

NFP-Newsletter

Arbeitsgruppe NFP

Ausgabe 05 / April 2010

www.nfp-online.de

Editorial

Noch vor 20 Jahren war die NFP v.a. ein durch die ökologische Bewegung geprägtes und in der Frauenbewegung als Geheimtipp gehandeltes Nischenthema, das in der Schulmedizin wenig bis gar nicht zur Kenntnis genommen wurde. Heute findet sich die NFP im Angebotskanon vieler Arztpraxen wieder, die Frauen und Paaren eine Alternative zu den üblichen Familienplanungsmethoden bieten wollen.

Was hat diese Veränderung ermöglicht?

- Die Vermittlung und sichere Anwendung der NFP konnte über standardisierte, im Buchhandel erhältliche Materialien und ein gut ausgebildetes Beratungsnetz

sichergestellt werden.

- Die NFP ist auf wissenschaftliche Füße gestellt worden. Ihre Wirksamkeit konnte in prospektiven Studien nachgewiesen werden.

- Durch die Entwicklungen im Internet ist der Zugang zu Informationen über NFP für eine breite Öffentlichkeit möglich geworden. Frauen/ Paare können sich heute problemlos, ausführlich und unabhängig informieren.

- Die zunehmende Technisierung, die in vielen Bereichen des täglichen Lebens zu vielfältigen Entlastungen geführt hat, hat

gleichzeitig zu einem wachsenden Bedarf nach mehr Natürlichkeit, Nähe zum eigenen Körper und Selbstbestimmung geführt.

- Das mit der NFP Anwendung verbundene Mehr an Wissen über die Vorgänge im eigenen Körper und das Eintauchen in ein größeres Verständnis für die Schöpfung ist mit einer Faszination verbunden, der man sich – auch im 21. Jahrhundert – nur schwer entziehen kann.

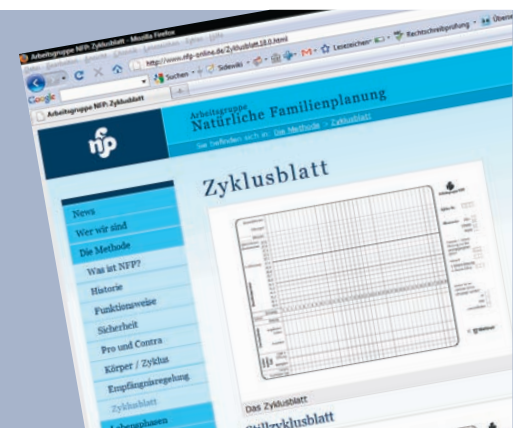
Vielleicht ist das das eigentliche Geheimnis ...

Arbeitsgruppe NFP

News

Internetbilanz 2009 – www.nfp-online.de

Fast 60.000 Besucher mit mehr als 280.000 Seitenzugriffen konnte die Arbeitsgruppe NFP 2009 auf ihrer Website verzeichnen. Etwa die Hälfte von ihnen kam über Suchmaschinen und noch mal ca. 40 % über verweisende Webseiten. Das besondere Interesse der Besucher galt der NFP Methode an sich, den Materialien, der Funktionsweise der NFP und dem Zyklusblatt, alles Dinge, die für die Anwendung der NFP von hoher Relevanz sind.



„Natürlich und sicher“

- Stuttgart. Auch im 23. Jahr seiner Erscheinung ist der Erfolg des von der Arbeitsgruppe NFP im TRIAS Verlag herausgegebenen Leitfadens „Natürlich und sicher“ ungebrochen. Zwischen November 2008 und November 2009 wurden mehr als 7.000 Exemplare verkauft. Für 2011 ist eine komplette Neuerscheinung in Vorbereitung.


 ISBN-10: 3830432410
 ISBN-13: 978-3830432418

Inhalt

1. Editorial
2. News
3. Rund um die NFP Beratung
4. NFP-International
5. Interessante Links
6. Personalia
7. Impressum

„Du kannst noch so oft an der Olive zupfen, sie wird deshalb nicht früher reif.“
(Toskanisches Sprichwort)

NEWS

Zykluskompendium erschienen

■ Als Ergänzung zum Arbeitsheft „Natürlich und sicher“ (TRIAS Verlag, ISBN: 978-3-8304-3416-0) ist ein Zykluskompendium mit Zyklusbeispielen zur Stillzeit, zum Zyklusverhalten nach Absetzen der Pille und in den Wechseljahren erschienen.

