

# NATÜRLICHE EMPFÄNGNISREGELUNG (NER) versus VERHÜTUNG

## Informationen

### Vorbemerkung

Liebe Leser dieser Dokumentation!

Ehe und Familie haben für das persönliche Leben wie auch für die Gesellschaft existentielle Bedeutung. Sie sind Hoffnung für das persönliche Glück wie auch für das Schicksal des Volkes.

Über mehr als 20 Jahre war ich in meinem Priesterleben in der Ehevorbereitung, Eheberatung, -therapie und Ehebegleitung tätig. Aus diesem Interesse haben mich die Entwicklungen der vergangenen Jahre in diesen Lebensbereichen stets interessiert. Es ist mir ein Anliegen, die Wertschätzung der Frauen zu fördern und den Fragen der Tragfähigkeit von Ehebeziehungen nachzugehen.

Dieser Bericht ist entstanden aus der Sichtung von Artikeln und Forschungsergebnissen einschlägiger Fachbereiche. Er hat vor allem die Hormonpräparate verschiedener Art im Blick. Diese haben starken Einfluss auf die Gesundheit und die psychisch-emotionale Befindlichkeit der Frau. Auch Ärzte und weitere Fachleute haben mir ihre Kritiken mitgeteilt und zugesandt. Diese Beiträge wurden in einem NER-Fachbeirat besprochen und in den Bericht eingearbeitet.

Schon vor dem Angebot der „Anti-Baby-Pille“ gab es auf dem Markt Verhütungsmittel (Kondom, Diaphragma, Sterilisation...). Durch die Werbung der Pharmaindustrie für ihre Produkte ist der Gebrauch der hormonellen Verhütungsmittel insgesamt gestiegen und damit auch eine Anti-Baby-Mentalität.

Der bis vor kurzem an der Hochschule im Stift Heiligenkreuz tätige Moralthologe P. Karl-Heinz Peschke empfiehlt die Vorgangsweise der NER:

„Das Erleben vieler Ehepaare gibt Zeugnis dafür, dass mit dieser Methode auch große Segnungen einhergehen. Die NER ist geeignet, wichtige personale Haltungen der Eheleute zu fördern, die bei den anderen Methoden leicht auf der Strecke bleiben. Sie erlaubt dem ehelichen Leben aufzublühen, besonders in den Dimensionen der Zärtlichkeit und der emotionalen Erfüllung. Die Perioden der Enthaltbarkeit werden zu hohen Zeiten der Liebe, denn sie lassen ein ganzes Spektrum von Äußerungen der Liebe möglich werden, die die Eheleute oft vergessen, nachdem die Tage der Brautzeit vorüber sind. Nach den Tagen der Enthaltbarkeit finden viele um so größere Freude an ihrer geschlechtlichen Vereinigung. Denn im Allgemeinen helfen die Perioden der Abstinenz, das Verlangen zu erneuern und es vor der Stumpfheit bloßer Gewohnheit zu bewahren. In der Entscheidung für die natürlichen Rhythmen macht das Ehepaar die Erfahrung, dass die eheliche Vereinigung um jene Werte der Zärtlichkeit und Affektivität bereichert wird, die die Seele der menschlichen Geschlechtlichkeit bilden, auch in ihrer leiblichen Dimension.“

Ich präsentiere die Dokumentation in der Absicht, der/dem aufmerksamen Leser/in Hinweise für eine erfreuliche Gestaltung der Beziehung zum Partner zu vermitteln. Insbesondere die Frauen mögen aus diesen Erkenntnissen einen Gewinn an Selbstwert und Selbstbewusstsein erfahren. – Die Umsetzung der Gedanken in die Praxis verlangt eine gewisse Anstrengung. Wie die Paare, die diese Vorgangsweise wählen, jedoch aussagen, bringt diese Art, Sexualität zu leben, „frischen Wind“ in die Beziehung.

