

Endometriose-Herde

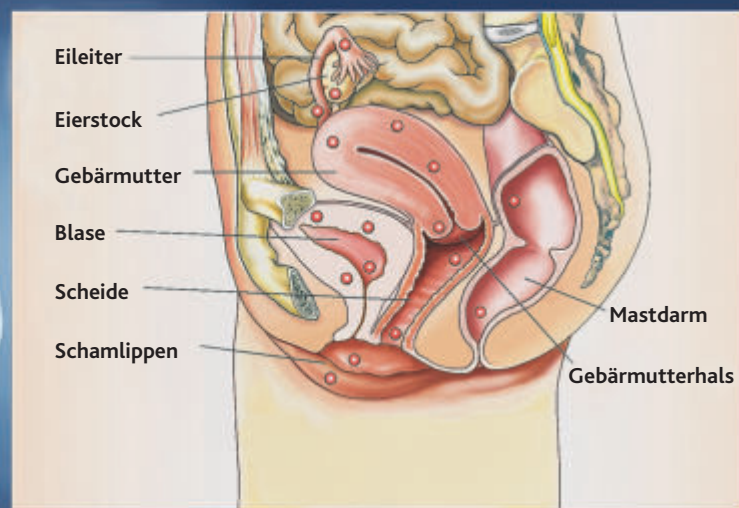


Foto: Henrie - stock.adobe.com

Das Chamäleon der Gynäkologie

Die Endometriose – eine gutartige, aber chronische Erkrankung von Frauen – präsentiert sich so vielfältig wie die Echse.

Etwa 10–15 Prozent aller Österreicherinnen sind davon betroffen. Dennoch ist das Leiden noch immer vielen nicht bekannt oder wird unterschätzt.

„Das typischste Anzeichen sind übermäßige Regelschmerzen und -blutungen“, erklärt Michaela Kahr, Obfrau-Stellvertreterin der Endometriose Vereinigung Austria e.V. (kurz EVA), die selbst daran leidet und sich nach der Diagnose alleine gelassen fühlte. Seit damals engagiert sie sich ehrenamtlich bei „EVA“, weil sie für andere da sein und ihnen den langen Weg zur Diagnose (bei ihr dauerte es 17 Jahre!) ersparen möchte.

„Nicht wenige Frauen denken noch immer, arge Beschwerden seien normal

und gehören zum Frausein dazu, obwohl sie massiv in ihrer Lebensqualität eingeschränkt sind. Wer z. B., salopp gesagt, ein halbes Packerl Schmerztabletten am Tag benötigt, um den Alltag zu bewältigen oder gar zwei Tage ganz außer Gefecht ist, sollte einen Arzt aufsuchen und sich beraten lassen!“

Endometriose kann sich aber auch durch viele andere, sehr unterschiedliche Symptome äußern – daher wird die Erkrankung als das „Chamäleon der Gynäkologie“ bezeichnet. „Dazu zählen Schmerzen beim Geschlechtsverkehr oder Stuhl- bzw. Harnabsetzen. Dahinter stecken mitunter bereits sogenannte Herde“, ergänzt die 33-jährige Oberösterreicherin.

Solche Herde können an verschiedenen Stellen im Körper (siehe Skizze oben) „auftauchen“ und bestehen aus Gewebe, das der Gebärmutter-schleimhaut sehr ähnlich ist. Sie werden ebenso meist von Hormonen gesteuert, unterliegen dem Zyklus und lösen Blutungen aus. Das Blut fließt allerdings nicht auf normalem Weg ab, was Zysten, Verwachsungen, Entzündungen und Vernarbungen verursachen kann, die zu teils sehr starken Schmerzen und in extremen Fällen auch zu Schäden in anderen Organen führen (weil die Herde etwa in das sie umgebende Gewebe einwachsen). Nicht diagnostiziert hat Endometriose daher mitunter fatale Folgen und ist sogar Grund für Fruchtbarkeitsprobleme und unerfüllten Kinderwunsch.

Welcher Arzt ist der richtige Ansprechpartner? „Wir als Selbsthilfegruppe raten unbedingt dazu einen Gynäkologen, der auf diese Erkrankung spezialisiert ist, oder ein zertifiziertes Endometriosezentrum aufzusuchen. Einen Überblick dazu geben wir unter anderem auf unserer Homepage“, so die

UNTERSTÜTZUNG FÜR BETROFFENE

Informationen zu Endometriose und deren Behandlung erhalten Betroffene bei:

EVA - Endometriose Vereinigung Austria e.V., Medizinisches Selbsthilfzentrum Wien „Martha Frühwirt“

Obere Augartenstraße 26-28, 1020 Wien
Mail: office@eva-info.at
Homepage: <http://www.eva-info.at>

Das nächste Online-Netzwerk-Treffen findet am 16.6. um 18.30h statt. Anmeldung nötig!

(eva) ENDOMETRIOSE VEREINIGUNG AUSTRIA

Obfrau-Stellvertreterin des Vereins.