■ Das Kompendium kann bei der **Arbeitsgruppe NFP, Kalker Hauptstraße 22 – 24 51103 Köln** oder über nfp@malteser.de zum Preis von 8,90 € zzgl. Versandkosten in Höhe von 1,50 € bestellt werden.

Zykluskompendium



Neuer NFP Berater Ausbildungskurs

■ Regensburg. Mit 17 TeilnehmerInnen aus Regensburg, Augsburg, Würzburg, Dresden, Leipzig, Berlin und weiteren Städten ist Ende Januar 2010 der neue NFP Berater Ausbildungskurs in Regensburg gestartet.

■ Dieser NFP Berater Ausbildungskurs, der sich eng an der Ausbildungsordnung (<http://nfp-online.de/fileadmin/downloads/Ausbildungsordnung.pdf>) der Arbeitsgruppe NFP orientiert, ist der 55. Kurs dieser Art seit 1985.

Weitere Infos: S. Aichner, Regensburg
saichner.ehereferat@bistum-regensburg.de



NFP für Ärzte

■ München. Vom 25. bis 27. Februar 2010 haben mehr als 50 Ärzte und Ärztinnen an den zertifizierten NFP-Workshops im Rahmen des Intensivkurses Süd/ Gynäkologische Endokrinologie und Reproduktionsmedizin in den Räumen der 1. Universitätsfrauenklinik München teilgenommen. Referenten waren OA Dr. Siegfried Baur, Dr. Petra Frank-Herrmann und Dr. Ursula Sottong. Nach einer kurzen Einführung in die Methodik der Arbeitsgruppe NFP erhielten die Teilnehmer ausführlich Gelegenheit ihr Wissen an verschiedenen Zyklusbeispielen anzuwenden und Fragen zur Methodik zu stellen.



Rund um die NFP-Beratung

Mönchspfeffer/ Agnus Castus

■ Die Behandlung des Prämenstruellen Syndroms (PMS) mit Agnus Castus (Mönchspfeffer) geht auf eine Jahrtausende alte Tradition zurück und findet sich in fast allen Kulturen wieder. Bereits der griechische Arzt Hippokrates (460 bis 370 v. Chr.) empfahl, Frauen während der Monatsblutung dunklen Wein mit eingelegten Blättern des Vitex Agnus Castus zu reichen.

■ Vitex Agnus Castus ist ein Strauch, der eine Höhe von bis zu vier Meter erreichen kann. Aus seiner Frucht wird der Extrakt für therapeutische Zwecke gewonnen.

■ Schellenberg et al. haben die Wirksamkeit und Verträglichkeit von Agnus Castus in einer Placebo kontrollierten Studie bei Frauen mit einem Prämenstruellen Syndrom (PMS) untersucht. Die 170 Frauen, die an der Studie teilnahmen (86 Agnus castus; 84 Placebo), waren im Durchschnitt 36 Jahre alt. In drei aufeinanderfolgenden

Zyklen wurden täglich eine Tablette (AC/ Placebo) verabreicht. Näheres zur Studie findet sich hier:

■ www.bmj.com



Bildquelle: www.delange.org

Rund um die NFP-Beratung

Das NFP-Zentrum Leipzig stellt sich vor

- Leipzig. Im fünften Jahr war das NFP-Zentrum Leipzig gemeinsam mit dem Ordinariat Dresden wieder auf der Hochzeits- und Baby plus Messe auf dem Gelände der Leipziger Messe vertreten. Viele junge heiratswillige Paare mit und ohne kleine Kinder tummelten sich in der Glashalle. An die 50 Paare ließen sich ansprechen, blieben stehen und informierten sich über die Möglichkeiten der NFP – ob in der Stillzeit, nach Absetzen von hormonellen Verhütungsmitteln oder bei Kinderwunsch.
- Nicht nur auf der Hochzeitsmesse ist das Leipziger NFP-Zentrum regelmäßig präsent. Ob auf dem Leipziger Begeg-



