

## **16. Frauenkrankheiten**

### **Unser Zyklus**

Je besser wir unseren Zyklus kennen und unsere eigene Rhythmik, desto besser verstehen wir das Auf und Ab unserer Stimmungen, das regelmäßige Wiederkehren von bestimmten Schmerzen, im Unterleib, in der Brust, im Rücken. Und desto besser können wir Abweichungen von diesem Rhythmus beurteilen, z.B. ist der Ausfluss zur Zeit des Eisprungs vermehrt, ohne dass eine Krankheit vorliegt. Zu erwähnen ist noch, dass es keine Einheitsmuster für alle Frauen gibt, genauso wenig, wie jede Frau auf Konflikte und Veränderungen gleich reagiert. Die Regulation der Periode und deren Regelmäßigkeit ist ein Vorgang, der auf chemischen Rückmeldungen beruht. Diese Rückmeldungen laufen über die Geschlechtshormone, Östrogene und Gestagene, die im Blut vorhanden sind. Wo entstehen die Östrogene und Gestagene und was bewirken sie? Die Hormone Östrogen und Gestagen kommen aus den beiden Eierstöcken, in denen auch die zigtausend unreifen Eier eingebettet sind. Obwohl diese Hormone neben der Gebärmutter liegen, wirken sie nicht direkt, sondern gelangen erst auf dem Blutweg an ihren Wirkort, die Gebärmutter. Aufgabe der Östrogene und Gestagene ist es, zu bestimmen, wie die Schleimhaut innen in der Gebärmutter aussieht. Der Normalfall sieht vor, dass pro Periode eine Schwangerschaft eintreten kann, das heißt: die Gebärmutterschleimhaut muss so sein, dass ein befruchtetes Ei sich in ihr festsetzen und wachsen kann. Diese Schleimhaut muss in jedem Zyklus neu aufgebaut werden, weil sie auch bei jeder Monatsblutung ausgestoßen wird. Der Neuaufbau der Schleimhaut geschieht in zwei Phasen: Die Phase 1 findet so lange statt, wie das noch reifende Ei sich im Eierstock befindet, und ist dazu da, überhaupt wieder eine bestimmte Schichtdecke der Schleimhaut aufzubauen. Diese 1. Phase wird nur von den Östrogenen geregelt. Erst wenn die Schleimhaut dick genug ist und eine große Menge Östrogene im Blut sind, kann der Eisprung stattfinden: der sieht so aus, dass ein reifes Ei aus dem Eierstock gepresst wird, von dem breiten Trichter der Eileiter aufgefangen wird und die Eileiter entlang bis zur Gebärmutter wandert. Die Phase 2 beginnt mit dem Eisprung. Von da an werden im Eierstock Gestagene gebildet, und zwar in Zellen, die eine gelbe Farbe haben, weshalb Gestagene auch unter dem Namen Gelbkörperhormone bekannt sind. Also diese Gestagene garantieren, dass aus der inzwischen wieder genügend dicken Gebärmutterschleimhaut eine Art Nährboden für das neue Ei aufgebaut wird: es wird mehr gebildet und die Blutgefäße werden reichlicher. Das alles ist immer noch eine Vorbereitung auf das Ei, das erst eine Woche nach dem Eisprung in der Gebärmutter eintrifft. Wenn das Ei befruchtet wird, macht es sich ansässig und kann dank der guten Vorbereitung wachsen und gedeihen. Wurde es nicht befruchtet, wird kurzfristig und plötzlich die Herstellung der Hormone, Östrogene und Gestagene, eingestellt. Weil sie dann nicht mehr auf die Schleimhaut wirken, bricht alles zusammen und wird von der Gebärmutter, die aus Muskelgewebe besteht, krampfartig, mehr oder weniger stark, ausgestoßen — wir erfahren das als Blutung. Außer für das Zustandekommen der Periode sind Östrogene und Gestagene noch für andere Vorgänge verantwortlich: in der Scheide sorgen sie für eine Feuchtigkeit, die milchsäurehaltig ist und die Bakterien und Pilze abtötet und damit vor Entzündungen schützt. Am Ausgang der Gebärmutter zur Scheide, im sogenannten Gebärmutterhals, sorgen sie für einen Schleimpfropf, der nur während des Eisprungs flüssig und durchlässig wird und sich dann bis zur Periode wieder schließt. Also nochmals ein Schutz vor Entzündungen, die sonst in Gebärmutter und den Eileiter einwandern könnten. Ansammlung von Wasser im Körpergewebe und den Brüsten ist kurz vor der Periode am stärksten. Erhöhung der Körpertemperatur um 1-2 Grad Celsius ist bedingt durch Gestagene, deshalb kommt es erst nach dem Eisprung zu einem Anstieg der Fieberkurve.

## **16.1 Menstruationsbeschwerden, Massage- und Entspannungsübungen**

Die oft starken Schmerzen schon ein, zwei Tage vor und während der Menstruation sind krampfartig oder wehenartig, strahlen von der Mitte des zur Blase hin und in den Rücken aus. Das ist dadurch zu erklären, dass die Gebärmutter mit festen Bändern zum Beckenknochen, zur Wirbelsäule und zur Blase hin im Bauch gehalten wird. Wenn der Gebärmuttermuskel sich während der Periode zusammenzieht, um das Gewebe und Blut auszustoßen, wird an den Bändern auch gezogen, was dann wehtut - oft so, dass Frauen sich zwei Tage ins Bett legen müssen. Im Gegensatz zu den Schmerzen bei einer akuten Entzündung, wo der Bauch schon auf leichte Berührung sehr empfindlich reagiert, lassen sich die Menstruationsbeschwerden durch allerhand Massagemethoden gut lindern, also durch direktes Anfassen. Das kannst du selber machen oder dir von einer Freundin machen lassen.