So wünsche ich allen, die diese Information studieren, anregende Impulse. Es geht nicht um Nötigung zu korrektem Handeln, sondern um fachlich sorgfältige Informationen zur Überlegung und Entscheidung in Verantwortung füreinander.

## I. Erfahrungen nach 50 Jahren seit Einführung der „Pille“

- Zur Propagierung der „Pille“ wurde argumentiert: „**Besser verhüten als abtreiben!**“

Es ist jedoch in diesen Jahren klar geworden: *die Zahl der Abtreibungen ist nicht zurückgegangen, sondern gestiegen*<sup>1,2</sup>. Dies aus mehreren Gründen und: Was bleibt als Konsequenz, wenn das Verhütungsmittel versagt<sup>2,3</sup>?

Hormonelle Verhütungsmittel können versagen – durch Erkrankungen, durch gleichzeitige Einnahme mehrerer Medikamente, durch mangelnde Sorgfalt und Konsequenz in der Einnahme (dies besonders bei Jugendlichen: Ansteigen der Teenagerschwangerschaften und Abtreibungen) und sie können auch trotz regelmäßiger Einnahme unwirksam sein<sup>3</sup>.

Alle hormonellen Verhütungsmethoden (Pille, Stäbchen, Hormonpflaster, Nuvaring, Dreimonatsspritze...) haben mehrere Wirkungsmechanismen (siehe Anhang 1). Die allermeisten wirken auch *frühabtreibend*. Sie verhindern die Einnistung der befruchteten Eizelle, eigentlich des Kindes, in die Gebärmutterschleimhaut. Diese Frühabtreibungen können statistisch nur schwer erfasst werden.

- Ein weiteres Argument der Pillenbefürworter: „Die **Liebe** kann **spontan** und ohne Angst vor den Folgen gelebt werden.“

Seit dem Erscheinen der „Pille“ ist die *Zahl der Ehescheidungen gestiegen*<sup>4</sup>. Nur noch etwa zwei Fünftel der Paare heiraten vor dem Standesamt. Etwa die Hälfte trennt sich wieder. Ebenso hoch dürfte die Zahl der Trennungen von Lebensgemeinschaften sein. Die psychischen Nebenwirkungen der Pillenpräparate sind daran nicht unbezweifelbar. Durch die Pille kann die Liebe unverbindlich und selbstbezogen werden. Die Frau ist allein für die Verhütung verantwortlich. Die scheinbare Freiheit ist auch eine Last.

Diese Situation ist auch maßgeblich Ursache für den *demografischen Winter*<sup>5</sup>. Die Begründung hiefür seitens der Demografen: „Nur verlässliche Beziehungen sind geeignet, Kinderzahlen zu halten oder zu steigern.“ Die Unverlässlichkeit der Paarbeziehungen führt zu einem Sinken der Geburten. Die Folgen: weniger Schüler, Reduktion der Rentenzahlungen, Krankenversicherungen reduzieren ihre Leistungen, ... werden jährlich spürbarer.

Die Liebe, wie sie von den Propagandisten zur Werbung für die Pille verstanden wird, zeigt demnach nicht die Kraft, Beziehungen auf Dauer zu stabilisieren.

