

**Expertenchat vom 05.07.2021 zum Thema:
Frauensache Regelschmerzen**

Expertin: Prof. Dr. Amadeus Hornemann

Frage von Gast:

Hallo, ich habe eine Frage zu diesem Thema. Kann eine Gebärmutter Entfernung hilfreich sein, die Endometriose Beschwerden los zu werden? Anstatt sich regelmäßig einer OP zu unterziehen um die Herde entfernen zu lassen? Viele Grüße Michaela Dörr

Antwort:

Eine Gebärmutterentfernung würde zwar die Probleme weitgehend lösen können. Dennoch sollte dieser Schritt sehr gut überlegt sein. Es kommt in jedem Fall auf Ihre individuelle Situation an (Alter, Familienplanung etc.)

Frage von Gast:

Ich bin 49 Jahre alt, habe Migräne und Endometriose. Visanne hat jahrelang die Blutung unterdrückt, funktioniert nun aber ebenso wenig wie Maxim. Deshalb wurde die Spirale Mirena eingesetzt. Wodurch ich jedoch fast einen Dauerkopfschmerz bekam. Die Mirena wurde nach ca. 2 Monaten wieder durch eine Menstruation ausgespült. Wie groß sind meine Chancen die Blutung durch eine andere Spirale zu unterdrücken? Welche Spirale empfehlen Sie?

Antwort:

Sie beschreiben einen Dauerkopfschmerz mit der Hormonspirale. Außerdem wurde diese "herausgespült". Bei einer anderen Spirale würde die Situation sehr ähnlich aussehen. Sind Sie schon einmal operiert worden? Vielleicht könnte mit einer Bauchspiegelung und Sanierung der Endometriose Linderung geschaffen werden. Da Sie zudem Migraine haben, wäre in Ihrem Fall ggf. auch eine Hysterektomie zumindest zu erwägen.

Frage von Gast:

Was können Ursachen für eine Endometriose sein?

Antwort:

Die Gebärmutter Schleimhaut wird Endometrium genannt. Sie wird jeden Monat durch Hormoneinwirkung verändert (wird dicker, blutet ab etc.). Diese Schleimhaut kann über die Eileiter auch in den Bauchraum gelangen und dort anwachsen. Wächst die Schleimhaut dort durch die Hormoneinwirkung, führt das zu Spannungen und entsprechenden Schmerzen. Warum Endometrium nur bei manchen Frauen im Bauchraum auftritt und zu Endometriose führt ist nicht bekannt.

Frage von Gast:

Hallo Herr Prof. Dr. Hornemann, ist es möglich, dass eine Endometriose mit dem Absetzen der Pille zu tun haben kann?

Antwort:

Wenn Sie die Pille durchgehend einnehmen, findet keine Menstruation statt und entsprechend kann die Gebärmutter Schleimhaut nicht in den Bauchraum gelangen. Das würde vor Endometriose schützen. Das Absetzen der Pille alleine führt allerdings nicht automatisch zum Auftreten von Endometriose. Ich würde hier eher eine Co-Inzidenz sehen.

Frage von Gast:

Guten Tag, ich bin zufällig auf den Chat gestoßen da ich akut nach einem Endometriose Spezialisten suche. Ich habe im März 2019 aufgehört mit der Pille zu verhüten. Seither bin ich nicht schwanger geworden und meine Regelbeschwerden haben sich von Zyklus zu Zyklus verschlimmert. Auch mit Pille habe ich starke Krämpfe gehabt, aber aktuell ist es teilweise so dass ich nicht aufstehen kann. Ich liege seit 3.30 Uhr wach, hatte Durchfall, starke Krämpfe und Rückenschmerzen bis jetzt. Die Schmerztabletten zeigen heute keine Wirkung und es macht mir gerade große Angst.