nungstag zwischen Menschen mit und ohne Behinderung, dem Leipziger Stadtteilstift im Süden, der Bistumsfamilienwallfahrt, bei Weiterbildungsveranstaltungen für Frauenärzte, beim Sächsischen Familientag, bei der Messe zur Pastoralie oder bei der Eröffnung zum Jahr der Ehe/Familie im Bistum Dresden/Meißen, überall ist das NFP-Zentrum mit seinen erfahrenen und angehenden NFP-BeraterInnen dabei und sorgt für einen regen Informationsfluss über NFP.

- Infos über die Arbeit des NFP-Zentrums Leipzig über Roswitha Gumprecht: nfp-zentrum.leipzig@gmx.de

Pränataldiagnostik

- Informationsmaterial für Schwangere bzw. werdende Eltern nach einem auffälligen Befund in der Pränataldiagnostik gibt die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BzGA) heraus. In der Handreichung geht es v.a. darum, Eltern Perspektiven für ein Leben mit einem

behinderten Kind aufzuzeigen und ihnen hilfreiche Adressen an die Hand zu geben, wo sie Beratung und Unterstützung erhalten können. Das Heft kann online bei der BzGA bestellt werden:

- www.bzga.de



NFP International

*„Man kann dem Leben nicht mehr Tage geben, aber den Tagen mehr Leben.“
(Amerikanische Managerweisheit)*

NFPTAI

- Dublin. Eine sehr informative Seite zu NFP unterhält die irische NFP Gruppe, the Natural Family Planning Teachers' Association of Ireland (NFPTAI).
- Im Anschluss an den ersten NFP Berater Ausbildungskurs zur „Symptothermal Double-Check Method of Natural Family Planning“ nach der englischen Gruppe NANFPT wurde NFPTAI 1988

durch die Hebammen Marie Therese Joy and Sheelagh Wickham gegründet.

- Der erste Ausbildungskurs stand unter der Schirmherrschaft von Prof. Eamon O'Dwyer, (Geburtshelfer am University College, Galway), fand am University College Galway statt und wurde von Dr. Anna Flynn MRCOG und Wyn Worthington geleitet.



Mehr zur Arbeit der NFPTAI findet sich hier: www.naturalfamilyplanning.ie

NFP International

Studientagung für NFP BeraterInnen

■ Wien. Das "Institut für Ehe und Familie" (IEF) führte am 20./21. November eine gesamtösterreichische Studientagung für NFP-Beraterinnen und Berater durch.

■ Im Vorfeld informierte der deutsche NFP Experte und ehemalige Oberarzt der 1. Universitätsfrauenklinik München, Dr. Siegfried Baur, im Rahmen eines Pressegesprächs über die wissenschaftlichen Grundlagen der NFP. „Letztlich ist die Methode nichts anderes als angewandtes Wissen über den Menschen“, so Dr. Baur, „da sie auf der genauen Beobachtung der Abläufe im menschlichen Körper aufbaut.“

■ NFP werde heute bewusst als sanfte Alternative zum "Chemie-Cocktail" bei der Empfängnisverhütung beworben. In der Situation einer Übersättigung mit medizinischer Technik im sensiblen Bereich von Sexualität und Fruchtbarkeit gebe es einen Trend zur NFP. Maßgeblich für die enge Kooperation des IEF mit der deutschen "Malteser Arbeitsgruppe NFP" sei deren wissenschaftliche Grundlegung der NFP-Arbeit.

