

Virtueller Stammtisch #5

„Das wist du
bereuen!“

– oder etwa nicht?

Selbstbestimmt steril e.V.

Die gängige Meinung:



Was, wenn du dann doch nochmal ein Kind möchtest?

Du bist doch so eine gute Mutter.

Kein Schwister ist doch richtig?

Die Gesellschaft wird wegen dir zugrunde

Das wirst du bereuen!

Das ist doch der Sinn des Lebens.

Das ist nur eine Phase!

Werde ich das bereuen?

Was machst du dann im Alter?

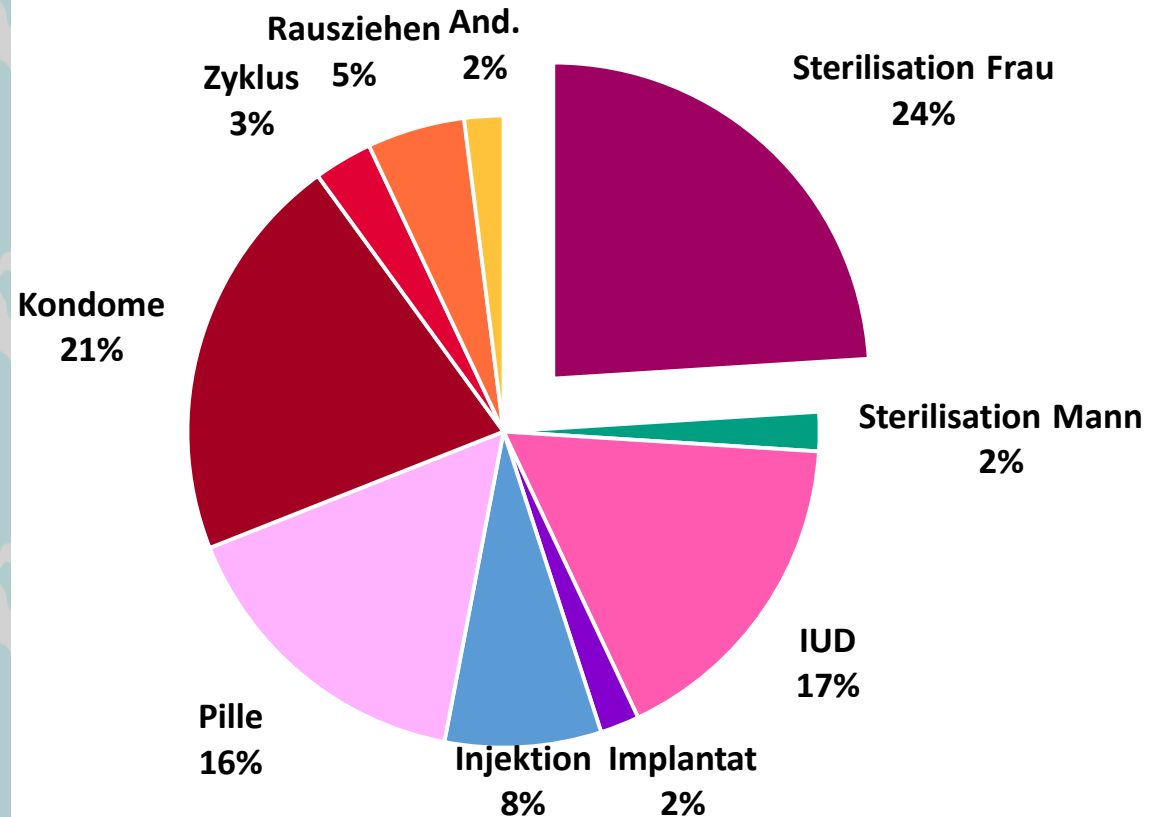
Du bist zu jung!

Die X hat das bitterlich bereut!