- Die **Gesundheitsrisiken für die Frauen** sind höher als allgemein bekannt ist: Durch die Förderung der Promiskuität steigt das *Infektionsrisiko*. Die Zahl der Geschlechtskrankheiten nimmt stark zu<sup>6</sup>. Diese wiederum können zu Eileiterentzündungen führen und folglich zu Sterilität. Die Pille wurde von der WHO 2005 als *krebserregend* eingestuft: Muttermund-, Leber-, Brustkrebs. (Es gibt auch die Aussage, dass durch die Pille das Risiko für Eierstock- und Gebärmutterkrebs verringert wird. Dies wird jedoch andererseits stark angezweifelt).<sup>6</sup> Auch das Risiko für *Thrombosen und Embolien* ist deutlich erhöht (Schlaganfall und Herzinfarkt). Über 200 Todesfälle pro Jahr sind allein in Deutschland zu verzeichnen<sup>6</sup>.
- Heute ist ein starker Trend zur „Natürlichkeit“ gerade im Bereich der Medikation festzustellen. Warum aber wird die Pille, die kein Medikament gegen eine Krankheit ist, sondern ein Mittel gegen die Fruchtbarkeit der Frau, über Jahre hinweg täglich eingenommen?! Sie wird nicht in Frage gestellt, obwohl sie ein hochwirksames Hormonpräparat mit zahlreichen gesundheitsschädlichen Nebenwirkungen ist<sup>6</sup>.
- Wie Forschungen nachweisen, hat neben anderen Stoffen auch die Pilleneinnahme in den vergangenen Jahrzehnten zu einer starken **Östrogenanreicherung im Grundwasser** geführt<sup>6,7</sup>. Dieser Umstand könnte ebenfalls eine Rolle bei der Verminderung der Spermienzahl der Männer um 50 % in den letzten Jahrzehnten spielen und ist möglicherweise mitverantwortlich für die Reduzierung der Fruchtbarkeit des Mannes<sup>7</sup>.
- Im Laufe der vergangenen Jahre wurde auch die Wirkung der Verhütung auf die seelische Verfassung deutlich. Die Verführbarkeit der Mädchen ist erhöht. Sie nehmen „die Pille“ damit „nichts“ passiert. Dies führt zu Oberflächlichkeit in Beziehungen.
- Die Langzeiteinnahme „der Pille“ bedeutet eine Scheinschwangerschaft auf Dauer. Dies bedeutet für nicht wenige Frauen einen **Libidoverlust**<sup>6, 15</sup>. Was für spontane erotische Liebe empfohlen wurde und wird, kehrt sich um in Verlust des Begehrens. „Sex“, so berichten diese Frauen, sagt ihnen nichts mehr. Schon der Philosoph Horkheimer formulierte: „Die Pille müssen wir mit dem Tod der erotischen Liebe bezahlen“.
- Zur sexuellen Befreiung forderten besonders die Feministinnen die Verhütung. Sie waren es jedoch auch, die als erste erkannten, dass die Pille sehr leicht zur sexuellen, moralischen und finanziellen **Ausbeutung der Frau** führen kann<sup>6</sup>.

- Die von Papst Paul VI. erwarteten negativen Folgen der künstlichen Verhütung<sup>8,14</sup> sind eingetreten: Untreue, Einbruch der sittlichen Zucht, Entwertung der Frau, gefährliche Macht des Staates (*Humanae Vitae* 16, 17). Nicht nur die Zahl der Geburten<sup>4</sup>, auch die *Wertschätzung für das Kind* ist gesunken.
- Ist aus dieser Situation selbstkritische Neubesinnung, Umkehr und Suche nach dem Weg der niveaувollen Menschlichkeit nicht angesagt? Es geht um die gute Zukunft<sup>9</sup> für die Frau, den Mann, die Gesellschaft, besonders für die junge Generation.

In der Übersicht der aufgezeigten Erkenntnisse und Erfahrungen darf gesagt werden: Die sexuelle Intimität der Paare erreicht durch Verhütung nicht ihren Vollsinn. Sie soll ja Ausdruck der gegenseitigen Ganzhingabe sein<sup>8,10</sup>. Die Fruchtbarkeit wird in diesen Begegnungen unter Missachtung der biologischen Gegebenheiten ausgeschlossen, die Begegnung dadurch einseitig stark auf Lust orientiert. Die Frau wird in einer Wesensberufung, nämlich als Mutter, nicht eigentlich respektiert – der Mann nicht als Vater. Der Mensch beansprucht die Verfügung darüber nach persönlicher Einschätzung.