### **Shiatsu auf dem Kreuzbein:**

Eine der wirksamsten Übungen zur Entspannung und Entkrampfung ist Shiatsu. Probier sie an einer Freundin aus, und dann soll sie diese Übung an dir machen. Deine Freundin sollte bäuchlings auf einem Teppich oder einem Badetuch liegen (auf einem Bett kannst du nicht tief genug drücken). Lass sie ihre Arme seitlich vom Körper entspannen. Setz dich rittlings auf ihre Oberschenkel, wobei du kniest, sodass du bequem ihren unteren Rücken erreichen kannst. Ermittle die Lage des Kreuzbeins, indem du deine Fingerspitzen um die untere Rückengegend herumdrückst, um den Umriss dieses pfeilförmigen Knochens zu spüren, der weit im unteren Rücken liegt, mit der Spitze an der beginnenden Hinterbackenfalte. Wenn du die beiden oberen Außenspitzen des Knochens gefunden hast, laß deine Daumen hineingleiten, aufeinander zu, so daß sie am Ende auf jeder Seite der Wirbelsäule ruhen. Setz deine Daumen da auf. Jetzt erhebe dich auf die Knie, sodass du dein Körpergewicht auf die Daumen verlagern kannst. Fang mit leichtem Druck an und verstärke ihn allmählich, indem du dein Körpergewicht mehr auf die Daumen verlagerst, bis du dich, so fest du kannst, auf deine beiden Daumen stützt. Halte diesen Druck aus, bis du bis zehn gezählt hast, und dann lockere ihn ebenso allmählich. Wiederhole diesen Druckzyklus nach unten auf jeder Seite der Wirbelsäule entlang des Kreuzbeins und hör an der Spitze auf, wobei du jeweils den Daumendruck weiter hin unterdrückst. Jeder Mensch hat in dieser Gegend um das Kreuzbein herum eine andere Spannung. Wahrscheinlich merkst du - wenn du allmählich und gleichmäßig vorgehst - dass den meisten Menschen hier so viel Druck angenehm ist, wie du überhaupt ausüben kannst. Wenn dies deine Daumen zu sehr überanstrengt, so lass dir Zeit, dann wird deine Daumenkraft zunehmen, so dass du die Übung ganz bequem machen kannst. Du kannst übrigens auch mit den Knöcheln drücken.

### **Die Kobra**

Wenn du bei dir selbst krampfartige Schmerzen im unteren Rücken lösen musst, so ist jedes sanfte Beugen deines Rückens oft von Nutzen. Die folgenden Yogastellungen tun besonders gut. Leg dich auf eine Matte auf den Boden mit dem Gesicht nach unten, die Augen geschlossen und die Beine ausgestreckt. Beug die Arme zu beiden Seiten, so dass deine Handflächen neben der Brust ruhen und die Finger zum Kopf weisen. Halte die Knöchel die ganze Zeit zusammen. Atme völlig aus. Öffne die Augen und schau zur Zimmerdecke, ohne den Kopf zu bewegen. Fang an, einzuatmen. Nun biege den Hals und hebe deinen Kopf in die Höhe und nach hinten, so dass du zur Zimmerdecke blickst. Heb jetzt ganz langsam deine Wirbelsäule vom Boden ab, so als ob du jeden Wirbel einzeln, einen nach dem andern, heben könntest, vom Hals bis zum Kreuzbein. Mach dieses langsam und atme dabei ein, ohne die Armmuskeln zu benutzen. Denk dir, du seist eine Schlange, die sich langsam aufrollt und erhebt. Du wirst einen Punkt erreichen, wo du dich nicht mehr weiter erheben kannst, ohne deine Arme zu Hilfe zu nehmen. Mach dies jetzt, biege und strecke dich weiter hin, bis deine Arme gerade sind und dein Kopf zurückgebogen ist. Nun geh langsam nieder und kehre dabei

den Prozess um. Fang an auszuatmen und Wirbelsäule und Brust auf den Boden zu senken. Beiß die Zähne bei den letzten Sekunden des Ausatmens zusammen und zische wie eine Schlange. Dies ermögliche dir, vollständiger auszuatmen. Kopf und Hals kommen als letztes herunter. Schließe die Augen und ruh dich ein bißchen aus. Wiederhole die Kobra mehrmals.

### **Der Bogen**

Liege mit dem Gesicht nach unten, die Arme an den Seiten. Atme aus. Wenn du mit dem Einatmen beginnst, biege die Knie, so dass du die Füße über den Hinterbacken hochbringst. Fass die Knöchel mit den Händen. Biege Rücken, Hals und Beine so weit wie möglich durch, indem du die Füße mit den Armen hochziehst, während du mit den Füßen deine Arme niederdrückst. Lockere den Zug und den Druck allmählich beim Ausatmen. Dabei kannst du die Beine geschlossen halten oder auch offen. Du kannst auch auf dem Bauch vor- und zurückschaukeln.

### **Reflexologie für die weiblichen Organe**

Der Reflexologiepunkt für den unteren Rücken liegt an der Basis des Bogens an beiden Füßen nahe der Ferse. Setz dich auf einen Stuhl, schlag ein Bein übers andere, sodass dein Fuß in deinem Schoß ruht und du an die Fußsohle herankommst. Drücke mit dem Daumen auf das untere Rückengebiet. Die Reflexologiepunkte für die Genitalien und die weiblichen Organe befinden sich entlang des Knöchels. Drück auf eine Stelle, etwa auf halbem Weg zwischen deinem Knöchel und der Unterseite deiner Ferse, um damit auf den Uterus eine Wirkung auszuüben. Drück auf eine ähnliche Stelle an der Fußaußenseite, um die Eierstöcke anzuregen. Drücke und kneife beide Seiten deiner Achillessehne etwa zehn Zentimeter leicht zusammen, um so auf den Uterus einzuwirken.

### **Massage**

Leg dich bekleidet oder unbekleidet auf den Boden. Deine Freundin stehe - natürlich ohne Schuhe - auf einem Bein in dem Winkel zwischen Arm und Kopf der Liegenden. Der Hacken des zweiten Fußes kommt hinter die Spitze des Beckenknochens, wird quasi dahintergehakt. Dann drückst du mit dem Hacken sanft in Richtung der Füße der liegenden Frau, in regelmäßigen Abständen einige Minuten lang, bis die Krämpfe nachlassen oder ganz verschwunden sind. Wiederhole es auf der anderen Seite mit dem anderen Fuß. Beginne immer mit sanftem Druck, den du dann soweit steigerst, wie es der Frau angenehm ist. Bewege auch den Hacken um den oberen Rand des Beckenknochens herum. Meide aber die Wirbelsäule. Press nicht auf den Boden und nicht in zu schnellen Abständen, alle 1-2 Sekunden ist gut. Die Frau, die die Massage bekommt, sollte sagen, wenn es ihr unangenehm ist. Denn es soll nicht wehtun, sondern wohltuend sein. Gut krampflösend ist eine heiße Wärmflasche auf dem Bauch: Versuch auch andere Methoden! Akupressur und einige Yogaübungen helfen, die Verkrampfungen zu lösen. Probier sie aus, schau was dir am besten hilft, so dass du diesen monatlichen Schmerzen nicht so ausgeliefert bist und sie passiv über dich ergehen lässt. Wenn du die Periode erwartest, die sich oft schon durch Brustschmerzen, das Gefühl dicker geworden zu sein, Kopfweg, Stimmungsschwankungen etc. ankündigt, stell dich darauf ein und überleg, was du in dieser Zeit für dich tun kannst. Natürlich helfen auch Schmerzmittel, wie Aspirin oder krampflösende Zäpfchen, in denen meist mehrere schmerzstillende Substanzen enthalten sind (z.B. Spasmocibalgin). Informiere dich aber vor der Einnahme über die Nebenwirkungen. Näheres hierzu findest du in Kapitel 21.

