ENDOMETRIOSE-VEREINIGUNG
DEUTSCHLAND E.V.

Unterrichtsablauf Endometriose: „ENDO… WAS?“
[1 Unterrichtseinheit 45 min; Gymnasium]

Zielgruppe:
- 6. bis 8. Klasse
- Alter der Schüler*innen: 12 bis 15 Jahre

Ziele:
- Die Schüler*innen erfahren, dass starke Menstruationsschmerzen nicht normal sind.
- Die Schüler*innen erwerben Wissen über Endometriose.
- Die Schüler*innen erfahren, wohin bzw. an wen sie sich wenden können, wenn sie vermuten, an Endometriose erkrankt zu sein.
- Die Schüler*innen werden für ein angemessenes Verhalten gegenüber Betroffenen sensibilisiert.

Inhalte:
- Symptome und Beschwerden der Erkrankung Endometriose
- Unterstützung und Erste Hilfe bei Verdacht auf Endometriose
- Behandlungs- und Selbsthilfe-Möglichkeiten bei Endometriose

Materialien:
- Infoblatt Endometriose
- Präsentation „ENDO… WAS?“
- Arbeitsblatt „Symptome“
- Arbeitsblatt „Antonia“
- Arbeitsblatt „Emilia“
- Arbeitsblatt „Quiz: Endometriose“
- ggf. Plakat, Faltblätter, Postkarten „Schon wieder Schmerzen bei der Regel“ und Buttons. Die Faltblätter können zusätzlich über einen längeren Zeitraum für die Schüler*innen zum Mitnehmen ausliegen.

Weiterführendes Material:
- Jugendwebseite der Endometriose-Vereinigung Deutschland e.V.
  https://www.jung-und-endo.de/
- 8 Kurzfilme (ca. 11 Minuten) zu verschiedenen Themen, z. B. Endometriose und Schule
  https://www.jung-und-endo.de/kurzfilme.html
- Broschüre „Heute sprechen wir drüber: ... Die Regel!“, hrsg. von der Endometriose-Vereinigung Deutschland e.V. (Dez. 2022)
- Podcast „JUNG UND ENDO“
  https://www.jung-und-endo.de/podcast.html

Copyright © 2024 Endometriose-Vereinigung Deutschland e.V.

Unterrichtsablauf:

Nr.	Dauer	Ziel	Methode	Inhalt	Material
1.	2 min	Thematische Einführung, Begriffsklärung Endometriose	FU – L-Vortrag	**Endo… Was?** - Einleitung: - Heute geht es um das Thema Endometriose. - Endometriose ist eine Krankheit, die sehr weit verbreitet ist. - Gibt es unter euch jemanden der das Wort Endometriose schon einmal gehört hat?	- PPT-Folie 1 - Infoblatt, Abschnitt „Wichtig“ bitte beachten

2.	2 min	Alltagsbezug zum Thema herstellen	UG – Abfrage SuS	- SuS sollen Vermutungen aufstellen:
				  ○ Was ist mit dem Mädchen auf dem Bild los?
				  ○ Was vermutet ihr?
					- PPT-Folie 2

3.	13 min	Kennenlernen der Krankheit, ihrer Symptome und gesundheitlichen Folgen	FU – L-Vortrag mit EA SuS	**Endometriose und ihre Symptome**
				- Arbeitsblatt „Symptome“ ausgeben
				- Ggf. Begriffsklärung Symptom
				- Auftrag: Ergänzt während des Vortrags auf dem Arbeitsblatt die Symptome.
				- L-Vortrag:
				  ○ Was ist Endometriose?
				  ○ Welche Beschwerden und Symptome können bei Endometriose auftreten?
				  ○ optional: Zum Vergleichen der Mitschriften das Plakat „Schon wieder Schmerzen bei der Regel“ aufhängen und die SuS benennen erneut die Beschwerden.
				- Endometriose ist eine sehr vielgestaltige Krankheit.
				- Endometriose wird daher oft erst spät diagnostiziert.
				- Die Folgen für Erkrankte können Schäden an Organen oder auch ungewollte Kinderlosigkeit sein.
					- Arbeitsblatt „Symptome“
					- PPT-Folie 3 – 5
					- Infoblatt, Abschnitt 1 - 5
					- ggf. Plakat „Schon wieder Schmerzen bei der Regel“

4.	3 min	Sensibilisierung gegenüber der	UG	Fragerunde an die SuS: - Wie fühlt ihr euch, nachdem ihr gehört habt, was Endometriose ist und ihr die Beschwerden kennt?	- PPT-Folie 6

Copyright © 2024 Endometriose-Vereinigung Deutschland e.V.

