

# REINE FRAUENSACHE

Es gibt Schmerzen, die sind typisch weiblich. Was dann hilft? Der Experte von BUNTE Gesundheit erklärt, wie sich die fünf häufigsten Leiden behandeln lassen

## Menstruationsbeschwerden

■ Vor allem in den ersten ein bis zwei Tagen der Regelblutung haben viele Frauen Schmerzen im Bauch oder Rücken, die bis in die Beine ziehen können. Das hilft Gynäkologe **Dr. Thomas Füger** empfiehlt: „Mit einer Wärmflasche auf dem Bauch entspannen, das entkrampft die Muskulatur. Auch pflanzliche Extrakte wie Mönchspfeffer oder Frauenmantel können die Beschwerden lindern, denn sie wirken ausgleichend auf den Hormonhaushalt.“ Allerdings müssen die Präparate über einen längeren Zeitraum regelmäßig eingenommen werden, damit sie ihre volle Wirkung entfalten können. Starke Bauchkrämpfe lindert der Wirkstoff Butylscopolamin schnell.



**NUR EIN MYTHOS**  
Dass sich der Zyklus guter Freundinnen mit der Zeit synchronisiert, ist wissenschaftlich unbestätigt



**DR. THOMAS FÜGER** ist ärztlicher Leiter des MIC-Zentrum am Englischen Garten in der Frauenklinik Dr. Geisenhofer in München und unter anderem Spezialist für Endometriose

## Myome

■ Die bis zu zehn Zentimeter großen Muskelknoten sind meist gutartig. Sie entstehen unter Östrogen-Einfluss. „Neben hormonellen Gründen spielen aber auch erbliche Faktoren eine Rolle“, sagt Dr. Füger. Behandelt werden muss z. B., wenn Schmerzen und Menstruationsstörungen mit starken Blutungen oder Zwischenblutungen auftreten. Das hilft Die Wahl der Therapie hängt von Symptomen, Größe des Myoms und Lebenssituation der Patientin ab. „Besteht kein Kinderwunsch mehr, hat sich neben einer minimalinvasiven OP in ausgewählten Fällen z. B. die Behandlung mit dem fokussierten Ultraschall oder die Embolisation bewährt“, erklärt Füger.

## Endometriose

■ „80 Prozent der Frauen mit starken Regelschmerzen leiden an versprengter Gebärmutter-schleimhaut“, sagt Dr. Füger. Die Schmerzen strahlen oft in Beine oder Rücken aus. Manchmal kommt es zu Darmbeschwerden. Das hilft Eine Bauchspiegelung. „Bei diesem Eingriff lässt sich die Endometriose diagnostizieren, gleichzeitig kann man fast immer alle Herde entfernen“, so Füger. Dabei ist die Expertise des Operateurs gefragt. Deshalb am besten in ein Endometriose-Zentrum gehen. Eine anschließende hormonelle Behandlung (z. B. Antibabypille) kann beschwerdefrei halten, bis die Endometriose in den Wechseljahren von allein verschwindet.

## Eierstockentzündung

■ Häufige Symptome bei einer Entzündung der Eileiter und/oder Eierstöcke sind zyklusabhängige Schmerzen im Unterbauch. „Hinzu können Fieber und ein schweres Krankheitsgefühl kommen“, erklärt Dr. Füger. „Meistens sind sexuell übertragbare Bakterien die Ursache, am häufigsten Chlamydien.“ Ohne rechtzeitige Therapie droht Unfruchtbarkeit. Das hilft Zuerst muss der Krankheitserreger per Abstrich oder im Blutserum bestimmt werden. „Kennt man das Bakterium, stimmt man die Therapie mit Antibiotika entsprechend darauf ab.“ Nach Erfahrung des Münchner Gynäkologen klingt die Entzündung dann innerhalb weniger Tage ab.

## Gebärmutterabsenkung

■ Meist betrifft sie Frauen ab 40, 45 Jahren, die mehrere Kinder geboren haben und deren Beckenboden deshalb geschwächt ist. Dabei kann es u. a. zu starken chronischen Schmerzen kommen, die in die Oberschenkel und Leistenregion ausstrahlen. Das hilft „Nach Behandlungsversuchen mit Beckenbodengymnastik letztlich nur eine Operation“, sagt Dr. Füger. Doch er beruhigt sofort: „In aller Regel wird sie minimalinvasiv durch die Scheide oder die Bauchdecke durchgeführt.“ Das heißt, es gibt keine sichtbaren Schnitte, die Patientin kann die Klinik nach drei, vier Tagen verlassen. Die Wahl der Operationsmethode hängt vom Ausmaß der Absenkung ab.