### **Entspannungsübungen**

Eine der Hauptübungen zum Entladen von tiefer Muskelspannung besteht darin, Druck auf den verspannten Muskel auszuüben. Wenn dies allmählich, nicht plötzlich, und nur bis zu dem Punkt, wo es anfängt, wehzutun, gemacht wird, kann die tiefe Druckmassage auf einen Muskel neue Wahrnehmungen in diesem Gebiet bewirken und die Bindegewebefasern trennen, die von der langen Einengung steif geworden sind. Wenn dies geschieht, wird das Gebiet wieder beweglich.

## **Beckenspannung**

Du kannst diese Massage bei dir selbst anwenden, um die Muskelspannung im Becken zu lösen. Taste rechts und links von der Mitte deines Bauches nach zwei langen Muskelgruppen, die von deinem Schambein hinauf zu deinen Rippen verlaufen. Es gibt verschiedene dünne Muskelschichten über dem Bauch. Die äusserste wird Obliquus externus genannt. Ein Teil dieses breiten Muskelbereiches kann mehr entwickelt sein als der Rest und scheint auf beiden Seiten deines Bauches hervorzustehen. Die Entspannung dieser Muskeln schafft im ganzen Becken große Erleichterung. Leg dich auf den Rücken. Leg mehrere Finger auf die Basis eines dieser Muskeln neben dem Hüftknochen. Übe allmählich sich steigernden Druck auf den Muskel aus, so dass die Finger die Haut hineindrücken, bis du einen Widerstand verspürst. Hör dort auf, wo du es noch als angenehm empfindest. Nun fang an, den Muskel mit tiefem Druck hinauf zu deinem Nabel zu streichen, „massiere“ diesen Bereich mehrmals. Nun heb deine Fingerspitzen an und massiere in kleinen Abschnitten ein wenig höher auf dem Muskel, bis du bei den Rippen ankommst. Vermutlich findest du, dass manche Stellen neben dem Muskel leicht weh tun und empfindlicher sind als andere. An diesen Steilen bleib länger. Die Empfindlichkeit deutet auf größere Spannung hin, die du durch allmählich sich steigernden Druck lösen kannst. Geh nicht so weit, bis du einen echten Schmerz spürst! Wiederhole diese Massage jeden Tag.

## **Die vaginalen Muskeln**

Du kannst mit derselben Massage verkrampfte vaginale Muskeln behandeln. Leg dich auf den Rücken und hebe die Knie an. Oder setze dich auf die Toilette, wenn du nicht urinieren musst. Führe zwei Finger in deine Vagina ein und untersuche genau mit deinen Fingerspitzen die Muskelstruktur. Da wirst du zwei vorspringende Muskelstränge finden, die das Innere deiner Vagina umlaufen. Vergleiche diese inneren Muskeln rechts und links. Ist die eine Seite härter als die andere? Oft ist der Muskel rechts deutlich härter und verspannter. Wende eine Tiefmassage entlang der verspannten Muskelfasern an. Wird dieses Verfahren über einen Zeitraum wiederholt, so werden diese Muskeln sich schließlich entspannen. Sie werden beweglicher und empfindlicher.

## **Selbstmassage**

Das Berühren trägt entscheidend zum Lernen und zur Freude bei. Einige der Hauptwege zum Verständnis sind durch Tabus, uns selbst zu berühren, verschüttet. Wenn wir uns diesen Tabus unterwerfen, werden wir von jemand anderem bezüglich unserer Selbstwahrnehmung und Entspannung abhängig. Wie stehst du dazu, dich selbst zu berühren? Gibt es Bereiche deines Körpers, wo der „Zugang streng verboten“ ist? Warum? Hat jemand anders das Recht, diese verbotenen Bereiche zu berühren? Die der Ärzt\_in, die der Geliebte? Ändern sich deine Verhaltensregeln über das Selbst-Berühren mit der Situation? Achte von nun an darauf, welche Stellen deines Körpers sich „besser“ fühlen, wenn jemand anders dich berührt und was „wohler“ tue, wenn du dich selbst anfässt.

## **Fußball**

Eine meiner liebsten Selbstmassagen ist die Fußmassage. Alle Nerven im Körper verbinden sich seitlich mit den Nervenenden in den Füßen, so dass durch eine Massage an dieser Stelle dein ganzer Körper sich besser fühlen kann. Wenn du an einen Ball herankommst, der wie ein Baseball ist und etwa so groß wie ein Tennisball, kannst du ihn gut zur Fußmassage benutzen. Leg ihn neben deinen rechten Fuß auf den Boden. Stelle dich vor einen etwa hüfthohen Tisch. Leg die Handflächen auf den Tisch und stütze dein Körpergewicht darauf. Nun trete mit deinem rechten Fuß auf den Ball. (Du kannst den Druck, der auf deiner Fußsohle lastet, durch die Art regeln, wie du dich auf den Tisch stützt). Fang jetzt an, deinen Fuß auf dem Ball herumzurollen. Versuche schließlich, mit allen Teilen der Fußsohle darüber zu rollen. Achte besonders auf empfindliche Stellen. Nun mach dasselbe mit dem linken Fuß. Wenn du diese Fußballübung jeden Tag auch nur kurze Zeit machst,

wird viel von den Verkrampfungen und Schmerzen aus deinen Füßen herausgearbeitet sein, und sie werden beweglicher und sensitiver werden.