Antwort:

In einem solchen Fall ist es gut, wenn Sie sich bei Ihrem Gynäkologen vorstellen. Eventuell müsste einmal eine Bauchspiegelung erfolgen, damit Endometriose sicher diagnostiziert werden und dabei auch saniert werden kann.

Frage von Gast:

Sind Regelschmerzen eigentlich normal? Woher kommen sie?

Antwort:

Regelschmerzen sind bei so vielen Frauen vorhanden, dass man sie als normal bezeichnen kann. Sie kommen am ehesten davon, dass sich die Gebärmutter zusammenzieht, um die Schleimhaut abzustößen (Menstruation). Dieses Zusammenziehen kann man als Krämpfe bzw. sogar teilweise wehenartige Schmerzen bezeichnen.

Frage von Gast:

Ich nehme regelmäßig Buscopan Plus und Ibuprofen, bin aber jedes mal völlig k.o. Welche Alternativen gibt es?

Antwort:

Häufig hilft es Frauen, wenn Sie mit Schmerzmitteln bereits vor Eintreten der Menstruation beginnen. Damit verhindern sie die Sensibilisierung der Schmerzrezeptoren und oftmals ist eine effektiver Linderung der Schmerzen möglich. Ansonsten sollten Sie vielleicht einmal ein anderes Schmerzmittel ausprobieren.

Frage von Gast:

Guten Abend, kurz zu mir: Ich bin 34 Jahre mit Kinderwunsch ca. ab in 1 Jahr, da es im Moment noch nicht gut passt. Bei mir wurde kürzlich in einem Endometriosezentrum eine Verdachtsdiagnose festgestellt mit folgenden Optionen: 1) Hormonbehandlung, 2) OP (inkl. Risikohinweise, dass z.B. Eileiter etc. verletzt werden könnten) 6 Monate Hormonbehandlung, 3) schwanger werden bei Erfolg mit Hoffnung auf Umstellung des Hormonhaushalts oder bei Nicht-Erfolg OP. Zu meinen Fragen: Wie bewerten Sie die o.g. Optionen und zu welcher würden Sie raten? Ist es sinnvoll, jetzt noch die Pille wieder zu nehmen, wenn man ab ca. in einem Jahr einen Kinderwunsch hat? Wie hoch ist das Risiko bzw. die Wahrscheinlichkeit, dass bei einer OP z.B. die Eileiter o.ä. verletzt werden und man dadurch unfruchtbar wird? Wie hoch ist die Wahrscheinlichkeit einer Unfruchtbarkeit durch Endometriose, wenn man nichts unternimmt (z.B. unter der Annahme, man lässt nach Verdachtsdiagnose ein weiteres Jahr vergehen)? Und: Gibt es aufgrund einer mgl. Endometriose ein höheres Risiko für eine Thrombose, eine erhöhte Wahrscheinlichkeit auf Unfruchtbarkeit oder andere Risiken im Kontext einer Covid-Impfung? Haben Sie vielen Dank vorab! Herzliche Grüße

Antwort:

Das sind viele Fragen auf einmal. Daher nur Stichworte. Die Optionen entsprechen den allgemeinen Empfehlungen. Eine klare Empfehlung hängt von Ihrer Situation ab. OP zur Schaffung von Klarheit ist sicher nicht verkehrt. "Die Pille" ist bei Kinderwunsch nicht verkehrt und gerade wenn Sie noch ca. 1 Jahr warten möchten, kann ich das befürworten. Unfruchtbar durch die OP: extrem unwahrscheinlich Unfruchtbarkeit durch Endometriose hängt von der Lokalisation ab, ist aber an sich ist nicht zu erwarten. Endometriose macht keine Thrombose Unfruchtbarkeit: Siehe oben Risiken Endometriose und Covid-Impfung: dazu kenne ich keine Daten.

Frage von Gast:

Kann Endometriose genetisch bedingt sein?

