

## IPPF – Sexuelle und reproduktive Rechte

- Jede Person hat das Recht auf selbstbestimmte Familienplanung und sichere Verhütungsmethoden.
- Niemand darf zu Sterilisation oder Schwangerschaft gezwungen werden.

(IPPF Charta, 2014)

## Tipps für dein Gespräch

- Selbstbewusst bleiben: Deine Entscheidung ist persönlich und rechtlich geschützt.
- Dein Körper, deine Wahl: Du darfst informiert und selbstbestimmt entscheiden, ohne Rechtfertigung und ohne mögliche Reue voraussehen zu müssen.
- Unterstützung holen: Beratungsstellen, Selbsthilfegruppen und unabhängige Fachpersonen können dich stärken.
- Dokumentieren lassen: Lass alle Gespräche und Beratungen schriftlich festhalten, als Absicherung für dich und als Nachweis der bereits erfolgten Auseinandersetzung mit dem Thema.

## Kontakt

[www.bewusst-steril.ch](http://www.bewusst-steril.ch)

[kontakt@bewusst-steril.ch](mailto:kontakt@bewusst-steril.ch)

Instagram: [bewusst.steril](https://www.instagram.com/bewusst.steril)



## Weitere Infos

- Mit grosszügiger Unterstützung von Selbstbestimmt steril e.V.
- Veröffentlicht: August 2025  
zul. überarbeitet: März 2026
- Erstellt von: Sandra Weber, Rahel Treyer und Sabrina Vollenweider



bewusst steril

ÜBERLEGT. INFORMIERT. SELBSTBESTIMMT.

# BEWUSST STERIL



Ein Flyer für Menschen mit Uterus,  
die sich für eine freiwillige  
Sterilisation entschieden haben –  
mit Argumenten zur Stärkung  
deiner reproduktiven Rechte



bewusst steril

## Typische Aussagen, die dir im Gespräch begegnen können

✗ „Du bist zu jung.“

- Das Alter allein sagt nichts über Urteils- oder Entscheidungsfähigkeit aus.

✗ „Erst mit Kindern kannst du das wirklich beurteilen.“

- Der Kinderwunsch ist individuell. Reproduktive Rechte beinhalten auch das Recht, kein Kind zu bekommen (IPPF Charta, 2014).

✗ „Was sagt denn Ihr Partner dazu?“

- Der Entscheid betrifft die eigene körperliche Integrität. Reproduktive Rechte sind individuelle Rechte – unabhängig von Partner\*innenschaft oder Beziehung (IPPF Charta, 2014).

✗ „Ein Leben ohne Kinder ist leer / egoistisch.“

- Solche Aussagen beruhen auf gesellschaftlichen Normen. Menschen haben das gleiche Recht auf Respekt, egal ob mit oder ohne Kinderwunsch. Mutterschaft darf nicht als gesellschaftliche Pflicht verstanden werden (IPPF Charta, 2014).

✗ „Du wirst es bereuen.“

- Eine US-Studie von Wilcox et al., 1991 zeigte: Jüngere Frauen berichteten häufiger Bedauern nach Sterilisation (4,3 % <25 Jahre vs. 1,2 % >34 Jahre). Die Autor\*innen warnten schon damals vor starren Alterslimiten und betonten die Bedeutung individueller Entscheidungsfreiheit. Zugleich entstand die Studie in einer stark patriarchal geprägten Zeit, in der Mutterschaft oft als Pflicht galt und reproduktive Rechte eingeschränkter waren als heute.

✗ „Alle Frauen wollen doch irgendwann Kinder.“

- Diese Annahme basiert auf einer gesellschaftlichen Erwartungshaltung, nicht auf Biologie (Donath, 2015). Eine deutsche Studie zeigt, dass viele Menschen mit Uterus bewusst kinderfrei leben – aus Selbstverwirklichung, Freiheitswunsch oder Schutz vor Überforderung (Heuschkel & Rahnfeld, 2023).

## Selbstbestimmte Sterilisation ist ein Menschenrecht!

## Rechtliche & ethische Grundlagen

### Schweizer Gesetz

- Nach Sterilisationsgesetz, Art. 5 ist die Sterilisation bei urteilsfähigen, volljährigen Personen zulässig – nach ärztlicher Aufklärung und schriftlicher Zustimmung der betroffenen Person.

### Medizinethische Leitlinien (FMH)

- Beratung muss neutral, sachlich und wertfrei erfolgen (FMH, 2023).
- Offizielle Aufklärungsprotokolle der SGGG (2000) sowie Leitlinien von SAMW / FMH (2025) zeigen: Sterilisation ist medizinisch und rechtlich anerkannt, solange eine urteilsfähige erwachsene Person frei und informiert einwilligt. Ein psychologisches Gutachten wird dabei nicht verlangt, auch wenn Ärzt\*innen dies teils fordern.

### Internationale

#### Menschenrechtsstandards

- Freiwillige Sterilisation fällt unter die körperliche Autonomie und das Recht auf reproduktive Selbstbestimmung.
- Zwangssterilisation ist ein Menschenrechtsverstoß (UN-Menschenrechtsrat, 2011)