## **16.2. Hinweise zur Schwangerschaft**

### **Verlauf und Veränderungen**

Nach dem ersten Ausbleiben der Periode hat die Schwangerschaft schon zwei Wochen gedauert. 2 Wochen später kann die Schwangerschaft mit einem Schwangerschaftstest bestätigt werden. Die ersten Zeichen sind morgendliche Übelkeit und Erbrechen, Anschwellen der Brüste. Die Gebärmutter beginnt zu wachsen, bis zur 24. Woche reicht sie bis zum Nabel. Die ersten Bewegungen des Kindes sind in der 20. Woche zu spüren. Während der Schwangerschaft sollen Frauen besonders vorsichtig sein mit der Einnahme von Medikamenten. Vor allem am Anfang, bis zum Ende des dritten Monats, sollen alle Medikamente gemieden werden, da in dieser Zeit die Organe des Kindes ausgebildet werden. Ebenso sind während der ganzen Schwangerschaft Zigaretten schädlich für das Wachstum des Kindes, sowie Aspirin, Tetrazyklin, Clont, Antibiotika und Sulfonamide.

### **Nötige Vorsorgeuntersuchungen**

Blutdruckmessung: Blutdruckanstieg kann gefährlich sein. Bestimmung des Farbstoffes der roten Blutkörperchen wegen Eisenmangel? Urinuntersuchung wegen Harnwegsentzündungen. Körpergewicht? Röteln, wenn noch nicht gehabt - Impfung erforderlich. Blutgruppenbestimmung bzw. Rhesusfaktorbestimmung. Blutungen während der Schwangerschaft dürfen nicht sein, wenn doch, erfordern sie genaue Untersuchung und Behandlung. Ebenso ernstzunehmen sind fieberhafte Erkrankungen in der Schwangerschaft.

### **Schwangerschaftsabbruch und §218**

Ein Schwangerschaftsabbruch ist innerhalb von 12 Wochen nach Empfängnis möglich, wenn der schwangeren Frau wegen einer Notlage, die nicht anders abgewendet werden kann, eine Schwangerschaft nicht zuzumuten ist. Das können gesundheitliche Gründe sein, wenn etwa die Fortsetzung der Schwangerschaft ein Gesundheitsrisiko oder eine schwere psychische Belastung bedeuten würde. Aber auch eine „soziale Indikation“ berechtigt zur Abtreibung. Sie ist gegeben, wenn z.B. der drohende Abbruch einer Ausbildung, wirtschaftliche oder familiäre Probleme oder sonstige besondere Lebensumstände die Schwangerschaft unzumutbar machen. Für eine Gefangene ist die soziale Indikation allein schon durch den Knast gegeben. Eine Abtreibung ist außerdem dann erlaubt, wenn sie Folge einer Vergewaltigung ist. Über die Frist von 12 Wochen hinaus darf eine Schwangerschaft bis zum Ablauf von 22 Wochen abgebrochen werden, wenn dringende Gründe dafür sprechen, dass das Kind durch Vererbung oder durch äußere Einflüsse (Krankheit der Schwangeren, Einnahme schädigender Medikamente etc.) mit schweren Gesundheitsschäden zur Welt kommen würde. Innerhalb der Frist von 12 Wochen (bzw. 22 Wochen), auf jeden Fall aber spätestens 5 Tage vor dem Eingriff muss sich die schwangere Frau einer „Beratungs“-Prozedur unterziehen: Sie muss sich auf ein Gespräch bei einer Beratungsstelle (z.B. Pro Familia) und auf eine ärztliche Beratung einlassen. Von der Ärztin oder vom Arzt wird außerdem eine Indikationsfeststellung, also eine Art Attest benötigt. Dies darf nicht der Arzt oder die Ärztin schreiben, der oder die nachher den Eingriff vornehmen soll. Wenn es die Zeit zulässt, nimm Kontakt mit dem nächstgelegenen Frauenzentrum auf (siehe Kontaktadressen, im Anhang). Dort kann man dir sicher eine vertrauenswürdige Beratungsstelle und Ärzt\_innen vermitteln.

## 16.3. Die Brustuntersuchung

### Woraus bestehen unsere Brüste eigentlich?

Die Brust einer Frau ist eine Drüse. Jede Drüse in unserem Körper hat die Aufgabe, eine Substanz herzustellen, die anderswo notwendig wird. Die Brust produziert Milch. Die Brust ist in 15-25 Abschnitte untergliedert, die durch Bindegewebe voneinander getrennt werden. Wie die einzelnen Stücke einer Apfelsine gehen diese Abschnitte von der Brustwarze aus. Jeder dieser Abschnitte hat ein eigenes System von Milchgängen und Drüsen. Die einzelnen Hauptmilchgänge laufen unter dem Vorhof zusammen, wo sie ein winziges Milchreservoir bilden, wenn die Frau stillt. Von da aus stellt ein kleiner Gang die Verbindung durch die Brustwarze nach außen her. In den einzelnen Abschnitten sind die Milchgänge und -drüsen ähnlich wie ein Baum angelegt. Von der Brustwarze aus verzweigt sich der Hauptmilchgang jedes Abschnittes in kleinere Gänge und diese wiederum in noch kleinere. An den Milchgängen sitzen 10 bis 100 Milchdrüsen. Dieses feingliedrige System ist in Fettgewebe eingebettet, dieses gibt unseren Brüsten die Form. Während des Zyklus verändern sich auch unsere Brüste: die Gänge und Drüsen schwellen in der zweiten Hälfte des Zyklus an. Gleichzeitig fließt langsam Flüssigkeit in das Fettgewebe der Brust, wodurch sie fester und schwerer wird. Einige Frauen bemerken dies als Brustspannen, was besonders in der Woche vor der Periode unangenehm ist. Das ist keinesfalls unnormal. Wenn wir älter werden, neigen unsere Brüste dazu, sich zu vergrößern und das Bindegewebe dehnt sich, sodass die Brüste etwas tiefer hängen. Nach den Wechseljahren verkleinern sich die Milchgänge und -drüsen, und das Fettgewebe verändert sich so, dass die Brüste kleiner, faltiger und weicher werden. Wenn du weißt, wie die Brust aufgebaut ist, ist es viel leichter und weniger verwirrend für dich, sie zu untersuchen. Die meisten Knoten in der Brust werden von den Frauen selbst entdeckt. In der Brust können, wie überall in unserem Körper, Zysten, auch Beulen und blaue Flecken durch Verletzung auftreten. Manchmal kann ein Milchkanal mit Schleim verstopft sein oder er kann sich entzünden und fühlt sich dann wund oder heiß an. Gewöhnlich tritt dies bei Frauen auf, die stillen, aber es kann auch sonst auftreten. Die Schwellung geht zurück, wenn du einen Eisbeutel auflegst oder kühlst. Es gibt zwei Arten von Knoten in der Brust: Zysten und Tumore. Zysten

Wenn du weißt, wie die Brust aufgebaut ist, ist es viel leichter und weniger verwirrend für dich, sie zu untersuchen. Die meisten Knoten in der Brust werden von den Frauen selbst entdeckt. In der Brust können, wie überall in unserem Körper, Zysten, auch Beulen und blaue Flecken durch Verletzung auftreten. Manchmal kann ein Milchkanal mit Schleim verstopft sein oder er kann sich entzünden und fühlt sich dann wund oder heiß an. Gewöhnlich tritt dies bei Frauen auf, die stillen, aber es kann auch sonst auftreten. Die Schwellung geht zurück, wenn du einen Eisbeutel auflegst oder kühlst. Es gibt zwei Arten von Knoten in der Brust: Zysten und Tumore. Zysten sind gutartige mit Flüssigkeit gefüllte Bläschen; Tumore sind gutartiges oder bösartiges Wachstum von Zellen.