## II. Wissenschaftliche Untersuchungen zeigen eine neue Situation:

- In den USA hat Mercedes A. Wilson im Jahre 2002 den Einfluss der Natürlichen Empfängnisregelung auf das Familienleben untersucht<sup>11</sup>. In einer Dissertation von Skocovsky K (Brünn 2008) wurde die Weltliteratur zur Thematik zusammengetragen.
- In Österreich hat das Ärztteehepaar Dr. Rhomberg eine Untersuchung<sup>12</sup> auf der Basis von Umfragedaten (aus Deutschland, Schweiz, Österreich, Italien) des Institutes für Natürliche Empfängnisregelung Dr. Rötzer e.V. durchgeführt.

Diese Studien weisen übereinstimmend darauf hin:

- Die Zahl der **Scheidungen** liegt bei Ehepaaren, die NER praktizieren, insgesamt – unabhängig vom Glaubensbekenntnis – **unter 5 %**, bei distanzierter religiöser Praxis **bei 12,5 %**.
- Die durchschnittliche **Geburtenzahl** dieser Paare lag bei 3 Kindern.

### Verlässlichkeit der NER

- An der Universitätsfrauenklinik Heidelberg wurde durch Forschung über 20 Jahre festgestellt, dass die sympto - thermale Methode der Natürlichen Empfängnisregelung bei sorgfältiger Anwendung **ebenso sicher ist wie die Pille**<sup>13</sup>.

Auch, wenn aus Gesundheitsgründen eine Schwangerschaft lebensgefährdend wäre, gibt es im Zyklus der Frau eine Zeit, die eine Empfängnis absolut sicher vermeidet. Ebenso kann eine Schwangerschaft mit sehr hoher Wahrscheinlichkeit angestrebt werden.

- Dr. Rötzer (er hat die sympto-thermale Vorgangsweise der Natürlichen Empfängnisregelung entwickelt) nennt diese Art der Fruchtbarkeitsregelung nicht eine Methode, sondern **eine eigene Lebensweise**<sup>14</sup>. Sie fordert Mann und Frau in allen Bereichen, ganzheitlich. Sie ist gleichermaßen hilfreich, sowohl beim Anstreben einer Schwangerschaft bei Kinderwunsch, als auch bei deren zuverlässiger Vermeidung. Voraussetzung für die Umsetzung dieser Vorgangsweise ist die genaue Kenntnis des weiblichen Zyklus. Die Zuverlässigkeit in der Regelung wird nicht durch die Verwendung eines Verhütungsmittels, sondern durch die sorgfältige Beachtung der Gegebenheiten des weiblichen Zyklus erreicht. Dies erfordert seitens der Frau Schulung in Selbstbeobachtung und von beiden Partnern ein gewisses Maß an Selbststeuerungsfähigkeit. Die gegenseitige Rücksichtnahme und Achtsamkeit ist jedoch ein fördernder Beitrag in der Beziehung<sup>9,10</sup>.
- Die Anstrengung für NER bringt die Entdeckung und Erfahrung human gelebter Sexualität und einen **Zugewinn an Ehezufriedenheit**, der sich u.a. in der niedrigen Scheidungszahl ausweist<sup>11,12</sup>.

### III. Warum ist die Zahl der Scheidungen bei NER so niedrig?

- Das Erlernen und **Leben mit NER vertieft die Beziehung** des Paares: Der Wechsel zwischen fruchtbaren und unfruchtbaren Zeiten im Zyklus wird in seiner Sinnhaftigkeit erkannt. Das Gespräch und das gegenseitige Verstehen wird gefördert. Weil der Mann seinen Teil beiträgt und auf den Zyklus Rücksicht nimmt, bedeutet dies eine zusätzliche Wertschätzung für die Frau.
- **Menschliche Liebe besteht aus zahlreichen Teilbefähigungen:** Verstehen, Vertrauen, Einfühlung, Achtung, Zärtlichkeit, Geduld, Rücksicht, Verzicht, Aufmerksamkeit, Anerkennung ... . Sie sind für das Gelingen einer Beziehung wesentlich und werden durch die Lebensweise der NER gefördert.