■ Dr. Baur sprach am Abend des 20. Novembers im Rahmen eines öffentlichen Vortrages über „Die Frau in der Mitte des Lebens. Das Klimakterium als Abschied

und Neuanfang.“ Vor diesem Vortrag konnten die anwesenden NFP-Beraterinnen ihr Wissen über die Wechseljahre in einem Quiz überprüfen. Der zweite Tag der Österrichtagung war der Zyklusarbeit zum Schwerpunkt „Wechseljahre“ gewidmet.



v.l.: Dr. Siegfried Baur, Mag. Silvia Zamecnik (IEF), Prof. DSA Günter Danhel (Direktor IEF)

Interessante Links

Sexueller Missbrauch

■ Trier. Das Leibniz-Zentrum für Psychologische Information und Dokumentation (ZPID) der Universität Trier hat eine Datenbank mit wissenschaftlicher Literatur zum Thema sexueller Missbrauch zusammengestellt.

■ Über 1.100 Fachpublikationen befassen sich mit Fragen wie: Wie verbreitet ist sexueller Missbrauch von Kindern und Jugendlichen wirklich? Wie erkennt man ihn? Welche Folgen hat er für die Opfer über ihr ganzes Leben? Lassen sich diese Folgen mildern und kann man Missbrauch verhindern? Weshalb sind Täter zu Tätern geworden? Gibt es Möglichkeiten, sie wirksam zu behandeln?

■ Die Nutzung der Datenbank ist kostenpflichtig. Einen ersten Eindruck über den Datenbestand vermittelt folgender Link: www.zpid.de

Frauengesundheit global

Die WHO hat erstmals mit einem globalen Bericht zur Gesundheit von Frauen eine Bestandsaufnahme zur Gesundheit von Frauen und Mädchen weltweit herausgegeben. Obwohl die Datenlage sehr unterschiedlich ist, zeigt der Report doch die Einflüsse sozialer, kultureller und geschlechtsbedingter Benachteiligung auf.



www.who.int



„Wünsche sind Vorboten von Fähigkeiten.“
(Johann Wolfgang von Goethe)

Personalia

Sloweniens neue NFP

BeraterInnen

Ljubljana. 27 Frauen und Männer haben im Februar 2010 erfolgreich ihre mündliche Prüfung zum NFP Berater/ zur NFP Beraterin abgelegt. Gut vorbereitet durch die Kursleiterinnen Dr. Alenka Berkopec und Eva Feuerlein-Wiesner standen sie der Prüfungskommission unter dem Vorsitz von OA Dr. Siegfried Baur, München, Rede und Antwort.

Die neuen NFP-BeraterInnen sind:

Barbara & Matej Batič
Mirjam & Gorazd Čebulc
Sabina & Jernej Dogenik
Klavdija Kralj & Janez Cigler Kralj
Tina & Janez Kramarič
Ivanka Kržišnik
Andreja & Slavko Lenart
Simona & Matija Medvešček
Luija & Janez Rifel
Petra Smrtnik
Mica & Nejc Škoberne
Maja Vovk
Katarina Žabkar

Ein Mensch, der sich ernsthaft ein Ziel gesetzt hat, wird es auch erreichen.

(Benjamin Disraeli)



Die neuen NFP-BeraterInnen aus dem Ausbildungskurs Köln sind:

Annegret Braun
Claudia Brüggemann-Karlstedt
Anna Dietrich
Regina Jäger
Petra Schenke

Impressum

MW Malteser Werke gemeinnützige GmbH
Arbeitsgruppe NFP
Kalker Hauptstr. 22-24
51103 Köln

Tel.: 0221-9822591
Fax: 0221-9822589
E-Mail: nfp@malteser.de
www.nfp-online.de

Redaktion:

Dr. med. Ursula Sottong MPH
Dipl. Soz. Päd. Annegret Braun
Regina Jäger, NFP Beraterin

Verantwortlich:

Sebastian Schilgen, Geschäftsführer
MW Malteser Werke gemeinnützige GmbH
Dr. Ursula Sottong, Leitung Arbeitsgruppe NFP

Kooperationspartner:

Forschungsgruppe NFP
an der Universitätsfrauenklinik
Heidelberg

Satz und Layout:

ahrensmedia, Bad Honnef
www.ahrensmedia.com

Bilder:

Arbeitsgruppe NFP; Dr. Ursula Sottong;
fotolia.de; www.delange.org; Sebastian
Aichner

Screenshots:

www.nfp-online.de
www.bzga.de
www.who.int
www.naturalfamilyplanning.ie
www.zpid.de