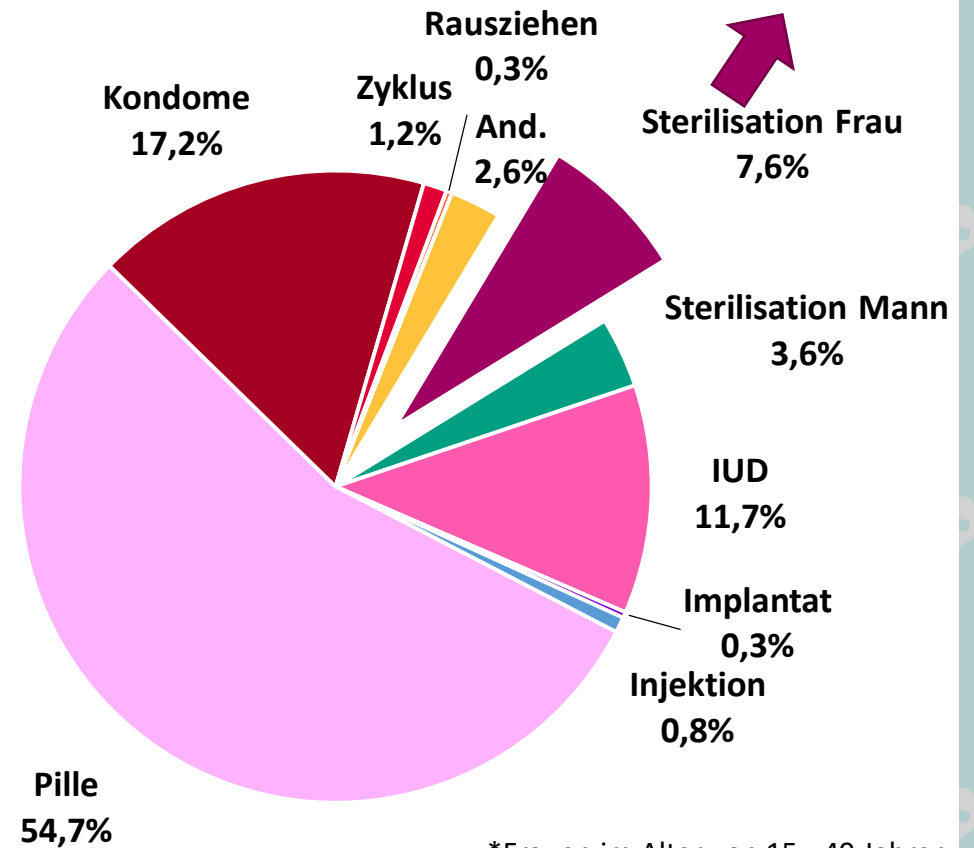


Sterilisation: Eine globale Betrachtung

Verhütungsmethoden Weltweit*



Verhütungsmethoden Deutschland*



*Frauen im Alter von 15 - 49 Jahren

Bereuen einer Sterilisation – Ein Internationales Review



- USA 2,1 - 26 %
- Kanada 25 %
- Lateinamerika 2,9 - 21 %
- Nordeuropa 3,7 - 7,1 %
- Asien 2,4 - 14,7 %
- Afrika (Kongo) 14 %

Große
Variabilität

Global bereuen 2-13 % der Frauen ihre Sterilisation
und 1-3 % davon erwägen eine Refertilisierung*

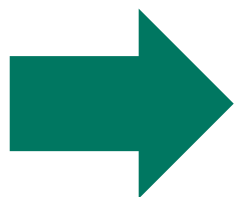
Identifikation von Risikofaktoren – USA, 11.232 Personen

	18-30 Jahre	> 30 Jahre
Alter	20,3 %	5,9 %
Eingriffszeitpunkt:		
Kaiserschnitt	20,3 %	9,5 %
Vaginale Geburt	23,7 %	8,7 %
Faktor Zeit:		
Bis 1 Jahr nach Geburt	22,3 %	5,2 %
8 Jahre und mehr	8,3 %	4,6 %
Keine vorherige Geburt	6,3 %	5,4 %



Identifikation von Risikofaktoren – USA, 11.232 Personen

	Personen von 18-30	Personen > 30
Gynäkologische Probleme	19,6 %	28,8 %
Trennung oder neuer Partner	23,9 %	8,0 %
Tod des Kindes	0,8 %	0,9 %
Unüberlegt, Druck aus Partnerschaft	4,1 %	5,8 %
Der Wunsch nach mehr Kindern	33,1 %	26,1 %
Verlust der Sexualität	1,2 %	2,7 %



Trotz Risikofaktoren wird eine **neutrale und aufklärende Beratung** der Ärzt*innen empfohlen. Sie sollten NICHT die Entscheidung für die Person treffen.

Was bedeutet das für uns in Deutschland?



- Unsere Gesellschaft kann nicht mit Zahlen aus anderen Ländern verglichen werden: Bildung, Wohlstand und Gesellschaftsstrukturen
- Es betrifft nur eine kleine Gruppe von Personen (4,4% PmU in Deutschland sind Sterilisiert, 2 – 13% können den Eingriff bereuen)
- Die Risikofaktoren sind überschaubar und einschätzbar
- Wir benötigen eine neutrale und fachkundige Beratung zum Thema Sterilisation, welche die Patienten über bestimmte Risikofaktoren informiert

Wie kann ich mit der Entscheidung umgehen?