Über Jahre wurde gegen NER gesagt, sie sei unnatürlich, weil die Frau zur Zeit des stärksten sexuellen Verlangens enthalten leben müsse. Wie sich aus der Sichtung einer Vielzahl von Publikationen ergab, ist dies nicht nachzuweisen.<sup>9</sup>

- Jede der angewandten Methoden zur Regelung der Fruchtbarkeit hat ihre Eigenheiten, ihre Vorteile und Anforderungen.

NER fordert Achtsamkeit, kann mühsam und die Nerven strapazierend sein, z. B. wenn der Mann wenig Verständnis und Engagement zeigt. Es ist dies jedoch nicht die Schwäche der Methode. Insgesamt bringt die Vorgangsweise der natürlichen Regelung Impulse zur Kultur und Kultivierung der Sexualität, ist dadurch Ansporn zur Entfaltung sowie Reife der Persönlichkeit und fördert den Selbstwert.

- Liebe, wie sie Jesus Christus aufgezeigt hat, ist nicht „das große Gefühl“ und „guter Sex“, sondern die Bereitschaft, das Wohl des Partners und der Beziehung in Großherzigkeit zu fördern. Sie ist unser **größtes christliches Gebot** (Mk 12,28 ff.) und steht unter der Aufforderung Jesu: „Liebt einander wie ich euch geliebt habe.“ (Joh 15,12) Diese Art der Liebe erwächst aus einer lebendigen Glaubenspraxis. Diese

hat aus verschiedenen Ursachen stark abgenommen. Der Einfluss medial transportierter defizitärer Vorstellungen von Liebe wird von vielen nicht bemerkt. Christliche Orientierung des Paares bringt die Ausrichtung auf die Person Jesu und seine Botschaft in die Gestaltung des Miteinander ein. Es wird spürbar: ER ist „der Mensch“ und fördert echtes Menschsein.

- Christlicher Glaube will die volle Entfaltung des Menschen zur sozialen Persönlichkeit, die mit ihren Begabungen Gott den Schöpfer und Erlöser lobt.

Dieser Mensch hat die Aufgabe, alle Lebensbereiche zu kultivieren und liebesfähig zu werden, „wie Christus geliebt hat“. (Joh 15,12, Mk 12, 28 ff.)

Die Forschung von Prof. Dr. med. Josef Rötzer und anderer Wissenschaftler hat in den vergangenen Jahrzehnten im Bereich der Sexualität und Fortpflanzung Kenntnisse erbracht, die es möglich machen, Zeugung und Kinderzahl in verantwortlicher „Selbstbeherrschung aus Liebe“ (Mutter Theresa) zu bestimmen. *Diese Erkenntnisse, nicht etwa nur die Sorge um die Gesundheit o. a., leiten die Katholische Kirche in ihrer Stellungnahme für NER.* – Deshalb ist sie nicht nur gegen die „Anti-Baby-Pille“ (u. a. hormonelle Präparate), sondern gegen jede Verhütung (Kondom, Spirale, Sterilisation ....).

- Angesichts des demografischen Winters, in dem wir schon seit Jahren stehen, wäre die durchschnittliche Zahl von drei Kindern pro Paar <sup>12</sup> Hoffnung für die Zukunft der Gesellschaft.
- Das sexuelle Verhalten der Paare in den vergangenen Jahrzehnten wurde, in Unkenntnis der NER, hauptsächlich durch Verhütung geprägt. Dies führte zu einer *permissiven Denkweise* in allen Bereichen der Moral. Was Papst Benedikt mit „Relativismus“ kennzeichnet, ist generelle Gefährdung des Glaubens, ist riskante Relativierung existentiell wichtiger Wahrheiten für echte Menschlichkeit. Es geht in der Problematik NER versus Verhütung um die Frage, ob **eine ganzheitliche** oder nur **eine reduzierte Sicht** der Liebe gelebt wird.
- Was Papst Paul VI. in „*Humanae vitae*“ vertritt, ist durch die Erfahrungen der vergangenen Jahre als richtig bestätigt worden <sup>14</sup>.