Was wünschen sich Frau Kahr und ihre Mitstreiterinnen? „Mehr Weiterbildungen für Gynäkologen, damit es nicht mehr sein kann, dass diese Patientinnen nicht ernst genommen werden. Außerdem Unterstützung bzw. Übernahme von Kosten für Medikamente, Physiotherapie, Osteopathie, Akupunktur etc. Denn die Behandlung von Endometriose ist teuer! Wichtig wäre zudem die Einführung einer speziell auf die Erkrankung abgestimmten Kur bzw. Reha. Nicht zuletzt erhoffen wir uns bessere und frühere Aufklärung an Schulen.“

Mag. Monika Kotasek-Rissel

Starke Regelschmerzen sind nicht ‚normal‘ oder gehören zum Frausein dazu. Vom Spezialisten abklären lassen!

Michaela Kahr, Obfrau-Stellvertreterin der Endometriose Vereinigung Austria e.V. (EVA)



DR. ALEXANDRA FUCHS-SAMITZ

Phyto-Wissen
aktuell

Kürbis stellt eine Hilfe aus der Natur dar, wenn die Blase Schwäche zeigt. Auch Training des Beckenbodens wirkt.

Blasenschwäche darf kein Tabuthema sein! Als Urologin beschäftige ich mich seit mehr als 20 Jahren mit der Inkontinenz bei Frau, Mann und Kind. Häufig wird dieser Begriff mit hohem Alter in Verbindung gebracht. Tatsächlich tritt gerade unfreiwilliger Harnverlust aber oft schon in der Lebensmitte auf, häufig bei Frauen ab 40.

Nur nicht damit abfinden!

Mit diesem Leiden muss man aber nicht leben. Basis für Hilfe stellt jedoch rechtzeitige Abklärung dar, um die Ursache herauszufinden. Das ist der erste Schritt zu einer erfolgreichen Therapie. Häufigste Formen bei den Damen sind die Stress- und Dranginkontinenz.

Unter Stressinkontinenz versteht man den unfreiwilligen Harnverlust durch Druck bzw. Belastung auf die Blase und den Beckenboden. Etwa beim Husten, Niesen, Lachen, Heben von schweren Lasten oder in schweren Fällen schon beim Aufstehen. Die Gründe dafür liegen sowohl im hypotonen (=schlaffen) sowie im hypertonen (=unbeweglichen) Beckenboden. In Mitleidenschaft gezogen wird dieser durch Schwangerschaften, schwere kör-

Aktiv gegen Harnverlust



perschaftlichen Studien hat sich bei sehr guter Verträglichkeit die stärkende und beruhigende Wirkung auf den Beckenboden und auf die Blasenmuskulatur bestätigt. Nach meiner Erfahrung werden dadurch die Inkontinenzepisoden weniger, der nächtliche Harndrang verringert sich. Der Europäische Dachverband für Pflanzenheilkunde (ESCOP) empfiehlt eine tägliche Einnahme von 10 bis 20 g Kürbiskernen oder entsprechender Extrakte. Jedoch erspart die Einnahme nicht die Auseinandersetzung mit dem eigenen Beckenboden!

Dr. Alexandra Fuchs-Samitz
Fachärztin für Urologie und Andrologie in Klagenfurt
00463/507992
office@kaerntnerurologie.at

Plötzlich schießt der Drang ein, die Toilette aufzusuchen.

perliche Arbeit und Übergewicht. Der unbewegliche Beckenboden entsteht durch jahrelange Zurückhaltemanöver, keine Regelmäßigkeit beim täglichen WC-Gang und zu wenig Flüssigkeitszufuhr.

Dranginkontinenz zeichnet sich durch befehlsartig einschließenden Harndrang aus. Die Blase beginnt zu rinnen und will häufiger als sonst entleert werden: sowohl am Tag als auch nachts. Unterwegs beginnt die quälende Suche nach der Toilette, die gestörte Nachtruhe führt zu Übermüdung und Nervosität.

Pflanzenkraft unterstützt die Therapie

Daher geht mein Behandlungskonzept zurück zu den Ursprüngen. Wir arbeiten mit Beckenboden- und Drangtraining, unterstützt durch Strombehandlung. Hier wird auch Phytotherapie eingebunden. Ein Schwerpunkt liegt beim Kürbis. Vor allem der Steirische Ölkürbis ist seit über 100 Jahren einschlägig bewährt. In vielen wis-

ANZEIGE

Dr. Böhm®

ALLES FÜR MEINE
STARKE BLASE




Tabuthema Blasenschwäche – Schluss damit!

Fast jede vierte Frau ist von Harndrang und unfreiwilligem Harnabgang etwa beim Sport, Lachen oder Husten betroffen.

Betroffene und Gynäkologen vertrauen auf **Dr. Böhm® Kürbis für die Frau**. Der hochkonzentrierte Extrakt aus steirischen Kürbiskernen unterstützt Blase und Beckenboden.

Qualität aus Österreich  Dr. Böhm® – Die Nr. 1 aus der Apotheke