### Zysten

Wenn du bei deiner Brustuntersuchung eine Stelle mit winzigen Knötchen findest, die sich frei bewegen lassen, könnte es sein, dass du kleine Zysten fühlst. Dies ist sehr normal und besonders kurz vor der Periode auffälliger. Es wird angenommen, dass diese Zysten auf ein Ungleichgewicht im Östrogenspiegel zurückzuführen sind. Wenn du unregelmäßige Perioden hast oder Verhütungsmittel nimmst, die ja den Eisprung verhindern, so kann dies Ursache für die kleinen Zysten sein. Oftmals verschwinden sie von allein wieder; wenn sie von der Pille herrühren, gehen sie weg, wenn du die Pille absetzt. Manchmal kann eine dieser kleinen Zysten größer werden und sich wie ein gerundeter Knoten anfühlen. Diese größeren Zysten entstehen auch oft durch ein Ungleichgewicht im Östrogenspiegel und können in den Wechseljahren auftreten, wenn kein Eisprung mehr vorhanden ist. Die Zyste kann plötzlich oder langsam, mit oder ohne Schmerzen auftreten. Dein Körper kann die Flüssigkeit der Zyste von selbst wieder absorbieren. Wenn die Zyste bleibt und schmerzhaft ist, kannst du dir überlegen, sie chirurgisch entfernen zu lassen.

## **Tumore**

Es gibt gutartige Tumore, die sich durch eine Vermehrung der Zellen Brustgewebes bilden. Diese Ansammlung von Zellen fühlt sich hart an und tritt am häufigsten bei jüngeren Frauen auf, obwohl sie auch in jedem Alter erscheinen können. Eine andere Art von Tumor tritt häufiger bei älteren Frauen auf. Diese Art ist sehr auffällig, weil sie von blutiger Absonderung aus der Brustwarze begleitet werden kann. Ebenso wie Zysten können Tumore von einem Ungleichgewicht im Hormonspiegel verursacht werden. Im Gegensatz zu Zysten werden Tumore aber nicht wieder vom Körper absorbiert, sie werden oft chirurgisch entfernt. Gutartige Tumore sind sehr viel häufiger (90%) als bösartige (10%). Bösartige Tumore können bei Frauen in jedem Alter auftreten, sind aber bei Frauen unter 40 ungewöhnlich. Obwohl sie häufiger bei älteren Frauen auftreten, ist der Prozentsatz von gutartigen Tumoren auch bei älteren Frauen höher als der von bösartigen. Die beste Zeit für eine Brustuntersuchung ist eine Woche, nachdem deine Periode begonnen hat. Um Veränderungen sofort zu entdecken, solltest du deine Brust einmal im Monat untersuchen.

### **Worauf musst du besonders achten?**

Zu allererst siehst du, ob es Veränderungen gibt, die von dem Normalzustand deiner Brust abweichen, wie z.B.:

1. ein außergewöhnlicher Knoten, Verdickungen oder punktuelle Knötchen
2. ungewöhnliche Veränderung der Größe und Form deiner Brust
3. ungewöhnliche Senkung der einen Brust
4. Grübchen in der Haut deiner Brust
5. ungewöhnliches Zusammen- und Zurückziehen der Brustwarze
6. Sekretion aus der Brustwarze
7. Hautveränderungen in der Hautstruktur auf oder rund um die Brustwarzen
8. Schwellungen am Oberarm
9. Vergrößerung der Lymphknoten in deinem Körper (sie sind in deiner Achselhöhle, an den äußeren Seiten deiner Brust und vom Hals runter zur Schulter zu fühlen)
10. Schmerzen oder Unbehagen, die du vorher nicht gehabt hast und die nicht im Zyklus kurz vor deiner Menstruation liegen

### **Wie machst du die Brustuntersuchung?**

Sitze oder stehe vor einem Spiegel, lasse die Arme entspannt an den Seiten herunterhängen und schaue deine Brust genau an, ob die Größe, die Form und Beschaffenheit sich verändert haben. Sieh ebenso nach Grübchen in der Haut und Veränderungen auf der Oberfläche der Brustwarzen. Drücke vorsichtig auf jede Brustwarze und sieh, ob eine Flüssigkeit rauskommt. Strecke beide Arme über den Kopf hoch und wiederhole die gleichen Beobachtungen wie vorhin. Notiere dir die Veränderungen, die seit deiner letzten Brustuntersuchung aufgetreten sind. Jetzt untersuchst du dich gezielt nach Knötchen, Vernarbungen oder Verdickungen. Leg dich aufs Bett, unter deine linke Schulter leg ein Kissen, und deine linke Hand unter deinen Kopf. Mit den Fingern deiner rechten Hand, die du flach zusammenhältst, gleite mit leichtem Druck und kreisförmigen Bewegungen über die Brust. So kannst du den inneren, oberen Teil deiner linken Brust fühlen. Beginne mit dem Tasten am Brustbein und taste rund um die Brust. Ebenso taste die Gegend rund um die Brustwarze. Mit dem gleichen sanften Druck taste den tieferen inneren Teil deiner Brust. Beim Tasten wirst du eine feste Gewebestruktur fühlen, das ist normal. Lege nun deinen linken Arm an die linke Körperseite und fühle mit den Fingern der rechten Hand unter deine linke Achse (Lymphgefäß). Mit dem gleichen seichten Druck tastest du nun den oberen äußeren Teil deiner linken Brust von der

Höhe der Brustwarze bis nach außen, wo dein linker Arm liegt. Zuletzt ertaste den unteren, äußeren Rand deiner Brust, vom Arm bis zur Brustwarze. Wiederhole diese ganze Prozedur für die rechte Brust wie wir es für die linke Brust beschrieben haben, und benutze die linke Hand. Wenn du deine Brüste regelmäßig untersuchst und sie genau kennen lernst, wirst du stets in einer besseren Lage sein als ein\_e Ärzt\_in, um irgendwelche Veränderungen zu bemerken. Falls du Veränderungen bemerkst, muss das nicht unbedingt Krebs heißen. In ungefähr 9 von 10 Fällen sind diese gutartig (also kein Krebs). Aber du kannst den Grund für die Veränderung nicht selbst herausfinden, deshalb gehe gleich zur\_m Ärzt\_in. Brustknoten können durch Röntgen (Mammographie) oder Thermographie festgestellt werden. Beide Techniken können Knötchen aufdecken, die zu klein sind, und eventuell nicht ertastet werden können.