**Viel an Wesentlichem und Wichtigem für das echte Glück der Menschen ist gefährdet, wenn Verhütung das sexuelle Verhalten bestimmt.**

Sammlung der Informationen

+ Dr. Elmar Fischer  
und Fachbeirat für NER im Ehe- und  
Familienzentrum der Diözese Feldkirch  
Feldkirch, im März 2011

## Anhang 1: Wirkungsmechanismen der hormonellen Verhütung<sup>6</sup>:

- Ovulationshemmung: Hemmung des Eisprungs
- Zervixschleimeindickung: soll den Aufstieg der Spermien in die Gebärmutter hemmen
- Tubenfaktor: der Eileiter wird in seiner Beweglichkeit verändert und damit wird, falls eine Befruchtung stattgefunden hat, der Embryo (das ist das Kind in seinen ersten Lebenstagen) nicht synchron weitertransportiert und nicht ausreichend ernährt.
- Endometriumfaktor: Störung des Aufbaus der Gebärmutter-schleimhaut, sodass der Embryo die für seine Weiterentwicklung nötigen Voraussetzungen, wie Verankerung, Schutz und Ernährung dort nicht vorfindet und daher abstirbt.

Hormonpflaster und Nuvaring wirken häufig **nidationshemmend**, das heißt, der Eisprung wird meist wegen der niedrigen Hormondosis dieser Präparate nicht verhindert (Durchbruchsovulation, bzw. Freisetzung der Eizelle), der Zervixschleim wird rund um den Zeitpunkt des Eisprungs durchlässig und es kommt zur Befruchtung. Die Einnistung dieser befruchteten Eizelle in der Gebärmutter-schleimhaut wird dann verhindert, d. h. Frühabtreibung ist die Folge.

### Methoden- und Gebrauchssicherheit

Unter **Methodensicherheit** ist die Wirksamkeit eines Präparates bei immer vorschriftsentsprechender Anwendung zu verstehen (wie bei der Einnahme eines Medikamentes).

**Gebrauchssicherheit** ist die Wirksamkeit einer Methode bei Anwendung in der Alltagspraxis. Die scheinbar geringere Sicherheit der NER ergab sich, weil die Methodensicherheit der Pille mit der Gebrauchssicherheit der NER verglichen wurde!

NER wird in diesen Darlegungen verstanden als Vorgangsweise, die, wenn eine Empfängnis vermieden werden soll, die unfruchtbare Zyklusphase für den Intimverkehr nutzt und in der fruchtbaren Phase darauf verzichtet (kein Kondom u. a. verwendet).

### Quellenverweise

Informationen – Link für die nachstehende Quellenverweise:

<http://www.kath-kirche-vorarlberg.at/themen/natuerliche-empfaengnisregelung>

<sup>1</sup> Bühner-Dinkel G. :Internationale Studie zum Schwangerschaftsabbruch in ausgewählten Ländern, Bühner-Media

<sup>2</sup> Smith Janet E., Die enge Verknüpfung zwischen Verhütung und Abtreibung, Medizin & Ideologie, Informationsblatt der Europäischen Ärzteaktion, 2/2008

<sup>3</sup> Matthiesen Silja, Wenn Verhütung scheitert – Verhütungspannen bei Jugendlichen, Zeitschrift für Sexualforschung, 1/2008

<sup>4</sup> Statistik Austria, Statistik der Eheschließungen 1951 – 2009, Statistik der Ehescheidungen 1951 – 2009, Statistik der Kinderzahl pro Frau 1951 – 2009

