, Menstruation und Schwangerschaftsabbruch – zu untersuchen.

Projektleitung: Prof. Dr. Nicola Döring, TU Ilmenau  
Projektlaufzeit: 2023 – 2026



Mehr Infos zum BZgA-Projekt  
EMSA:  
[www.sexualaufklaerung.de](http://www.sexualaufklaerung.de)

# Impressum

Bibliografische Information der Deutschen Bibliothek  
Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutsche Nationalbibliografie;  
detaillierte bibliografische Daten sind im Internet unter <http://dnb.dnb.de> abrufbar.  
ISBN 978-3-96896-054-8

## Herausgeberin

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)

Kommissarischer Leiter: Dr. Johannes Nießen

Maarweg 149-161  
50825 Köln  
Tel.: 0221 8992-0  
[www.bzga.de](http://www.bzga.de)  
[www.sexualaufklaerung.de](http://www.sexualaufklaerung.de)

## Autorinnen

Dr. Sara Scharmanski, Angelika Hessling, BZgA

## Zitierweise

Scharmanski, S., & Hessling, A. (2024).  
*Verhütungsverhalten Erwachsener 2023. Forschungsbericht zur Repräsentativbefragung*  
(Hrsg.: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, BZgA)  
(Forschung und Praxis der Sexualaufklärung und Familienplanung). Köln: BZgA.  
[https://doi.org/10.17623/BZgA\\_SRH:st\\_verhuetung2023](https://doi.org/10.17623/BZgA_SRH:st_verhuetung2023)

## Redaktion, Konzept und Gestaltung

Kühn Medienkonzept & Design GmbH  
Ruppichtheroth, Köln

## Version

PDF-Version 1.0, online veröffentlicht September 2024

Alle Rechte vorbehalten.

Diese Publikation wird von der BZgA kostenlos abgegeben.  
Sie ist nicht zum Weiterverkauf durch die Empfängerin oder den Empfänger oder Dritte bestimmt.

Seit 2003 erhebt die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) Daten zum Kontrazeptionsverhalten Erwachsener in Deutschland. Die Repräsentativbefragung nimmt die sexuell aktive Bevölkerung im Alter zwischen 18 und 49 Jahren in den Blick.

Weiterführende Informationen zur Studie und zu Projekten aus dem Themenfeld Verhütung und auch zu anderen Themen der sexuellen und reproduktiven Gesundheit finden Sie im Onlineangebot der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA).



Mehr Infos zum BZgA-Forschungsfeld  
sexuelle und reproduktive Gesundheit:  
[www.sexualaufklaerung.de](http://www.sexualaufklaerung.de)

## Informiert bleiben - Newsletter bestellen

Über neue Publikationen der BZgA, neue Online-Inhalte und Angebote informiert der Newsletter der Abteilung Sexualaufklärung, Verhütung und Familienplanung der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA).



Mehr Infos zum BZgA-Newsletter:  
[www.sexualaufklaerung.de](http://www.sexualaufklaerung.de)