Antwort:

Es gibt familiäre Häufungen. Dennoch ist mir eine Genetik diesbezüglich nicht bekannt

Frage von Gast:

Ich habe ab einem Alter von 12 Jahren (für ca. 12 Jahre) mit sehr starken Regelschmerzen zu kämpfen gehabt. Sind diese im Zusammenspiel mit Durchfall, Rückenschmerzen, Hitzewallungen, Übelkeit etc. Immer ein deutliches Anzeichen für Endometriose? Oder gibt es noch andere Ursachen für solche heftigen Begleiterscheinungen?

Frage von Gast:

was empfehlen Sie, um Regelschmerzen zu lindern?

Antwort:

Das kommt auf die Stärke der Beschwerden an. Buscupan ist zunächst sicher das Mittel der ersten Wahl. Ansonsten empfiehlt es sich, mit beispielsweise Ibuprofen bereits vor Beginn der Regelschmerzen anzufangen (Siehe oben)

Frage von Gast:

Hallo Herr Prof. Hornemann, ich leide unter Endometriose und habe einen starken Kinderwunsch. Ich bin bereits darüber aufgeklärt worden, dass eine Schwangerschaft durch Endometriose erschwert werden kann. Würden Sie generell dazu raten, die Endometriose operativ behandeln zu lassen? Könnte dies die Wahrscheinlichkeit einer Schwangerschaft steigern?

Antwort:

Ich würde zu einer minimal-invasiven Operation raten. Damit kann eine Endometriose sicher diagnostiziert und ggf. direkt behandelt werden. Auch könnte zeitgleich die Durchlässigkeit der Eileiter überprüft werden.

Frage von Gast:

Kann Endometriose den Schwangerschaftsverlauf gefährden?

Antwort:

Nein. Endometriose ist hormonabhängig. Wenn Sie bereits schwanger sind, ist Endometriose nicht aktiv.

Frage von Gast:

Ich habe Endometriose und Migräne. Welche Hormon-Spirale würden Sie empfehlen?

Antwort:

Wenn Sie ausgeprägte Migräne haben, ist eine Hormonspirale nicht indiziert. Auch bei nur dezenter Migräne gibt es allerdings ebenfalls keine klare Empfehlung. Ist die Endometriose denn durch eine Operation nachgewiesen? Vielleicht wäre das ansonsten der erste Schritt.

Frage von Gast:

Eine Hysterektomie (Gebärmutterentfernung) kommt für mich nicht in Frage. Der Endometriose-Herd sitzt auch nicht dort. Welche Hormon-Spirale wird bei Migräne empfohlen?

Antwort:

Keine. Sie könnten aber mit einer niedrig dosierten reinen gestagenhaltigen Pille ausprobieren, ob Sie diese vertragen. Wenn ja, könnte man eine Hormonspirale ausprobieren.

Frage von Gast:

Was ist eine Hysterektomie?

Antwort:

Entfernung der Gebärmutter

Frage von Gast:

Hallo :) ich bin 21 Jahre alt und hatte schon 5 oder 6 mal sehr extreme Schmerzen am ersten Tag meiner Periode. Ich konnte nicht mehr denken, habe auch vergessen was in der Zeit passiert ist, in der ich diese Schmerzen hatte und konnte weder stehen noch liegen oder sitzen, mir war extrem schlecht und im Minutentakt sehr heiß und dann wieder extrem kalt. Beim letzten Mal als es so schlimm war habe ich 1 Stunde bevor es angefangen hat sogar eine Dolormin für Frauen genommen, was nichts half, da es eine Stunde später los ging und genauso schlimm war wie die paar Male davor. Meine Frauenärztin sagte mir, dass das normale Periodenschmerzen sein können, da manche das eben so stark haben aber ich bin mir unsicher, weil ich es komisch finde, dass Periodenschmerzen fast bis zur Bewusstlosigkeit führen. Sind meine Gedanken berechtigt?

