

Wie eine Bauchspiegelung abläuft, die speziell aufgrund eines Kinderwunsches durchgeführt wird, kannst du auf Seite 168 nachlesen.

die Herde sehr klein und nur ein erfahrener und geschulter Arzt, der über die geeigneten Instrumente verfügt, kann diese ausmachen und entsprechend entfernen. Kliniken wie beispielsweise die Frauenklinik an der Elbe in Hamburg operieren sehr routiniert.

Mit einer Überweisung deiner Frauenärztin erhältst du einen Termin für eine ambulante Durchführung. Ratsam ist es, sich in der Nähe der Klinik für eine Nacht nach der OP eine Unterkunft zu organisieren, falls der Anfahrtsweg länger ist. Die Rückfahrt könnte durch das Gas im Körper, das muskelkaterähnliche Schmerzen verursachen kann, sonst sehr unangenehm sein. Außerdem bist du dann noch eine Nacht in Kliniknähe, falls es zu seltenen Nachblutungen oder Narkosenebenwirkungen kommt, die innerhalb von wenigen Stunden nach einer Operation auftreten können. Nur wenn es erforderlich ist, werden Patientinnen nach der Operation stationär aufgenommen.

### Bauchschnitt

Das volle Ausmaß der Erkrankung zeigt sich erst während der Bauchspiegelung. Wenn der Darm, die Harnblase oder der Harnleiter befallen sind, kann eine ausgedehnte Operation mit Entfernung von Teilen dieser Organe notwendig werden.

Um einen erneuten Eingriff und damit ein wiederholtes Betäubungsverfahren zu vermeiden, kann es manchmal sein, dass während der minimalinvasiven Bauchspiegelung eine Eingriffserweiterung in Form eines sogenannten Bauchschnitts erforderlich wird. Dabei erfolgt ein quer verlaufender Schnitt im Unterbauch in der Bikinizone, um ausgeprägte Organveränderungen durch Verwachsungen oder tiefer liegende Herde (tief infiltrierende Endometriose) wie Schäden an Eileitern und Eierstöcken zu korrigieren.

Im Vorgespräch wirst du über diese Eingriffserweiterung aufgeklärt und stimmst dieser zu, um eine erneute körperbelastende Narkose zu umgehen. Aber insbesondere wenn Kinderwunsch

besteht, wird bei der Operation nichts ohne dein Einverständnis unternommen, was weitreichende Folgen haben würde. In diesen Fällen wird es keine Eingriffserweiterung sein, sondern eine erneute Operation angesetzt, deren Verlauf vorher mit dir besprochen wird. Falls die Endometriose die Gebärmuttermuskulatur betrifft (Adenomyosis uteri), bespricht der Arzt mit dir einen individuellen Therapieplan mit den hormonellen und operativen Behandlungsmöglichkeiten. Dabei werden der Sitz der Herde, der Schweregrad, die Aktivität der Endometriose, dein Alter, deine Beschwerden und der Stand der Familienplanung berücksichtigt.

Viele auf Endometriose spezialisierte Ärzte sind dabei sehr feinfühlig und kennen die Unsicherheiten und Ängste ihrer Patientinnen genau. In den Kinderwunschzentren (siehe Seite 168) gibt es häufig auch Seelsorger und Sozialarbeiter, an die du dich wenden kannst.

Viele auf Endometriose spezialisierte Ärzte sind sehr feinfühlig und kennen die Unsicherheiten und Ängste ihrer Patientinnen.

### Hol dir eine Zweitmeinung

Scheue dich nicht, eine zweite Meinung einzuholen oder die Klinik zu wechseln, wenn du kein gutes Bauchgefühl hast, was die behandelnden Ärzte betrifft. Vertrauen gegenüber Ärztinnen und Therapeuten kannst du nur entwickeln, wenn die Chemie passt. Bedenke dabei, dass sie auch nur Menschen sind, die dir grundsätzlich helfen möchten. Wenn du aber das Gefühl hast, du bist nicht gut aufgehoben, dann übernimm Verantwortung für dich und suche dir andere Mediziner, mit denen du deinen Weg fortsetzt.

### Gebärmutterentfernung

Die Gebärmutter als Frauenorgan hat aufgrund ihrer Funktion eine tiefe symbolische Bedeutung. Sie repräsentiert als schützende Höhle den Ursprung allen Lebens, den natürlichen (Lebens-)Zyklus, die Fruchtbarkeit und die Mutterschaft. Der Verlust

dieser „Schatzkiste“ durch eine Gebärmutterentfernung (Hysterektomie) ist in vielen Fällen mit Trauerarbeit verbunden. Selbst wenn der Leidensdruck, den eine Frau durch eine schmerzhaftere und starke Menstruation erlebt, durch die Entfernung der Gebärmutter aufgelöst wird, kann der Verlust eine nicht unerhebliche psychische Herausforderung zur Folge haben, Posthysterektomiesyndrom genannt (siehe dazu auch den Abschnitt „Psychotherapie“ auf Seite 165).