<sup>5</sup> Österreichisches Institut für Familienforschung, Universität Wien, Demografischer Winter über Europa

<sup>6</sup> Rella Walter, Bonelli Johannes, Kummer Susanne, Fünfzig Jahre „Pille“: Risiken und Folgen, Imago Hominis, Band 17, Heft 4, 2010, Seite 263 – 274

Ehmann Rudolf: Ist die Pille wirklich nur ein Verhütungsmittel? Medizin & Ideologie, Ausgaben 4/2006, 1+2+4/2007, 1/2008, jeweils Seite 4

Imago Hominis, Band 17, Heft 4/2010, Seite. 265 - 267

Lauritzen C., Tödliche Nebenwirkungen ,der Pille, in: tägl. praxis Band 41 (2000), Seite 181, Tab. 4.

Taubert H.D. / Kuhl H. , Kontrazeption mit Hormonen, Stuttgart 21995, S. 21

Gemeindenetzwerk, Die lebenszerstörende Wirkung der Antibabypille, Teil I, Teil II von Ehmann Rudolf , 18.08.2010, <http://www.gemeindenetzwerk.org/?p=4931>;  
<http://www.gemeindenetzwerk.org/?p=4936>

Reportage im Schweizer Fernsehen: „ Hunderte tote Frauen durch hormonelle Verhütungsmittel“:  
<http://videoportal.sf.tv/video?id=cab9f7b9-2524-4bf3-8d18-0f4632dd943a>

<sup>7</sup> Institut für angewandte Toxikologie und Umwelthygiene, Oldenburg, Rückgang der Spermienqualität in Deutschland und Europa, 1999

<sup>8</sup> Papst Paul VI , Humanae Vitae - Die Weitergabe menschlichen Lebens, Enzyklika,1968  
Twomey Vincent, Der Papst, die Pille und die Krise der Moral, St. Ulrichverlag, Augsburg, 2008

<sup>9</sup> Rötzer Josef, Die verantwortliche Weitergabe des Lebens in medizinisch-anthropologischer Sicht, Europäische Ärzteaktion, Meran, 1989

Döring G. K. und Sollfrank R., Wann die Liebe am schönsten ist. Gibt es ein eindeutiges Libido-Maximum im Zyklus der Frau?, Sexualmedizin 1, Seite 8, 1988

<sup>10</sup> Rötzer Elisabeth, Erfahrungen mit der Natürlichen Empfängnisregelung auf der Basis von Humanae Vitae, Forum Katholische Theologie, Heft 4/2004

<sup>11</sup> Wilson Mercedes A., Die Praxis der natürlichen Familienplanung im Vergleich zur künstlichen Geburtenregelung: Familiäre, geschlechtliche und moralische Gesichtspunkte, Catholic social science review, Vol 7, 2002.

Skocovsky KD., Fertility awareness-based methods of conceptions regulation: Determinants of choice and acceptability. Published by Masaryk University, Brno, Czech Republic, 2008, ISBN: 978-80-210-4624-5.

- <sup>12</sup> Rhomberg W., Rhomberg M, Weißenbach H., Neue Aspekte der Natürlichen Empfängnisregelung. Eine Umfrage zur sympto-thermalen Methode, Medizin und Ideologie 2/2010, [www.familie.kirchen.net](http://www.familie.kirchen.net)
- <sup>13</sup> Frank-Herrmann P, Heil J, Gnoth C, Toledo E, Baur S, Pyper C, Jenetzky E, et al. The effectiveness of a fertility awareness based (FAB) method to avoid pregnancy in relation to a couple's sexual behaviour during the fertile time: a prospective longitudinal study. *Human Reproduction*, 5: 1310-1319, 2007 (doi 10.1093/humrep/dem003)
- <sup>14</sup> Laun Andreas: *Humanae vitae* ist lebbar, Kirche heute, 4/2009
- Twomey Vincent , *Der Papst, die Pille und die Krise der Moral*, St. Ulrichverlag, Augsburg, 2008
- <sup>15</sup> Marx Gabriele, *Das wahre Gesicht der Anti-Baby-Pille*, Kirche heute, 6/2010.