		Krankheit steigern, Angst nehmen		- Wie würdet ihr mit solchen starken Schmerzen umgehen? - **Wichtig: Nicht jedes Mädchen hat Schmerzen, wenn es seine Menstruation hat! Und nicht jedes Mädchen, dass Schmerzen bei der Menstruation hat, hat Endometriose.** - **Aber: Jedes zehnte Mädchen erkrankt an Endometriose.**	
5.	3 min	Aufzeigen, was bei Verdacht auf Endometriose getan werden kann	EA – Comic lesen	**Verdacht Endometriose?** - Die Erkrankung wird oft erst nach Jahren erkannt. - Comic von Antonia ausgeben. - Auftrag: Lies den Comic und begründe, warum die Diagnose von Antonia so lange gedauert haben könnte?	- PPT-Folie 7 - Arbeitsblatt „Antonia“
6.	5 min	Aufzeigen konkreter Handlungsmöglichkeiten bei Verdacht auf Endometriose	FU – L-Vortrag	**Verdacht Endometriose – was nun? Was tun?** - Wenn ihr selbst oder eine Freundin solche Symptome habt, solltet ihr etwas tun, z. B. Unterstützung bei Vertrauenspersonen, Ärzt*innen und anderen Endometriose-Erkrankten suchen. - Betonung: Bei extrem starken Schmerzen unbedingt zur Ärztin/ zum Arzt gehen. - **Auf den Selbsttest im Faltblatt aufmerksam machen.**	- PPT-Folie 8 - Infoblatt, Abschnitt 6 - Faltblatt „Schon wieder Schmerzen bei der Regel“ - Postkarten „Schon wieder Schmerzen bei der Regel“
7.	3 min	Behandlungs- und Selbsthilfe-Möglichkeiten kennenlernen	FU – L-Vortrag	**Behandlung von Endometriose: Was tun!** - Endometriose ist nicht heilbar. Sie kann medizinisch behandelt werden. - Sich selbst helfen und sich etwas Gutes tun ist für die Schmerzlinderung sehr wichtig, z. B. Ruhe und Entspannung, Wärme, soziale Kontakte und Bewegung.	- PPT-Folie 9 - Infoblatt Abschnitt 7
8.	8 min	Zum Austausch mit anderen anregen	PA / GA	**Vertiefung Endometriose-Behandlung: Beispiel Emilia** - Viele leben mit der Krankheit, ein Beispiel ist Emilia. - Auftrag: Lest den Comic und diskutiert, warum es hilft, sich mit anderen auszutauschen, die auch an Endometriose erkrankt sind?	- PPT-Folie 10 - Arbeitsblatt „Emilia“

Copyright © 2024 Endometriose-Vereinigung Deutschland e.V.

				- Lösungsvorschläge: Hilfe, Trost und Unterstützung finden, Ernst genommen werden, Erfahrungen austauschen, Freundschaften aufbauen gegen soziale Isolation, usw.	
9.	5 min	Sensibilisierung für angemessenes Verhalten gegenüber Erkrankten	FU / UG	**Viele Mädchen hören: Krankheit ernstnehmen** - Viele Mädchen und Frauen machen die Erfahrung, dass ihre Beschwerden nicht ernst genommen werden. - Menstruation ist oft noch ein Tabuthema und es wird zu wenig über Menstruationsbeschwerden gesprochen. - Erkrankte Mädchen hören häufig: Beispiele von den SuS vorlesen lassen. - Fragerunde an die SuS: Wie sollte man betroffenen Mädchen wirklich begegnen? - Antwortmöglichkeiten der SuS mit Lösungsvorschlägen auf PPT-Folie 13 abgleichen	- PPT-Folie 11 - 12
10.	1 min	Thema abschließen	FU – L-Vortrag	**Endo…klar?!: Zusammenfassung und Abschluss** - Endometriose ist nach dieser Stunde hoffentlich kein Fremdwort mehr. - Bei der Endometriose-Vereinigung Deutschland e.V. gibt es kostenlos weitere Informationen und Unterstützung unter: www.jung-und-endo.de und www.endometriose-vereinigung.de	- PPT-Folie 13
11.		Didaktische Reserve	EA	- Auftrag: Löse das Quiz und trage anschließend das Lösungswort ein. Lösungswort: Frauenarzt	- Arbeitsblatt „Quiz: Endometriose“

Erläuterung:
EA = Einzelarbeit; FU = Frontalunterricht; GA = Gruppenarbeit; L = Lehrkraft; PA = Partnerarbeit; SuS = Schülerinnen und Schüler; UG = Unterrichtsgespräch

Copyright © 2024 Endometriose-Vereinigung Deutschland e.V.