Antwort:

Stellen Sie sich am besten einmal in einer Klinik mit Spezialisierung für Endometriose vor (Google nach Endometriosezentrum fragen). Wenn Sie so ausgeprägte Schmerzen haben, wäre ggf. einmal eine Bauchspiegelung zur Klärung notwendig. Sollte tatsächlich Endometriose vorliegen, wäre dann eine weitere Behandlung (meistens durch Hormone, also "die Pille") möglich.

Frage von Gast:

Novaminsulfon wirkt bei meinen Endometriose-Schmerzen besonders gut. Würden Sie dies allgemein empfehlen?

Antwort:

Novaminsulfon ist ein sehr starkes Schmerzmittel. Wenn Sie damit allerdings gut zurecht kommen und es immer nur bei der Menstruation anwenden, ist es gerechtfertigt. Wenn schwächere Medikamente ebenfalls helfen (z.B. Paracetamol oder Ibuprofen), würde ich allerdings zunächst diese anwenden.

Frage von Gast:

Guten Abend, ich habe einen unregelmäßigen Zyklus, starke Regelschmerzen habe ich zwar nicht, jedoch enorme Schmerzen beim Geschlechtsverkehr. Könnte dies im Zusammenhang mit Endometriose stehen?

Antwort:

Das wäre eher ungewöhnlich, da Endometriose vor allem mit Schmerzen bei der Menstruation zusammenhängt.

Frage von Gast:

Ist es sinnvoll bei Verdachtsdiagnose auf Endometriose, jetzt noch die Pille (wieder) zu nehmen, wenn man ab ca. in einem Jahr einen Kinderwunsch hat (bin 34)?

Antwort:

Das habe ich in einer anderen Frage bereits beantwortet. Wenn Sie sehr starke Schmerzen bei der Menstruation haben, würde ich es befürworten.

Frage von Gast:

Wie hoch ist das Risiko bzw. die Wahrscheinlichkeit, dass bei einer OP z.B. die Eileiter o.ä. verletzt werden und man dadurch unfruchtbar wird?

Antwort:

Das ist nicht zu erwarten

Frage von Gast:

Wie hoch ist die Wahrscheinlichkeit einer Unfruchtbarkeit durch Endometriose, wenn man nichts unternimmt (z.B. unter der Annahme, man lässt nach Verdachtsdiagnose ein weiteres Jahr vergehen)?

Antwort:

Es kommt darauf an, wo die Endometriose ist. Im Bereich der Eierstöcke wäre eine direkte Operation empfehlenswert

Frage von Gast:

Durch ein MRT wurde zufällig Endometriose diagnostiziert. Ich habe keine Symptome, die darauf deuten und der Kinderwunsch wurde auch sehr schnell erfüllt. Ich frage mich ob es wirklich Endometriose ist.

Antwort:

Ich operiere viele Frauen wegen anderer Beschwerden und entdecke manchmal zufällig Endometriose. Ohne Beschwerden würde ich an Ihrer Stelle abwarten und eine Kontrolle bei Ihrem Frauenarzt vereinbaren. MRT ist kein gutes Instrument für den Nachweis von Endometriose. Ultraschall ist dafür deutlich besser geeignet.

Frage von Gast:

Ich leide unter starken Unterleibskräften die mich teilweise arbeitsunfähig machen da mein Kreislauf Probleme bereitet, habe viele kleine Zysten im Unterleib und leide unter Akne . Gibt es außer der Pille eine Lösung für mich?

Antwort:

Man könnte mit einer Bauchspiegelung die kleinen Zysten in den Eierstöcken entfernen. Häufig hilft das gegen Ihre geschilderten Beschwerden. Ansonsten würde ich Ihnen aber auch (zumindest eine Zeitlang) eine "Pille" empfehlen.

Frage von Gast:

Was wird konkret bei einer OP/Sanierung gemacht?

