

Was tun bei

## Endometriose

**Starke Regelschmerzen, Blutungsstörungen und ungewollte Kinderlosigkeit – das sind nur drei der Beschwerdebilder bei Endometriose, einer gesellschaftlich eher unbekanntem, aber doch weitverbreiteten Krankheit. Zehn bis 15 Prozent der Frauen zwischen der Pubertät und den Wechseljahren sind davon betroffen, in Österreich sind es nach Angaben der Endometriose Vereinigung Austria etwa 150.000 Mädchen und Frauen.**

Als Endometriose wird das Vorkommen gebärmutterschleimhautartiger Zellverbände außerhalb der Gebärmutterhöhle bezeichnet. „Diese Herde können sich in verschiedenen Bereichen des Bauchraums, wie zum Beispiel dem Bauchfell, am inneren Genitale, der Blase, dem Darm, oder ausnahmsweise sogar außerhalb des Bauchraums ansiedeln“, erklärt Hannes Schneiderbauer, Gynäkologe am Klinikum Wels-Grieskirchen. „Genau wie Zellen innerhalb der Gebärmutterhöhle sind die Zellverbände dem Einfluss von Hormonen unterworfen und können Blutungen auslösen. Als Folge können auch Verwachsungen, Vernarbungen und Entzündungen auftreten.“ Die dadurch entstehenden Beschwerden äußern sich vor allem durch Schmerzen, etwa vor und während der Menstruation, bei und nach dem Geschlechtsverkehr oder der Blasen- und Darmentleerung.

### Diagnosestellung

Krankheitssymptome und Lokalisation der Endometrioseherde können von Frau zu Frau individuell auftreten. „Die Diagnosestellung ist deshalb nicht einfach“, erläutert Spezialist Schneiderbauer. „Bis zum Einleiten einer konkreten Therapie vergehen oft Jahre, in welchen

sich das Krankheitsbild oft verschlechtert.“ Eindeutig kann die Diagnose nur über eine Gewebsprobe, welche durch einen operativen Eingriff erfolgt, gestellt werden. Erfahrene Fachärzte erörtern aber bereits im Vorfeld Verdachtsfälle durch eine ausführliche Anamnese, Tastuntersuchungen und bildgebende Verfahren, wie Ultraschall oder MRT. Die Ergebnisse sind richtungsweisend für medikamentöse bzw. operative Therapieoptionen.

### **Therapiemöglichkeiten**

Mithilfe einer medikamentösen Behandlung kann die körpereigene Produktion von Östradiol, dem wichtigsten weiblichen Geschlechtshormon, unterdrückt werden – dadurch wird auch das Wachstum der Endometriose eingeschränkt.

Auch die richtige Ernährung kann positiven Einfluss auf die Symptomatik haben. Da etwa im Fettgewebe extraovarielles Östrogen produziert wird, empfehlen Experten vor allem bei Kinderwunsch das Einhalten des Normalgewichts. Unterstützend können komplementäre Therapien das Wohlbefinden der Patientinnen fördern – dazu zählen zum Beispiel Behandlungsmethoden der Traditionellen Chinesischen Medizin, andere Naturheilverfahren oder etwas auch Entspannungstechniken.

### **Ernährungstipp bei Endometriose aus der Klinikum-Diätologie:**

Lebensmittel mit hohem Anteil an ungesättigten Fettsäuren (Omega-3) wirken entzündungshemmend. Bevorzugen Sie pflanzlich qualitativ hochwertige Öle, wie zum Beispiel Lein- und Walnussöl, und Fisch, etwa Lachs, Makrele und Thunfisch. Achten Sie auf ein Körpergewicht im Normbereich! Magnesiumreiche Lebensmittel, wie Vollkornprodukte, Weizenkleie und Reis, während der Menstruation wirken krampflindernd und verbessern die Symptome.

