

## **Wichtige Klarstellung bezüglich der sympto-thermalen Methode 2004**

Die sympto-thermale Methode enthält kein Sexualverbot für die fruchtbaren Tage. Sie steht deshalb in keinerlei Widerspruch zum **Gebrauch des Präservativs (Diaphragma, Spermizid usw.)** innerhalb einer festen Partnerbeziehung. Hingegen lehnt die Stiftung jegliche Präservativwerbung, die auf Promiskuität abzielt oder Promiskuität stillschweigend unterstützt oder voraussetzt, strikte ab.

In der heutigen Gesellschaft werden die Mädchen oft nur lückenhaft über ihren Zyklus und über **alle** sich ihnen bietenden Verhütungsmethoden informiert.

In der Schweiz ist die sympto-thermale Methode von den zuständigen Gesundheitsbehörden noch nicht gebührend anerkannt, im Gegensatz zu Deutschland, wo diese Methode grossen Anklang findet. Zu diesem Erfolg hat in jüngster Zeit auch die deutsche Ärztin Elisabeth Raith-Paula mit ihrem Bestseller « Was ist los in meinem Körper ? » (Pattloch Verlag) beigetragen. Dieses Buch wurde von der Stiftung auf Französisch übersetzt und soll demnächst in Buchform erscheinen. Tatsächlich gibt es an den entsprechenden staatlichen Stellen in der Westschweiz – über die Deutschschweiz fehlen uns die Angaben – keine Sexualberaterin, die im Besitze eines CLER<sup>\*-</sup>, INER<sup>\*-</sup>, NFP<sup>\*-</sup> oder eines entsprechenden Zertifikates wäre, um dieses Wissen sach- und praxisgerecht zu vermitteln.

Immer noch hört man häufig von der grossen Unsicherheit der **Ogino- oder Temperaturmethode**, obwohl diese Methoden seit gut 20 Jahren nicht mehr unterrichtet werden. Die einschlägigen Statistiken, die man noch auf den meisten heutigen Gesundheitsportalen findet, sind deshalb völlig veraltet.

Überzeugt von der Gründlichkeit der sympto-thermalen Methode – die sich

---

\* Centre de Liaison des Equipes de Recherche, Paris ([www.cler.net](http://www.cler.net))

\* Institut für natürliche Empfängnisregelung du Prof. Rötzer, Oesterreich ([www.iner.org](http://www.iner.org))

\* Arbeitsgruppe Natürliche Familien-Planung, Bonn ([www.nfp-europe.org](http://www.nfp-europe.org))

ganz klar von den obigen beiden Methoden abgrenzt –, setzt sich Christine Bourgeois, die Herausgeberin der französischen Fassung des Rötzer-Handbuchs, seit 25 Jahren dafür ein, dieser Methode zu dem ihr gebührenden Platz zu verhelfen. In ihrem Engagement und Einsatz wird sie seit 5 Jahren von Dr. Harri Wettstein, Philosoph und Autor, aktiv unterstützt. Zusammen haben sie im Mai 2004 die neuartige Broschüre **Wenn Sex und Fruchtbarkeit Freundschaft schliessen** (Verlag SymptoTherm) herausgegeben. Sie existiert auch auf Französisch und Englisch, spricht hauptsächlich junge Frauen an und bietet das sympto-thermale Grundwissen in attraktiver, vereinfachter Form dar, aber doch in der Art, dass die Frau ihre ersten Schritte damit machen kann.

Gewiss setzt die sympto-thermale Methode ein differenziertes Wissen über den eigenen Körper voraus, sowie eine gewisse Bereitschaft zu einem andern Lebensstil und einem bewussteren und umfassenderen Zugang zum Menschsein. Die Methode kommt bei all jenen gut an, die sich nicht mit einer voreingenommenen Meinung abfinden und die bereit sind, selber Entscheidendes für ihre Gesundheit zu unternehmen.