Bei einer Hysterektomie wird die Gebärmutter von ihren Haltestrukturen im Becken gelöst und entfernt. Das Ausmaß und der Sitz der Endometriose-Herde entscheiden darüber, ob der Gebärmutterhals bestehen bleiben kann. Es gibt drei Arten, die Hysterektomie durchzuführen:

1. Durch die Scheide (vaginal): Die Methode nennt sich laparoskopisch assistierte vaginale Hysterektomie (LAVH). Dabei erfolgen die ersten Schritte zum Lösen der Gebärmutter von den umliegenden Organen per Bauchspiegelung. Anschließend wird ein Schnitt am oberen Ende der Scheide gesetzt, sodass die restlichen Haltestrukturen getrennt werden können. Die Gebärmutter wird durch die Scheide geborgen und das obere Ende der Scheide durch Nähte wieder verschlossen.
2. Mittels Bauchspiegelung (laparoskopisch): Ausschließlich per Bauchspiegelung erfolgt die Operation bei der laparoskopisch suprazervikalen Hysterektomie (LASH). Hierbei wird die Scheide nicht geöffnet und auch nicht die gesamte Gebärmutter entfernt, sondern nur der Gebärmutterkörper, der Gebärmutterhals wird belassen.

Die Bergung der Gebärmutter kann dabei aber gegebenenfalls über die Scheide erfolgen. Der Operateur entscheidet dies je nach Größe und Zustand der Gebärmutter. Eine sehr große Gebärmutter kann auch während der Bauchspiegelung durch ein Messer, das in einer Hülse rotiert (Morcellator), zerkleinert und in Einzelteilen geborgen werden.

# Empfehlen und gewinnen!

## Hat dir dieses Buch gefallen?

Dann empfehl es bitte weiter und schreib eine aussagekräftige Bewertung in einem Buch-Shop deiner Wahl, auf deinem Blog oder in den Sozialen Medien. Aus der Bewertung sollte hervorgehen, was dir an dem Buch gefallen hat und für wen es besonders geeignet ist.

Als Dankeschön verlosen wir jeden Monat unter allen, die mitmachen, fünf humboldt-Ratgeber – mit etwas Glück bist auch du mit deinem Wunschtitel dabei.

Um an der Verlosung teilzunehmen, schick uns einfach den Link zu deiner Buchbewertung sowie deinen Wunschtitel aus unserem Programm an: [presse@humboldt.de](mailto:presse@humboldt.de).

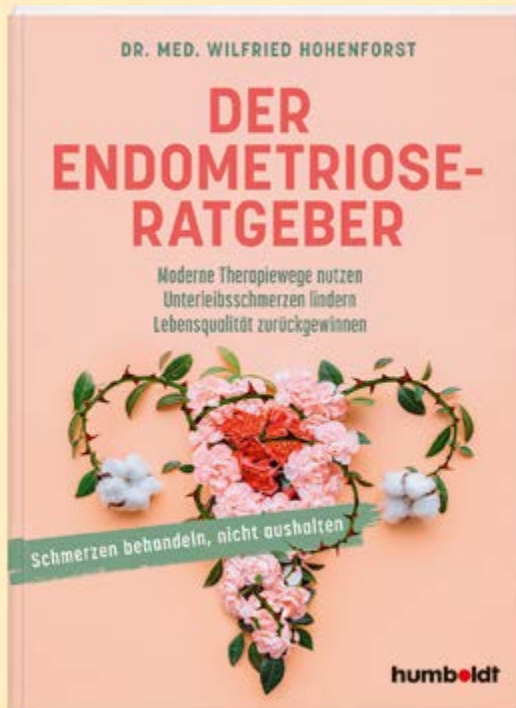
**humboldt**

...bringt es auf den Punkt.

Druck, Vervielfältigung und Weitergabe sind nicht gestattet.

© 2023 humboldt. Die Ratgebermarke der Schlütersche Fachmedien GmbH

# Wirksame Hilfe bei Endometriose!



- Der Autor ist seit vielen Jahren in der Patientinnen-Betreuung tätig
- Bewährte Behandlungsmöglichkeiten und Selbsthilfemaßnahmen, um Schmerzen zu lindern
- Ein optimistischer Ratgeber, der die sehr guten Möglichkeiten der Endometriose-Therapie erklärt

Dr. med. Wilfried Hohenforst

## **Der Endometriose-Ratgeber**

160 Seiten, Softcover

15,5 x 21,0 cm

ISBN 978-3-8426-3085-7

€ 20,00 (D) / € 20,60 (A)

Der Ratgeber ist auch als eBook erhältlich.

# **humboldt**

...bringt es auf den Punkt.

Druck, Vervielfältigung und Weitergabe sind nicht gestattet.

© 2023 humboldt. Die Ratgebermarke der Schlütersche Fachmedien GmbH

# Gegen Harn- und Stuhlinkontinenz lässt sich etwas tun!

Stand 2022. Änderungen vorbehalten.