### **Weiterführende Informationen:**

Endometriose ist eine östrogenabhängige, gutartige, aber chronische Erkrankung bei Frauen im fortpflanzungsfähigen Alter. Endometriose findet sich bei

- Frauen mit Unterleibsschmerzen in bis zu 45 bis 80 Prozent
- Frauen mit Sterilität in bis zu 20 bis 48 Prozent
- jungen Frauen (unter 22 Jahren) mit chronischen Unterbauchschmerzen, die nicht auf eine Schmerztherapie ansprechen in ca. 70 Prozent
- allen gynäkologischen Bauchspiegelungen in bis zu 53 Prozent

- Laparoskopien bei Kinderwunschpatientinnen in 30 bis 50 Prozent

Die Beschwerdebilder sind vielfältig:

- zyklische Unterbauchschmerzen
- Menstruationsschmerzen
- Blasen- und Darmkrämpfe
- Schmerzen bei Blasen- und Darmentleerung sowie bei Darmbewegungen
- zyklische Blutungen aus Blase oder Darm
- ungewollte Kinderlosigkeit
- Müdigkeit und Erschöpfung
- Erhöhte Infektanfälligkeit während der Menstruation
- vermehrtes Auftreten von Allergien und anderen Autoimmunerkrankungen

### **Veranstaltungstipp**

Die Frauengesundheit steht im Zentrum des „Klinikum Wissensforum Fokus: Frau“ am 15. Februar 2018 um 18 Uhr. Erfahren Sie mehr zu innovativen Therapien und Prävention von Brust- oder Unterleibskrebs, Osteoporose, Inkontinenz, Endometriose und Schilddrüsenerkrankungen. Im Anschluss an Impulsvorträge und Expertentalk erwarten die Besucher individuelle Beratungen durch die Spezialisten der Zentren für Brustgesundheit, gynäkologische Tumore und Beckenboden sowie der Physiotherapie, Psychoonkologie und Diätologie. Mehr Information zur Veranstaltung finden Sie unter [www.klinikum-wegr.at](http://www.klinikum-wegr.at).

### **Bilder und Statements:**

**Bild:** KWG\_Schneiderbauer\_Hannes\_Dr\_Frauen.jpg, © Klinikum Wels-Grieskirchen

**Bildtext:** Dr. Hannes Schneiderbauer, Abteilung für Frauenheilkunde und Geburtshilfe, Klinikum Wels-Grieskirchen

*„Endometriose kann sich in verschiedenen Bereichen des Bauchraums, wie zum Beispiel dem Bauchfell, am inneren Genitale, der Blase, dem Darm, oder ausnahmsweise sogar außerhalb des Bauchraums ansiedeln.“*

*„Genau wie Zellen innerhalb der Gebärmutterhöhle sind die Zellverbände dem Einfluss von Hormonen unterworfen und können Blutungen auslösen. Als Folge können auch Verwachsungen, Vernarbungen und Entzündungen auftreten.“*

*„Die Diagnosestellung ist nicht einfach. Bis zum Einleiten einer konkreten Therapie vergehen oft Jahre, in welchen sich das Krankheitsbild oft verschlechtert.“*

### **Das Klinikum Wels-Grieskirchen – [www.klinikum-wegr.at](http://www.klinikum-wegr.at)**

Das größte Ordensspital Österreichs ist eine Institution der Kongregation der Barmherzigen Schwestern vom heiligen Kreuz und der Franziskanerinnen von Vöcklabruck. Mit rund 30 medizinischen Abteilungen, 1.227 Betten und rund 3.700 Mitarbeitern leistet das Klinikum Wels-Grieskirchen umfassende medizinische Versorgung in Oberösterreich. Rund 88.000 Patienten werden hier jährlich stationär behandelt. Aufgrund seiner zahlreichen Schwerpunkte und Kompetenzzentren bündelt das Klinikum fachübergreifendes Know-how und ermöglicht interdisziplinäre Diagnosen und Behandlungen zum Wohle der Patienten.

#### **Pressekontakt Klinikum Wels-Grieskirchen**

Mag. Kerstin Pindeus, MSc, A-4600 Wels, Grieskirchner Straße 42,

Tel: +43 7242 415 - 93772, Mobil: +43 699 1416 3772

E-Mail: [kerstin.pindeus@klinikum-wegr.at](mailto:kerstin.pindeus@klinikum-wegr.at)