

## Leben mit einem Chamäleon. Endometriose – mehr als nur Bauchschmerzen.

Johanna Helen, Shaker Media.



Persönliche Erfahrungsberichte über eine Endometriose-Erkrankung bringen oft das Problem mit sich, dass eigene Erlebnisse verallgemeinert und stark emotional aufgeladen werden, und können dadurch für auch betroffene Leserinnen bisweilen eher beängstigende als hilfreiche Lektüreerfahrungen werden. Man befürchtet das geschilderte „Schicksal“ für sich selbst.

Erfreulich, dass die deutsche Betroffene Johanna Helen mit ihrer Geschichte keinen solchen Text vorlegt. Im Gegenteil, auch wenn ihre dargestellte Krankengeschichte nicht frei ist von Rückschlägen, ihr leichter, mitunter humorvoller Tonfall macht das Leben mit Endometriose einerseits gut nachvollziehbar, vermittelt aber dennoch, dass sich auch dieses Leben sehr lohnt – und dass man als aktive, selbstbestimmte Patientin immer Wege finden kann, mit der „Endo“

auszukommen. Das schmale Büchlein liest sich flüssig und ist keine schwere, aber dennoch keine seichte Lektüre.

Abgerundet wird die subjektive Publikation von kurzen Fremdbeiträgen einiger TherapeutInnen, die verschiedene psychosoziale und alternativmedizinische Ansätze zum Umgang mit Endometriose vorstellen. Gerade für Frauen, die gerade die Diagnose erhalten haben und neben umfassenden medizinischen Informationen aus anderen Büchern zusätzlich einen authentischen und dennoch nicht verunsichernden Tatsachenbericht suchen, ist Helens Buch ein ideales Angebot.

Durch eine Kooperation mit der Autorin und dem Verlag kann das Buch direkt über folgenden Link bestellt werden, und bei der Angabe, dass man über die Endometriose Vereinigung Austria zur Bestellung gekommen ist, werden 10% des Verkaufspreises an unseren Verein gespendet:

<https://www.shaker-media.eu/de/content/bookshop/index.asp?ISBN=978-3-86858-649-7&ID=2&search=yes>

Unverbindlicher Preishinweis laut Verlag: 14,90 Euro