

Die ideale Verhütungsmethode hängt von der jeweiligen Lebensphase ab und kann sich ändern. Bei der Wahl der Verhütungsmethode sollten Sie bedenken, welche Bedürfnisse und Wünsche Sie als Paar haben.

### Persona könnte die richtige Methode für Sie sein, wenn:

- Sie in einer festen Beziehung sind und eine Schwangerschaft nicht ausschließen
- Sie mit Ihrer momentanen Verhütungsmethode unzufrieden sind
- Sie eine hormonfreie Verhütungsmethode suchen, um sich auf eine Schwangerschaft vorzubereiten
- Sie eine nicht-invasive und natürliche Methode suchen

### Sie dürfen Persona nicht verwenden, wenn:

- Ihr Zyklus kürzer als 23 Tage oder länger als 35 Tage ist
- Sie gerade stillen oder Wechseljahrsymptome haben
- Sie sich einer Hormonbehandlung oder anderen Behandlung unterziehen, die sich auf den Zyklus auswirken kann, z. B. Pille, Fertilitätsbehandlungen oder Hormonersatztherapien
- Sie Antibiotika einnehmen, die Tetracykline enthalten. Sobald die Behandlung beendet ist, können Sie Persona ab Beginn des nächsten Zyklus verwenden
- Ihre Leber- oder Nierenfunktion beeinträchtigt ist
- Sie unter einem polyzystischen Ovarialsyndrom leiden
- Sie unter keinen Umständen schwanger werden dürfen oder wollen

### Sie müssen mit der Anwendung von Persona mindestens 2 aufeinanderfolgende Zyklen warten, wenn Sie:

- gestillt haben, schwanger waren oder eine Fehlgeburt hatten
- hormonelle Verhütungsmittel angewendet haben, eine Hormonbehandlung oder eine andere Behandlung hatten, die sich auf Ihren Zyklus auswirken könnte

Die Dauer der beiden Zyklen muss mindestens 23 Tage und darf höchstens 35 Tage betragen. Mit Ihrem dritten Zyklus können Sie mit der Anwendung von Persona beginnen.

Wenn Sie weitere Informationen zu Persona und natürlicher Verhütung wünschen:

- Fragen Sie Ihren Apotheker
- Besuchen Sie unsere Website [www.persona.info/de/](http://www.persona.info/de/)
- Rufen Sie unseren Persona Beratungsservice an, montags bis freitags von 8.00 Uhr bis 16.00 Uhr (außer an Feiertagen):  
DE 08005 894 015\* AT 0800 070 359\*\* CH 0800 102 865\*\*

\* Anrufe sind kostenlos.

\*\* Anrufkosten werden zum lokalen Tarif berechnet und können vom Netzwerkanbieter abhängen. Bitte fragen Sie Ihren Netzwerkanbieter nach dem genauen Tarif.

Persona

# Natürliche Verhütung

## Ohne Hormone und ohne Nebenwirkungen.\*



210 mm

## Natürliche Verhütung

Ihr Leben verändert sich ständig – genau wie Ihre Ansprüche an eine Verhütungsmethode.

Eine Verhütungsmethode, die hormonfrei und ohne Nebenwirkungen ist, kann eine wichtige Rolle spielen, wenn Sie in einer festen Beziehung sind oder langfristig daran denken, Kinder zu bekommen.

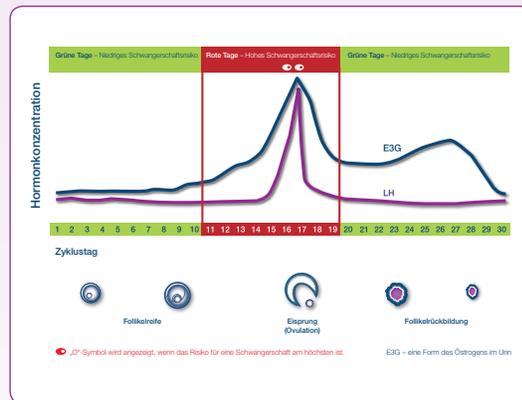
## Was ist Persona?