### **Untersuchungsmöglichkeiten bei Brustknoten**

Wenn du bei deiner Brustuntersuchung einen Knoten entdeckt hast, der nicht regelmäßig in deinem Zyklus (z.B. kurz vor der Periode) auftritt und von allein wieder verschwindet, solltest du bei deiner\_m Anstaltsärzt\_in eine Ausführung zur fachärztlichen Untersuchung und Behandlung verlangen. Die\_der Fachärzt\_in sollte zunächst noch einmal tasten. Eine weitere Möglichkeit besteht in der Mammographie. Dies ist eine Röntgenuntersuchung der Brust. Auch winzige Knötchen, die du oft noch nicht ertasten kannst, können durch Mammographie entdeckt werden. Allerdings ist es wegen der Strahlen nicht besonders gut, häufig eine Mammographie machen zu lassen. Die Mammographie gibt Aufschluss darüber, ob der Knoten eine Zyste oder ein Tumor ist und lässt begrenzt erkennen, ob er gutartig ist oder nicht. Ist eine Klärung nicht möglich, so sollte eine Thermographie gemacht werden. Mit Hilfe der Thermographie werden Wärme- bzw. Kälteströme des Körpers sichtbar gemacht. Da bösartige Geschwüre eine stärkere Wärmekonzentration haben, wird dies sichtbar. Ein positives Ergebnis dieser beiden Tests deutet darauf hin, dass es Krebs ist. Bevor du eine Operation in Erwägung ziehst, solltest du eine Gewebeentnahme vornehmen lassen: dabei wird Gewebe entnommen und mikroskopisch untersucht, um völlig sicher zu gehen. Auf die verschiedenen Möglichkeiten von Brustoperationen können wir hier nicht näher eingehen, ebenso wenig auf die Risiken von Gewebeentnahmen, die unter Umständen zur Verbreitung des Krebses im Körper führen können. Verlange vor jedem Eingriff die Hinzuziehung einer Ärztin oder eines Arztes deines Vertrauens. Wir wollen aber darauf hinweisen, dass es einen langjährigen Streit zwischen Frauenärzt\_innen und Chirurg\_innen gibt, wer bei Knoten in der Brust zuständig ist. Wir wollen hier ausdrücklich davor warnen, eine\_n Chirurg\_in aufzusuchen, wenn ihr einen Knoten entdeckt habt. Sie sind zu schnell mit dem Messer bei der Hand. Voruntersuchungen wie Mammographie und Thermographie sind für sie unüblich, und haben sie erstmal einen Schnitt gemacht, wird der Knoten oft gleich weggeschnitten, obwohl es vielleicht ein gutartiger und die Entfernung überflüssig war. In den vorangegangenen Abschnitten haben wir einige Passagen und Zeichnungen von zwei empfehlenswerten Frauen-Selbsthilfebüchern entnommen:

1. Anne Kent Rush, Getting Clear - Ein Therapiehandbuch für Frauen, Verlag Frauenoffensive, 8 München 80, Kellerstraße 39.

2. Frauenkollektiv, Hexengeflüster - Frauen greifen zur Selbsthilfe, Frauenselbstverlag, Berlin.

### **16.4. Weitere häufigere Frauenbeschwerden**

Auch wenn du dich nicht selbst untersuchen und behandeln kannst, ist es wichtig, dir was aufzuschreiben. Leg dir einen Kalender über die Periode an, was du vorher merkst, wie lange der Zyklus ist, ob er regelmäßig ist, wann er unregelmäßig wird und wie lange die Blutung dauert. War zu dieser Zeit ein Ereignis, was dir zu schaffen macht? Vielleicht entdeckst du so etwas über die



Zusammenhänge von deinem Körper und dem, wie du auf Probleme reagierst. Wenn du Beschwerden hast, dann schreibe dir auf: In welchem Abschnitt des Zyklus (wenn du es weißt) hast du das schon mal gehabt und wann? Wie fühlst du die Schmerzen? krampfartig, andauernd, stechend, ziehend. Wo fühlst du die Schmerzen? im Bauch, in der Mitte, links, rechts, im Rücken (wie weit reichend), in der Scheide, brennend, juckend... Mit Ausfluss, wie sieht er aus, wie riecht er... Kannst du etwas sehen oder fühlen? Eine Rötung der Scheide; ein Bläschen, einen geschwollenen Knoten in der Leistengegend (zwischen Bauch und Oberschenkel), tut der Knoten weh, wenn du draufdrückst, oder nicht... Hast du Fieber oder Schüttelfrost... Meist geht die Untersuchung beim Arzt so schnell, dass du gar nicht dazu kommst, alles zu sagen oder dass du nach wichtigen Einzelheiten gar nicht gefragt wärst. So kannst du wenigstens selbst dafür sorgen, dass weniger übersehen wird.

Im Folgenden findest du etwas zu:

- Ausbleiben der Periode
- Ausfluss
- Tripper
- Pilzinfektion
- Trichomonaden
- Ektopie (Geschwür)
- Warzen
- Herpes (Fieberbläschen)
- Krebs
- Unterleibsschmerzen

Zu weiteren Beschwerden lies in Kapitel 15 nach.