Antwort:

Das hängt vom Ausmaß der Endometriose ab. Ist nur ein Eierstock betroffen, kann die Endometriose aus diesem herausgeschält werden. Bei schweren Formen können allerdings auch benachbarte Organe wie der Darm oder die Blase betroffen sein. Dann kann eine Operation auch sehr aufwendig sein. Bei einer Operation sollte möglichst die Endometriose komplett entfernt werden. In meiner Klinik haben wir eine Kamera mit zwei Optiken, so dass wir alle Strukturen in 3D sehen können. Das sehe ich als deutlichen Vorteil gegenüber üblicher 2D-Visualisierung an.

Frage von Gast:

"Wächst" die Endometriose weiter bei Pilleneinnahme? (also sodass die Pille nur bei Schmerzlinderung/-verhinderung hilft)

Antwort:

Um mit "der Pille" einen Schutz zu haben, müssen Sie diese ohne Pause durchgehend einnehmen. Dann verhindern Sie die Menstruation, mit der ansonsten die Gebärmutterschleimhaut über die Eileiter in den Bauchraum gelangen kann.

Frage von Gast:

Die Pille hat Nebenwirkungen, halten sie es denn für sinnvoll/ unbedenklich sie über längere Zeit einzunehmen ? Thrombosen ect.

Antwort:

Das ist so allgemein gefragt schwer zu beantworten. Viele Präparate beinhalten heute den natürlichen Hormonen nachempfundene Wirkstoffe und beeinflussen den Körper deutlich weniger, als es frühere Präparate getan haben. Vor der Zeit wirkungsvoller Verhütungsmethoden waren Frauen üblicherweise schwanger oder haben gestillt. Damit hatten sie auch keinen Zyklus. Aber wie geschrieben: ich empfehle immer ein individuelles, an die persönliche Lebenssituation angepasstes Vorgehen.

Frage von Gast:

Muss die Endometriose immer mit einer Operation behandelt werden?

Antwort:

Endometriose kann nur durch eine Operation bestätigt werden. Daher würde ich bei starken entsprechenden Schmerzen als ersten Schritt eine Bauchspiegelung empfehlen. Je nach Befund würde man dann weitere Schritte abwägen.

Frage von Gast:

Wenn die Endometriose durch OP komplett entfernt wurde, kann sie danach dennoch wiederkommen?
Wenn ja, wie wahrscheinlich ist es und ist es ggf. danach schlimmer?

Antwort:

Die meisten Frauen, die ich mit Endometriose sehe, sind um die 30 Jahre alt. Das bedeutet, dass es viele Jahre gedauert hat, bis sich die Endometriose entwickelt hat. Wenn sie durch eine Operation komplett entfernt wurde, braucht es wieder Zeit, bis sie wieder auftreten kann. Trotzdem würde ich nach einer gesicherten Endometriose empfehlen, die Menstruation mit einer hormonellen Verhütung zu unterdrücken (Pille oder Spirale), damit sie nicht zurück kehrt.

Frage von Gast:

Kann aus Ihrer Sicht Endometriose durch einen Kaiserschnitt verursacht werden?

Antwort:

Ein Kaiserschnitt wird am Ende einer Schwangerschaft durchgeführt. Zu diesem Zeitpunkt ist keine optimale Situation für die Gebärmutter schleimhaut um im Bauchraum anzuwachsen. Es gibt zwar nichts, was es nicht gibt. Dennoch würde ich es als sehr unwahrscheinlich betrachten.

Frage von Gast:

Kann aus Ihrer Sicht Endometriose durch einen Kaiserschnitt verursacht werden?

Antwort:

Ein Kaiserschnitt wird am Ende einer Schwangerschaft durchgeführt. Zu diesem Zeitpunkt ist keine optimale Situation für die Gebärmutter schleimhaut um im Bauchraum anzuwachsen. Es gibt zwar nichts, was es nicht gibt. Dennoch würde ich es als sehr unwahrscheinlich betrachten.