- Persona ist eine natürliche Verhütungsmethode, ohne Hormone und ohne arzneimitteltypische Nebenwirkungen\*
- Persona misst hormonelle Veränderungen in Ihrem Urin und identifiziert die Tage des Menstruationszyklus, an denen Sie bei Geschlechtsverkehr schwanger werden können
- Persona besteht aus Teststäbchen und einem Monitor mit Touchscreen, der leicht verständlich und einfach anzuwenden ist

## Wie funktioniert Persona?

- Der Monatszyklus wird von hormonellen Veränderungen bestimmt
- Vor dem Eisprung lassen sich deutliche Veränderungen im Spiegel zweier Hormone (Östrogen und luteinisierendes Hormon [LH]) beobachten

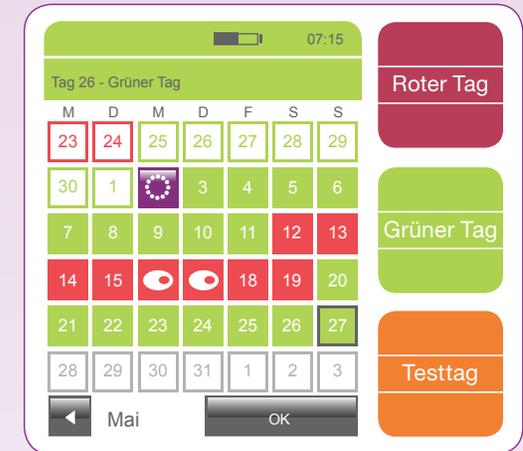


- Durch einfache Urintests kann Persona die Veränderungen der beiden Hormone feststellen
- Es zeigt die Tage an, an denen ein Risiko besteht, schwanger zu werden („Rote Tage“), und die Tage, an denen Sie ohne weitere Verhütung Geschlechtsverkehr haben können („Grüne Tage“)\*
- Die „Roten Tage“ liegen um den Eisprung und berücksichtigen die Lebensdauer der Eizelle und der Spermien

## So einfach ist Persona

Der Monitor zeigt „Grüne Tage“, „Rote Tage“ oder „Testtage“ an. An „Grünen Tagen“ ist ungeschützter Geschlechtsverkehr möglich. An „Roten Tagen“ darf zwecks Verhütung kein Geschlechtsverkehr stattfinden. An „Testtagen“ entscheidet das Testergebnis.

- Prüfen Sie jeden Morgen vor dem Gang zur Toilette, welche Art von Tagen der Monitor anzeigt. Wird ein Testtag angezeigt, führen Sie einen Test durch
- In jedem Zyklus werden Sie üblicherweise achtmal vom Monitor zum Testen aufgefordert
- Im ersten Zyklus werden Sie an 16 Tagen testen müssen, damit der Monitor genügend Informationen zu Ihren Hormonen und zu Ihrem Zyklus sammeln kann
- Der Monitor lernt Ihren Zyklus kennen



## So zuverlässig ist Persona

Persona ist zu 94 % zuverlässig, wenn es anleitungsgemäß und als einzige Verhütungsmethode angewendet wird.\* Damit Persona zu 94 % zuverlässig ist, müssen Sie an „Roten Tagen“ auf Geschlechtsverkehr verzichten. An „Roten Tagen“ besteht ein erhöhtes Risiko, schwanger zu werden, selbst wenn Sie eine Barrieremethode, wie Kondome, verwenden.



\* Persona ist zu 94 % zuverlässig, wenn es anleitungsgemäß und als einzige Verhütungsmethode angewendet wird. Das bedeutet, dass von 100 Frauen, die ein Jahr lang Persona anwenden, 6 schwanger werden können, auch wenn sie ausschließlich an „Grünen Tagen“ Geschlechtsverkehr hatten, d. h. an den Tagen, für die Persona angezeigt hat, dass kein Risiko für eine Schwangerschaft besteht. Persona schützt nicht vor sexuell übertragbaren Krankheiten oder HIV.