### **Ausbleiben der Periode**

Die Kontrolle über die Funktionen des Eierstockes und der Hormonherstellung übt eine Drüse im Gehirn aus. In außergewöhnlichen Situationen und unter starker Belastung kommt es vor, dass diese Drüse ihre Funktion drosselt und nicht mehr ausreichend auf die Eierstöcke einwirkt. Dann bleiben die Tage einfach weg. Dasselbe kann eintreten durch starke Abnahme des Körpergewichtes. Wahrscheinlich sind das einfache Schutz- und Verweigerungsvorgänge. Durch Hormontabletten (Pille, Duogynon, Progynon) kann die Periode herbeigeführt werden! Das ist aber nicht unbedingt nötig und erforderlich, zumal durch solche Hormontabletten wieder neue Nebenwirkungen entstehen können, wie z.B. Pilzinfektionen der Scheide, Übelkeit, Brustschmerzen u.a. Ist der Grund für das Ausbleiben der Periode eine Schwangerschaft, dann können diese Hormontabletten Missbildungen des Embryos verursachen. Umgekehrt kann der natürliche Ablauf im Körper vom Einnehmen der Pille, besonders wenn die Frauen jung damit angefangen haben, soweit gestört sein, dass nach Absetzen der Pille die Periode ein, zwei oder mehrere Monate auf sich warten lässt. Andere Ursachen für das Ausbleiben der Monatsblutungen sind: Schwangerschaft, Veränderungen in den Eierstöcken. Im Gegensatz zu den rein körperlichen Beschwerden, für die es entsprechende Medikamente gibt, sind die psychischen Ursachen für Unregelmäßigkeiten oder Ausbleiben der Periode nicht medikamentös zu behandeln. Die Knastärzt\_innen oder Psycholog\_innen können mit diesem Problem meist nichts anfangen. Helfen kannst du dir hier nur selbst, indem du, nachdem du feststellen musstest, dass Medikamente deinen Beschwerden keine Abhilfe schaffen, zulässt, dass deine Beschwerden psychisch bedingt sind. Hilfreich ist es auch, wenn du hierüber nicht nur alleine nachdenkst, sondern auch mit anderen Frauen darüber redest. Folgende Krankheitsbilder haben häufig psychische Ursachen: Vorübergehendes Aussetzen der Periode: Maßgeblich hierfür ist häufig die Situation in der sich die Frau befindet und die sie psychisch stark belastet also Schreckensmomente, Angst, Stress z.B. Krieg, Katastrophen. Deshalb nennt man diese Form auch

„Notstandsamenorrhö“. Sie wird auch häufig in den Knästen hauptsächlich auch in U-Haft vor den Prozessen vorkommen. Außerdem spielt die Trennung von vertrauten Personen und dem gewohnten Milieu eine wesentliche Rolle für das Ausbleiben der Periode, denn die Periode ist auf den Kontakt mit dem anderen Geschlecht gerichtet. Ergeben sich Konflikte mit dem vorgegebenen weiblichen Rollenschema, der Frau als Freundin und später als Mutter, so kann z.B. dieser Konflikt in der Pubertät zum Ausbleiben der Periode und zu der sogenannten Pubertätsmagersucht führen. Dieses Krankheitsbild bzw. ein Rollenkonflikt ist aber an kein bestimmtes Alter gebunden sondern kann in jedem Alter der Frau auftreten. Oft sind die Konflikte viel früher bzw. bereits zwischen dem 3. und 6. Lebensjahr angelegt. Vergesse aber dabei nie, dass diese Konflikte auch auf einem bestimmten kulturellen und gesellschaftlichen Hintergrund zu sehen sind, wo weiblich sein allzu oft gleichgesetzt wird mit Minderwertigkeit. Scheinschwangerschaft: Der Körper täuscht uns eine Schwangerschaft vor, die real nicht vorhanden ist, weil unsere Psyche einen starken Kinderwunsch hat. Dabei ist der Schwangerschaftstest immer negativ. Ansonsten können alle „normalen“ Schwangerschaftszeichen vorkommen z.B. Schwellung der Brust, Pigmentierung der Brustwarze, Milchsekretion, Veränderung der Gebärmutter und des äußeren Genitals.

### **Ausfluss**

kann verschiedene Ursachen haben. Zu achten ist auf Farbe, Menge, Beschaffenheit (flüssig, schleimig, krümelig etc.) und Geruch. Normaler Geruch ist leicht säuerlich. Daraus lässt sich auch ohne Untersuchung schon einiges über mögliche Ursachen sagen. Trotzdem soll die Ursache eines Ausflusses von einem Arzt oder einer Ärztin untersucht werden, weil unbehandelter Ausfluss über längere Zeit schwere Entzündungen hervorrufen kann. Dabei wird ein Metallgerät in die Scheide eingeführt und vom Muttermund und der Scheide eine kleine Menge Flüssigkeit entnommen. Diese wird mikroskopisch untersucht und gegebenenfalls eine Kultur angelegt. Die Spekulumuntersuchung ist unbedingt erforderlich, weil manche Krankheiten nicht erkannt werden können, z.B. Tripper. Nicht selten kommt der Ausfluss nicht aus der Scheide, sondern aus der Harnröhre. Deshalb soll auch der Urin untersucht werden.

### **Tripper**

Gelblicher oder gelblich grüner Ausfluss, Schmerzen beim Pissen, schmerzhaftes Anschwellen der Drüsen — allerdings brauchen diese Symptome nicht da zu sein. 90% aller Frauen spüren und bemerken nichts. Nachweis ist nur zuverlässig mit einer Bakterienkultur — was einige Tage dauert — weniger zuverlässig mit dem Mikroskop. Auf jeden Fall Spekulumuntersuchung! In manchen Knästen werden die Frauen am Anfang routinemäßig auf Tripper untersucht, aber eben ohne Spekulum. Damit ist eine Tripperinfektion nicht ausgeschlossen. Behandlung: mit Penicillin in größeren Mengen. Unbehandelt kann Tripper zu Zyklusunregelmäßigkeiten, Eileiterentzündungen, Unfruchtbarkeit und Warzen an den Schamlippen führen.

### **Pilzinfektionen**

Pilzinfektionen sind gerade dann häufig, wenn durch äußere Einflüsse das normale Zusammenspiel aller Hormone gestört ist, und damit auch das normale saure Milieu in der Scheide aus dem Gleichgewicht geraten ist. Dann können die Pilze die Oberhand gewinnen. Äußere Einflüsse sind: psychische Belastung, andere Krankheiten, schlechte Ernährung, Behandlung mit Antibiotika und Cortison, Schwangerschaft, das Tragen von Nylonunterwäsche, Tampons. Hauptsymptome sind: Ausfluss — weißlich, meist dick und krümelig, leichter Hefegeruch. Starker Juckreiz und Rötung und Entzündung der äußeren Geschlechtsteile, auch der Harnröhre — Schmerzen beim Pissen. Nachweis: Abstrich, der mikroskopisch untersucht wird. Behandlung: Ganz allgemein zur Herstellung des normalen Scheidenmilieus Präparate, die Milchsäure enthalten (z.B. Spuman c. lac, Vagiflor; was oft schon ausreicht: Yoghurt). Spezielle Präparate zur Abtötung der Pilze: Moronal, Sporotasin. Die äußeren Geschlechtsteile sollten nicht mit Seife gewaschen werden, und von vorn nach hinten abgetrocknet werden, um eine Schmierinfektion zu beseitigen.

