



## INFOBLATT ENDOMETRIOSE

### Endometriose

Endometriose ist eine chronisch verlaufende Erkrankung, bei der gebärmutterschleimhaut-ähnliches Gewebe außerhalb der Gebärmutter wächst. Das Gewebe siedelt sich bspw. an den Eierstöcken, im Bauch- und Beckenraum, am Darm oder Bauchfell an. Es kann aber auch außerhalb des Bauchraumes zu Endometrioseherden kommen. Die Wucherungen bilden Zysten und Entzündungen, die große Schmerzen auslösen können.

Mit dem Menstruationszyklus wird die Gebärmutterschleimhaut (Endometrium) periodisch auf- und wieder abgebaut. Auch die Endometriosezellen außerhalb der Gebärmutter können vom hormonellen Zyklus beeinflusst werden und bluten. Das mit der Blutung abgestoßene Gewebe kann den Körper nicht verlassen und staut sich in Form von Endometrioseherden. Aus Endometrioseherden können sich Endometriosezysten, auch Schokoladenzysten genannt, bilden. Diese Prozesse führen zu chronischen Entzündungen, Vernarbungen und Verwachsungen der betroffenen Gewebe. Das kann sehr starke Schmerzen verursachen – nicht nur während der Menstruation. Eine weit verbreitete Folge der Endometriose ist Unfruchtbarkeit. Bei 40 bis 50% der Frauen, die ungewollt kinderlos bleiben, ist Endometriose die Ursache.

### Verbreitung

Bereits Heranwachsende können ab der ersten Menstruation Krankheitssymptome erleben. Die höchste Wahrscheinlichkeit zum Auftreten einer Endometriose liegt im Alter von 35 bis 45 Jahren. Schätzungen von Experten zum Auftreten der Endometriose schwanken zwischen 8 und 15 Prozent aller Frauen zwischen Pubertät und Wechseljahren. Das sind ca. 2 Millionen Erkrankte in Deutschland. Jährlich kommen bis zu 40.000 Personen hinzu. Endometriose ist die zweithäufigste gynäkologische Erkrankung. Auch intergeschlechtliche oder nicht-binäre Personen können an Endometriose erkranken.

### Symptome

Die durch eine Endometriose verursachten Symptome sind sehr vielgestaltig, was die Diagnose erschwert. Starker Menstruationsschmerz ist ein sehr häufiges Symptom. Die Schmerzen können zyklusabhängig und -unabhängig auftreten. Endometriose kann im ganzen Körper Schmerzen verursachen.

Oft beschriebene Beschwerden und Symptome sind:

- Bauch- und Rückenschmerzen vor und während der Menstruation, die auch in die Beine ausstrahlen können
- starke und unregelmäßige Monatsblutungen
- Schmerzen während und nach dem Geschlechtsverkehr
- Schmerzen bei gynäkologischen Untersuchungen
- Schmerzen beim Stuhlgang oder Urinieren
- zyklische Blutungen aus Blase oder Darm
- ungewollte Kinderlosigkeit



Verbunden mit diesen Symptomen können sein:

- Müdigkeit und Erschöpfung
- psychische Erkrankungen, bspw. Depressionen und Angststörungen
- vermehrtes Auftreten von Allergien und anderen Autoimmunerkrankungen
- erhöhte Infektanfälligkeit während der Menstruation

## Behandlung

Ausschlaggebend für die Behandlung ist das Ausmaß der Beschwerden und der Einschränkungen. Endometriose kann sich sehr unterschiedlich äußern. Daher ist auch die Behandlung an die jeweilige Person anzupassen. In jedem Fall ist die Wahl des passenden Arztes bzw. der passenden Ärztin ein wichtiger Aspekt. Eine Orientierung für die Behandlung bietet die S2k-Leitlinie zur Diagnostik und Therapie der Endometriose.

Es gibt verschiedene Therapien und Behandlungsmöglichkeiten bei Endometriose. Vor Beginn einer Therapie sollte in einem ausführlichen Arztgespräch das Ziel der Maßnahmen geklärt werden. Sinnvoll kann die Zusammenarbeit eines Teams aus den Bereichen Gynäkologie, Schmerztherapie, Psychologie und ganzheitlicher Medizin sein.

Häufige Behandlungsansätze sind:

- Bauchspiegelung (Laparoskopie) zur Diagnose (mit Gewebenentnahme) und zur Entfernung von Endometrioseherden
- Hormontherapie zur Verhinderung des Aufbaus von Gebärmutter Schleimhaut
- Schmerztherapie (medikamentöse Schmerztherapie, multimodale Schmerztherapie)
- Komplementäre Behandlungen (Ernährung, Bewegung, Physiotherapie, Stressabbau, Akupunktur, TCM, Homöopathie, Pflanzenheilkunde etc.)

## Unterstützung

Endometriose beeinflusst viele Lebensbereiche. Um den Alltag mit Endometriose zu meistern, hilft es, sich mit anderen Betroffenen auszutauschen. Die Endometriose-Vereinigung Deutschland vermittelt Kontakte zu lokalen Selbsthilfegruppen und bietet eine kostenlose Beratung per Telefon, Video oder in der Leipziger Geschäftsstelle an.

## Endometriose-Vereinigung Deutschland e.V.

Die Endometriose-Vereinigung Deutschland e.V., gegründet 1996, ist eine bundesweite Selbsthilfeorganisation für Endometriose-Betroffene. Unserer Vereinigung gehören über 3.000 Mitglieder an. Kernaufgaben sind die Aufklärung und Information über Endometriose, die Beratung von Betroffenen sowie die Stärkung der Position der Patient\*innen.

Mehr Informationen unter [www.endometriose-vereinigung.de](http://www.endometriose-vereinigung.de).

Auf unserer Webseite finden Sie ferner umfangreiche Informationen zur Krankheit, eine Übersicht der Selbsthilfegruppen, Zertifizierten Praxen und Kliniken sowie viele andere Informationen.

Weitere Informationen auf unseren Social-Media-Kanälen:

<https://www.facebook.com/EndometrioseVereinigungDeutschland/> und

[https://www.instagram.com/endometriose\\_vereinigung/](https://www.instagram.com/endometriose_vereinigung/)

## Kontakt

Endometriose-Vereinigung Deutschland e.V.

Bernhard-Göring-Str. 152, 04277 Leipzig

Tel. 0341-3065305, E-Mail: [info@endometriose-vereinigung.de](mailto:info@endometriose-vereinigung.de)