Vor dem Eingriff:

- Gib dir für diese Entscheidung Zeit
- Bespreche das Thema intensiv mit deinem Partner*in
- Es ist eine Entscheidung gegen die gesellschaftliche Konvention:
Zieh dich für ein Wochenende zurück, distanzieren dich von äußeren Einflussfaktoren und versuche dich auf deine Interessen zu besinnen und wofür du deine Energie verwenden willst

Wie kann ICH mit meiner Entscheidung umgehen?

Nach dem Eingriff:

- Belohne dich regelmäßig für deine Entscheidung
- Mach dir bewusst, dass es gute Gründe für diese Entscheidung gibt
- Sei auch mal schadenfroh 😊

Vor allem: Du bist nicht allein!

Barbara Schloßer Mit meiner Hochzeit dieses Jahr kam das Thema im Kollegenkreis wieder auf. Fürchterlich. Dabei bin ich inzwischen seit fast 10 Jahren sterilisiert und ich habe es keinen Tag bereut. Im Gegenteil: Eine der besten Entscheidungen meines Lebens, die mir meine psychische Gesundheit bewahrt hat.

4 Tag(e)



Marion Roos ich habe mich mit 28 sterilisieren lassen. Inzwischen bin ich 45 Jahre alt und habe diese Entscheidung noch keine einzige Sekunde lang bereut. Im Gegenteil: je älter ich werde um so glücklicher bin ich damit und um so glücklicher keine Kinder zu haben.... [Mehr anzeigen](#)

4 Tag(e)



Das einzige was ich bereue, ist mich nicht früher aktiv um die Steri gekümmert zu haben.



Kristin Fischer Ich bin jetzt 33 . habe eine Tochter was ich immer gewollt habe. Aber seit der Geburt meiner Tochter stand fest dass ich kein weiteres Kind möchte. Habe vier Jahre den Wunsch gehabt nach einer Sterilisation . familienmitglieder haben unterschiedlich drauf reagiert . eine Schwester hat gesagt jawoll finde ich vollkommen okay das ist deine Einstellung das ist dein Wille. Die andere Schwester ist der Meinung das war eine fehlentscheidung weil es könnte ja noch mal der Mann kommen und der möchte noch mal ein Kind. Aber wenn ein Mann ein Kind möchte soll er das woanders dann machen und nicht mit mir meine Entscheidung steht fest und ich bin seit Juli sehr glücklich darüber und habe es bisher noch keine Sekunde bereut.

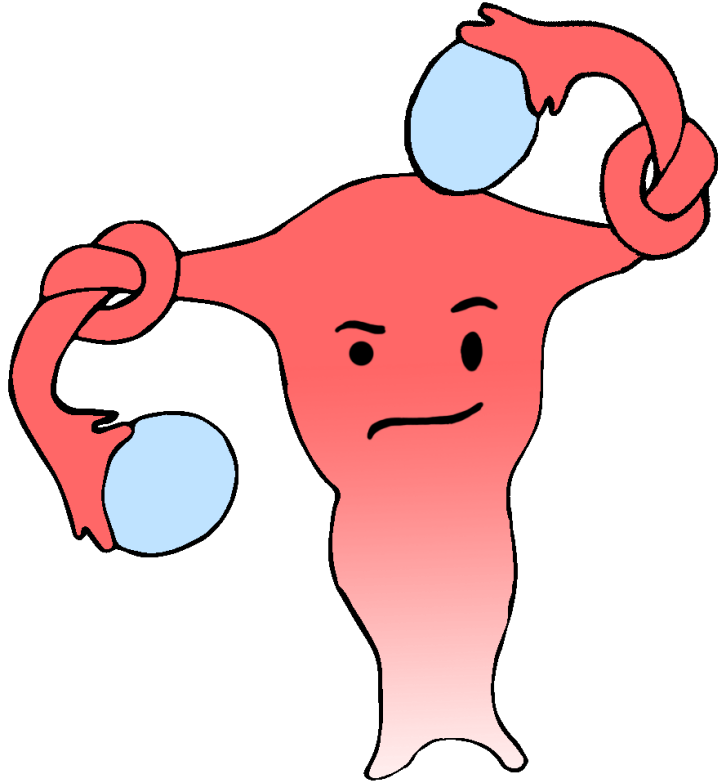
4 Tag(e)



Zitat Sonjas Mama, Brigitte (50), 2 Kinder:

„Ich bereue gar nix. Ich wollte zwei Kinder und das wars. Ich hab es mit 26 und zwei Kinder sogar sehr genau gewusst.“

Jetzt seid ihr gefragt!



- Wie war eure erste Begegnung mit dem Thema „Du wirst deine Sterilisation bereuen“?
- Hattest du selber einmal Zweifel?
- Wie bist du den Zweifeln begegnet?