## **Trichomonaden**

— häufige Entzündung, die meist nach der Periode schlimmer wird. Ausfluss: grünlich-gelblich und schleimig oder schaumig, riecht übel. Juckreiz und Entzündung, Rötung der Scheide innen sowie der Schamlippen. Nachweis: Abstrich, der mikroskopisch untersucht wird. Behandlung: Clont oder Sanatrichon als Scheidenzäpfchen in Kombination mit Tabletten (als Nebenwirkung Pilze und evtl. krebsfördernd). Oder drei Tage lang eine Knoblauchzehe als Scheidenzäpfchen und zusätzlich vaginale Essigspülungen (2 Esslöffel Essig auf einen viertel Liter Wasser). Unbehandelt werden auf die Dauer die Zellen am Gebärmutterhals geschädigt, und zwar so, dass sie anfälliger für Krebs werden.

## **Ektopie — oft auch Geschwür genannt**

Die Drüsen im Kanal des Gebärmutterhalses, die den Schleimpfropf herstellen und damit einen Verschluss gegen die Scheide bilden, können aus dem Kanal herauswachsen. Sie sind dann bei der Spekulumuntersuchung am Muttermund zu sehen. Ursachen dieses Herauswachsens sind Schwangerschaft, Geburten oder einfach nur so. So eine Ektopie ist ungefährlich und bildet sich oft von selbst zurück. Viele Frauen haben sie. Die Folge der Ektopie kann sein, dass der Schleim, der sonst ja nur im Gebärmutterkanal bleibt, in die Scheide fließt und Ausfluss macht — dicklich, zähflüssig und weißgelblich. Die Ektopie kann leicht bluten, deshalb ist der Ausfluss manchmal blutig. Außerdem kann auf dem Boden einer Ektopie leichter eine Entzündung entstehen, bei mangelnder Widerstandskraft, Vitaminmangel, nach Geburten, durch Tampons und Geschlechtsverkehr. Die Symptome sind dann Rückenschmerzen, Unterleibsschmerzen, Krämpfe, Schmerzen beim Pissen. Behandlung: Die Ektopie kann verschorft oder weggeätzt werden; wenn noch dazu eine Entzündung vorhanden ist mit den oben genannten Symptomen, wird diese mit Scheidenzäpfchen gegen Bakterien behandelt.

## **Krankheiten, die äußerlich zu sehen sind**

Pickel, Bläschen oder kleine Knoten am Scheidenausgang oder an den Schamlippen können zwei Ursachen:

**Warzen** – eine Viruskrankheit, wie Hautwarzen auch. Sie sind hirsekorn-groß, fleischfarben, treten einzeln auf oder auch zu vielen, befinden sich an den Schamlippen, den Wänden der Scheide oder dem Gebärmutterhals. Wenn Ausfluß oder urin an ihnen kleben bleiben, werden sie wund und verursachen Juckreiz. Gefährlich sind sie aber nicht. Behandlung: Warzen können weggeschnitten oder mit einer Lösung weggeätzt werden. Dabei musst du genau fragen, wie lange die Lösung aufgetragen werden muss, damit nicht zuviel weggeätzt wird.

**Herpes** – diese Viruskrankheit äußert sich in kleinen mit Flüssigkeit gefüllten Bläschen, die einzeln oder zu mehreren auftreten. Sie jucken und schmerzen auch ziemlich. Nach ein paar Tagen platzen die Bläschen auf und verschorfen. Ursache dieser Krankheit sind allgemeine Abwehrschwäche, schlechte Ernährung und Belastungssituationen. Eine sichere Behandlung dagegen gibt es nicht. Lindernd wirkt, wenn man einen nassen Teebeutel auflegt. Ebenso hilft eine zinkhaltige Salbe, zum Beispiel Penaten-Creme.

## **Krebs**

Eine Krebskrankheit wird von einem selbst meist erst bemerkt, wenn sie schon weiter fortgeschritten ist. Die Veränderungen gehen langsam, unbemerkt und erstmal ohne Schmerzen vor sich. Geschwulste und Tumore müssen nicht immer Krebs sein. Sie können auch anders zustandekommen; durch Flüssigkeitsansammlungen in den Einzellen des Eierstocks – sogenannte Zysten, durch Vermehrung von Muskelmasse im Muskel der Gebärmutter, sogen. Myome, die dann verstärkte und verlängerte Periodenblutungen verursachen u.a. Auf jeden Fall gilt, wenn bei einer Untersuchung gesagt wird: ja, das ist eine Geschwulst, dass du darauf bestehen musst, dass die

Ursache herausgefunden wird. Es gibt verschiedene Methoden, dies zu tun: Entnahme eines kleinen Gewebestückes an dieser Stelle zur Probe, Hineinschauen in den Bauch, Untersuchung in Narkose etc. Das wird vom Facharzt im Krankenhaus gemacht.

Einzig die Krebsvorsorgeuntersuchung für Gebärmutterkrebs ist leicht gemacht, und sollte auch ohne Verdacht jedes Jahr gemacht werden. Gebärmutterhalskrebs tritt schon bei jüngeren Frauen auf, kann aber in seinen Vorstufen erkannt und durch rechtzeitige Behandlung geheilt werden.

### **Heftige Unterleibsschmerzen**

Eierstock- und Eileiterentzündung sind sehr schmerzhaft. Sie treten eher nach der Periode auf. Der Schmerz ist beständig, bei Bewegung wird er noch schlimmer. Meist tut die eine Seite des Unterleibs mehr weh als die andere, meist kommt auch Fieber hinzu. Sofort zur Ärztin oder zum Arzt, die\_der eine Behandlung mit Antibiotika, Eisblase und Bettruhe gegebenenfalls im Krankenhaus durchführen muss. Dabei ist nicht auszuschließen, dass es sich um eine akute Blinddarmentzündung handeln kann, oder um eine Eileiterschwangerschaft, wenn die Periode ausgeblieben ist. Auch der Eisprung – ungefähr in der Mitte des Zyklus – kann Schmerzen bereiten. Schwere Unterleibsentzündungen können Eileiterverschluss und damit die Gefahr einer künftigen Eileiterschwangerschaft zur Folge haben, wenn dies nicht durch gründliche (auch röntgenologische) Untersuchung vorher bemerkt und behandelt wird.