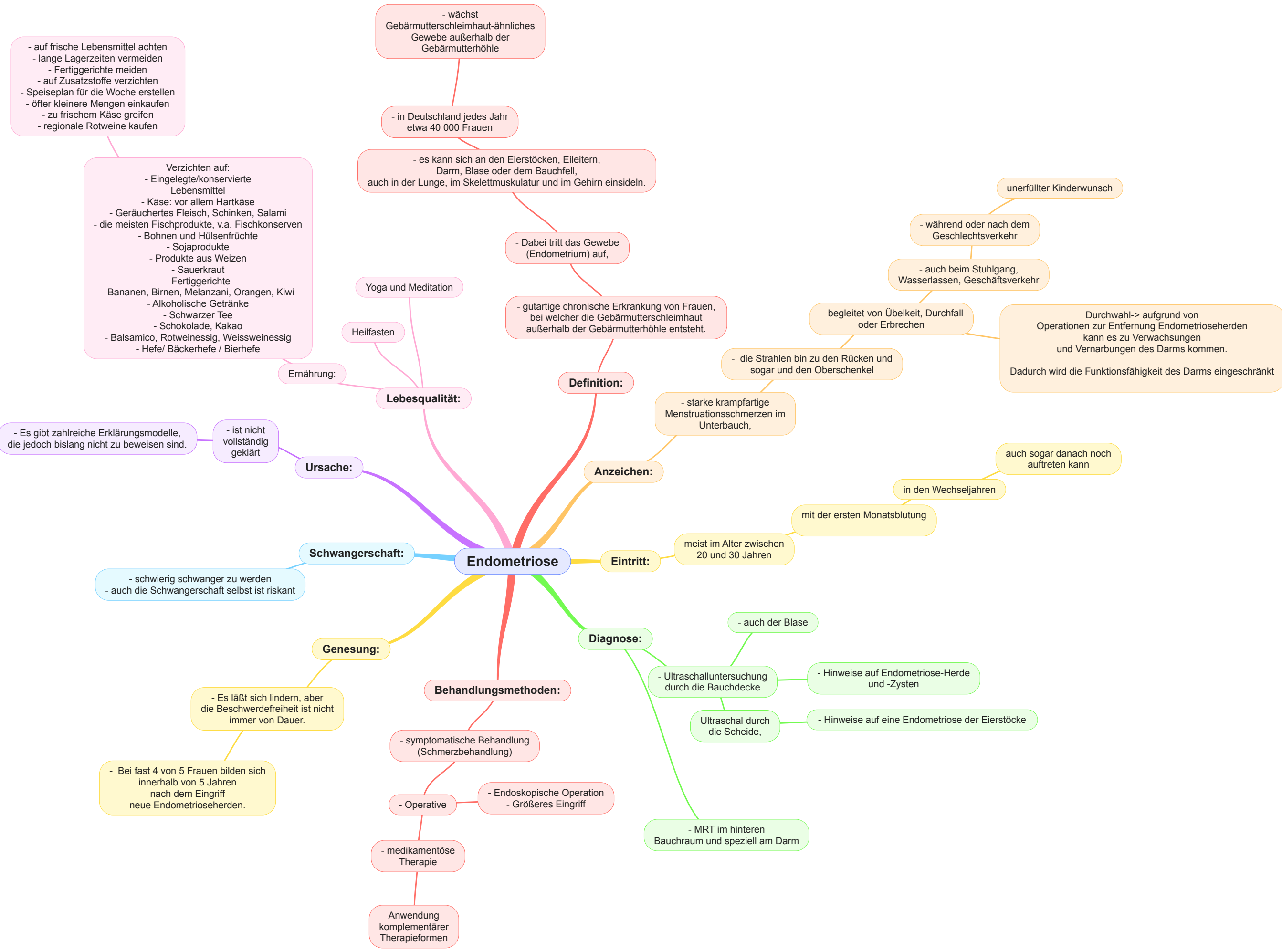


Endometriose



- wächst Gebärmutter-schleimhaut-ähnliches Gewebe außerhalb der Gebärmutterhöhle

- in Deutschland jedes Jahr etwa 40 000 Frauen

- es kann sich an den Eierstöcken, Eileitern, Darm, Blase oder dem Bauchfell, auch in der Lunge, im Skelettmuskulatur und im Gehirn einsideln.

- Dabei tritt das Gewebe (Endometrium) auf,

- gutartige chronische Erkrankung von Frauen, bei welcher die Gebärmutter-schleimhaut außerhalb der Gebärmutterhöhle entsteht.

Definition:

Anzeichen:

- starke krampfartige Menstruationsschmerzen im Unterbauch,

- die Strahlen bin zu den Rücken und sogar und den Oberschenkel

- begleitet von Übelkeit, Durchfall oder Erbrechen

- während oder nach dem Geschlechtsverkehr

- auch beim Stuhlgang, Wasserlassen, Geschäftsverkehr

- unerfüllter Kinderwunsch

Durchwahl-> aufgrund von Operationen zur Entfernung Endometrioseherden kann es zu Verwachsungen und Vernarbungen des Darms kommen. Dadurch wird die Funktionsfähigkeit des Darms eingeschränkt

Eintritt:

meist im Alter zwischen 20 und 30 Jahren

mit der ersten Monatsblutung

in den Wechseljahren

auch sogar danach noch auftreten kann

Diagnose:

- Ultraschalluntersuchung durch die Bauchdecke

- Hinweise auf Endometriose-Herde und -Zysten

- auch der Blase

Ultraschal durch die Scheide,

- Hinweise auf eine Endometriose der Eierstöcke

- MRT im hinteren Bauchraum und speziell am Darm

Behandlungsmethoden:

- symptomatische Behandlung (Schmerzbehandlung)

- Operative

- Endoskopische Operation - Größeres Eingriff

- medikamentöse Therapie

Anwendung komplementärer Therapieformen

Schwangerschaft:

- schwierig schwanger zu werden
- auch die Schwangerschaft selbst ist riskant

Ursache:

- ist nicht vollständig geklärt

- Es gibt zahlreiche Erklärungsmodelle, die jedoch bislang nicht zu beweisen sind.

Lebensqualität:

Ernährung:

Heilfasten

Yoga und Meditation

Verzichten auf:
- Eingelegte/konservierte Lebensmittel
- Käse: vor allem Hartkäse
- Geräuchertes Fleisch, Schinken, Salami
- die meisten Fischprodukte, v.a. Fischkonserven
- Bohnen und Hülsenfrüchte
- Sojaprodukte
- Produkte aus Weizen
- Sauerkraut
- Fertiggerichte
- Bananen, Birnen, Melanzani, Orangen, Kiwi
- Alkoholische Getränke
- Schwarzer Tee
- Schokolade, Kakao
- Balsamico, Rotweinessig, Weissweinessig
- Hefe/ Bäckerhefe / Bierhefe

- auf frische Lebensmittel achten
- lange Lagerzeiten vermeiden
- Fertiggerichte meiden
- auf Zusatzstoffe verzichten
- Speiseplan für die Woche erstellen
- öfter kleinere Mengen einkaufen
- zu frischem Käse greifen
- regionale Rotweine kaufen

Genesung:

- Es lässt sich lindern, aber die Beschwerdefreiheit ist nicht immer von Dauer.

- Bei fast 4 von 5 Frauen bilden sich innerhalb von 5 Jahren nach dem Eingriff neue Endometrioseherden.