- Behandlungsmöglichkeiten und Selbsthilfemaßnahmen verständlich, offen und einfühlsam erklärt
- Die Autoren verfügen über langjährige Erfahrungen bei der Behandlung von Beckenbodenerkrankungen
- Unter Mitwirkung namhafter Experten aus den Bereichen Urologie, Ernährung, Physiotherapie und Entspannung

Dr. med. Stefan Riss, Dr. med. Barbara Bodner-Adler

## **Ratgeber Beckenbodenschwäche**

176 Seiten, Softcover

15,5 x 21,0 cm

ISBN 978-3-8426-3021-5

€ 19,99 (D) / € 20,60 (A)

Der Ratgeber ist auch als eBook erhältlich.

# **humboldt**

...bringt es auf den Punkt.

Druck, Vervielfältigung und Weitergabe sind nicht gestattet.

© 2023 humboldt. Die Ratgebermarke der Schlütersche Fachmedien GmbH

**Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek**

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.ddb.de/> abrufbar.

**ISBN 978-3-8426-3127-4 (Print)**

**ISBN 978-3-8426-3128-1 (PDF)**

**ISBN 978-3-8426-3129-8 (EPUB)**

**Abbildungen:**

*Titelmotiv:* Ron Dale – shutterstock.com

*stock.adobe.com:* Ron Dale: 2, 5, 6, 8/9, 42/43, 144/145, 174/175, 195-198, 208;

*rumruay:* 26; *mountainbrothers:* 75; *bilderzweig:* 147

**Originalausgabe**

© 2023 humboldt

Die Ratgebermarke der Schlüterschen Fachmedien GmbH

Hans-Böckler-Allee 7, 30173 Hannover

[www.humboldt.de](http://www.humboldt.de)

[www.schluetersche.de](http://www.schluetersche.de)

Autorin und Verlag haben dieses Buch sorgfältig erstellt und geprüft. Für eventuelle Fehler kann dennoch keine Gewähr übernommen werden. Weder Autorin noch Verlag können für eventuelle Nachteile oder Schäden, die aus in diesem Buch vorgestellten Erfahrungen, Meinungen, Studien, Therapien, Medikamenten, Methoden und praktischen Hinweisen resultieren, eine Haftung übernehmen. Insgesamt bieten alle vorgestellten Inhalte und Anregungen keinen Ersatz für eine medizinische Beratung, Betreuung und Behandlung.

Etwaige geschützte Warennamen (Warenzeichen) werden nicht besonders kenntlich gemacht. Daraus kann nicht geschlossen werden, dass es sich um freie Warennamen handelt.

Alle Rechte vorbehalten. Das Werk ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der gesetzlich geregelten Fälle muss vom Verlag schriftlich genehmigt werden.

Lektorat: Linda Strehl, wort & tat, München

Layout: Groothuis, Lohfert, Consorten, Hamburg

Covergestaltung: Zero, München

Satz: Die Feder, Konzeption vor dem Druck GmbH, Wetzlar

Druck und Bindung: Gutenberg Beuys Feindruckerei GmbH, Langenhagen

Sabrina Fricke-Piehl ist Sozialpädagogin und arbeitet im Hospiz. In ihrem Heimatort Wolfsburg berichtet sie als freie Journalistin über Themen, die die Menschen bewegen. Sie ist selbst an Endometriose erkrankt und hat es sich zur Aufgabe gemacht, anderen betroffenen Frauen Mut zuzusprechen und Wege aufzuzeigen, wie sie in jeder noch so schwierigen Lebenslage auch Lebensfreude erleben können. Das Bewusstsein für eine selbstbestimmte und gesunde Lebensführung ist für sie eine positive Nebenwirkung ihrer Erkrankung.





## Das Leben genießen trotz Endometriose!

Den eigenen Wert erkennen, aufstehen und sich immer wieder in Bewegung setzen statt in Selbstzweifel zu verfallen: Dieses Ziel verfolgt Sabrina Fricke-Piehl in ihrem Ratgeber. Sie hilft dir, die Endometriose anzunehmen und zu akzeptieren, dass die Krankheit womöglich immer wieder deinen Lebensalltag beeinträchtigen wird. Denn ohne Akzeptanz und Annahme ist ein selbstbewusster und selbstwirksamer Umgang mit der Endometriose nicht möglich. Neben Ratschlägen, die deine innere Haltung stärken, erfährst du, was Ärzte und Therapeuten für dich tun können. Sie gibt dir praktische Tipps zur Selbsthilfe und erklärt dir, wie wichtig auch das soziale Umfeld ist.

## Das spricht für dieses Buch:

- Die Autorin zeigt, wie du gut mit Endometriose lebst und Selbstvertrauen sowie Lebensqualität zurückgewinnst.
- Viele erfolgserprobte Selbsthilfemaßnahmen für ein besseres Selbstwertgefühl.

[www.humboldt.de](http://www.humboldt.de)



**Ein Mutmach-Ratgeber, der zeigt:  
Ein gutes Leben mit Endometriose  
ist für jede von uns möglich.**