## Literatur

- Casetti Chrisoph, Prügl Maria, *Geheimnis ehelicher Liebe, Humanae vitae – 40 Jahre danach*, Referat für Ehe und Familie der Erzdiözese Salzburg, ISBN 978-3-902336-98-9
- Fischer Elmar, Bischof von Feldkirch, *Erfahrung der Liebe*, erhältlich über das Ehe- und Familienzentrum Feldkirch, Tel. 05522/74139
- Hahn Scott und Kimberly, *Unser Weg nach Rom*, 5 Auflage 2004, Christiana, ISBN 3-7171-1069-1
- Laun Andreas, *Liebe und Partnerschaft aus katholischer Sicht*, Franz-Sales-Verlag, 8. Auflage 2003, ISBN 3-7721-0260-3
- Lerchen Wilma, *Liebe wählt aus, Impulse für Jugendliche und junge Erwachsene*, 2. Auflage 2010, Schönstatt Verlag, ISBN 978-3-935396-22-6
- Martin Norbert und Renate , *Aus gutem Grund, Natürliche Empfängnisregelung*, Schönstatt Verlag, 1997, ISBN 3-920849-82-5
- Martin Norbert und Renate, *Die menschliche Liebe im göttlichen Heilsplan, Eine Theologie des Leibes*, Johannes Paul II, fe-Medienverlag, 2. Auflage 2008, ISBN 978-3-939684-44-2
- Rötzer Josef, *Natürliche Empfängnisregelung, Die sympto-thermale Methode – Der partnerschaftliche Weg*, 33. Auflage 2009, Verlag Herder, ISBN 978-3-451-23983-0
- Rötzer Josef, Rötzer Elisabeth, *Die Frau und ihr persönlicher Zyklus*, Von der Vorpubertät bis in die Wechseljahre, Ergebnisse jahrzehntelanger Zyklusforschung, 2010, Verlag godiz film GmbH, ISBN 978-3-9523645-0-5
- Schulz Christian, *Die Enzyklika „Humanae vitae“ im Lichte von „Veritatis splendor“*, 2008, EOS Verlag, ISBN 978-3-8306-7327-9
- Schwaderlapp Dominik, *Erfüllung durch Hingabe*, 2002, EOS Verlag, ISBN 3-8306-7130-X

Süßmuth Roland, *Empfängnisverhütung, Fakten, Hingergründe, Zusammenhänge*, 2000, Hanssler Verlag, ISBN 3-7751-2

Trobisch Ingrid, Rötzer Elisabeth, *Mit Freuden Frau sein*, 2005, Brockhaus, ISBN 3-417-11075-0

Twomey Vincent, *Der Papst, die Pille und die Krise der Moral*, St. Ulrich Verlag, 2008, ISBN 978-3-86744-061-5

West Christopher, *Theologie des Leibes für Anfänger*, fe-medienverlag, 2. Auflage 2006, ISBN 3-928929-71-2

West Christopher, *Die Liebe, die erfüllt, Papst Benedikt XVI und die menschliche Liebe*, 2009, Catholic Media, ISBN 978-3-939977-10-0

Weißbach Hubert und Magret, *Ganz Mann sein, Natürliche Empfängnisregelung aus der Sicht des Mannes*, erhältlich über das Ehe- und Familienzentrum Feldkirch, Tel. 5522/74139

Wojtyla Karol (Johannes Paul II), *Liebe und Verantwortung*, Eine ethische Studie, Verlag St. Josef, 2. Auflage 2010, ISBN 978-3-901853-14-2

Laun Andreas, Maria Eisl, *Die Dynamik der Liebe*, Verlag ehfamiliebuch, 2011, ISBN 978-3-902336-99-6