

WAS TUN BEI STARKEN REGELBLUTUNGEN?

Eine besondere minimalinvasive Therapie kann Patientinnen mit starken Beschwerden helfen



Foto: poststock - stock.adobe.com

Viele Frauen leiden unter starken Regelblutungen. Unabänderlich ist das nicht.

Die Menstruation ist so alt wie die Menschheit selbst. Und dennoch gilt die Periode häufig noch als Tabuthema, über das viele Frauen selbst mit guten Freundinnen nicht immer offen sprechen. Manche Patientinnen scheuen sich selbst beim Gynäkologen, Probleme mit einer zu starken Regelblutung offen anzusprechen. Statistiken zufolge leiden etwa 20 Prozent der Frauen unter starken Monatsblutungen, aber der Anteil derer, die sich behandeln lassen, liegt nur bei rund einem Viertel der Betroffenen.

Der weibliche Körper bereitet sich in jedem neuen Zyklus auf die Befruchtung einer Eizelle und ihre Einnistung in der Gebärmutter vor. Dazu reift in einem der beiden Eierstöcke eine Eizelle heran. Beim Eisprung verlässt die Eizelle den Eierstock und wird vom Eileiter aufgenommen. Währenddessen verändert sich die Gebärmutter Schleimhaut (Endometrium). Sie baut sich auf und verdickt sich, damit sich eine Eizelle einnisten kann. Kommt es nicht zur Befruchtung der Eizelle, dann wird die Gebärmutter Schleimhaut abgestoßen, und die Menstruationsblutung setzt ein. Mit der Blutung beginnt ein neuer Zyklus.

So individuell wie die Menschen

Der Monatszyklus ist von Frau zu Frau anders, und er wird von vielen Faktoren beeinflusst, sodass er deutlichen Schwankungen

unterliegen kann. Allgemeingültige Aussagen zur Zykluslänge und zum exakten Zeitpunkt des Eisprungs zu treffen, ist daher nicht möglich. Grundsätzlich geht man von einer durchschnittlichen Zykluslänge von 28 Tagen aus, aber die Länge des Zyklus kann durchaus zwischen 25 und 35 Tagen liegen. Als normale Regelblutung bezeichnet man eine Periode, die alle 24 bis 31 Tage auftritt und pro Monat mit einem Blutverlust von vier bis zwölf Esslöffeln einhergeht. Die Blutung erstreckt sich dabei auf vier bis sieben Tage. Dauert die Periode länger als sieben Tage an oder fällt sie sehr stark aus, sprechen Mediziner von Menorrhagie.

Starke Regelblutungen gehen häufig mit Beschwerden wie Unterleibskrämpfen einher. Die Schmerzen sind an sich ungefährlich, aber dennoch sehr unangenehm. Und sie können dazu führen, dass für viele Frauen mit Menorrhagie ein normaler Alltag an den gewissen Tagen des Monats nicht

möglich ist. In schweren Fällen können die starken Blutungen sogar die Arbeitsfähigkeit einschränken. Aber starke Regelblutungen können sich nicht nur massiv auf die Lebensqualität auswirken. Der hohe Blutverlust kann zu Kreislauf-Problemen, Blutarmut, Eisenmangel, Müdigkeit und Leistungsverlust führen. Wird ein Eisenmangel nicht behandelt, kann es zu Depressionen und auch zu weiteren schwerwiegenden Erkrankungen kommen.

Ursachen ungewöhnlich starker Regelblutungen

Dauer und Stärke der monatlichen Regelblutung variieren, das ist normal. Ist die Periode allerdings mit einem hohen Blutverlust verbunden oder hält sie ungewöhnlich lange an, kann es dafür verschiedene Ursachen geben.

Gutartige Wucherungen in der Gebärmutter (Myome) kommen relativ häufig vor. Solange sie keine Beschwerden verursachen, sind sie ungefährlich. Führen diese Wucherungen aber zu Blutungen oder drücken auf benachbarte Organe, dann müssen die Myome operativ entfernt werden. In der Gebärmutter können sich auch sehr unterschiedliche gutartige Ausstülpungen (Polypen) bilden, die ebenfalls vielfach keine Beschwerden verursachen. Auch eine Endometriose, bei der sich Schleimhautanteile in der Gebärmuttermuskulatur ansiedeln, kann zu Blutungsstörungen führen.

Neben den körperlichen Ursachen gibt es die hormonell bedingten Ursachen: Da die Gebärmutter Schleimhaut sehr sensibel ist, reagiert sie auf kleinste Hormonschwankungen und Umwelteinflüsse. Alle Umstände festzustellen, die die Regelmäßigkeit der Menstruationsblutung beeinflussen, ist der medizinischen Forschung bisher noch nicht gelungen. Zu den diagnostizierten Hormonstörungen gehören jedoch ein erhöhter Stresshormonspiegel, ein abnormer Östrogenspiegel und verschiedene andere Hormonschwankungen. Häufig liegt auch ein völlig normaler Hormonbefund vor, aber die betroffenen Frauen leiden trotzdem unter unregelmäßigen und mitunter extrem starken Blutungen.

Behandlungsmöglichkeiten

Bei der Behandlung einer starken Regelblutung gibt es mehrere Optionen. Welche im Einzelfall geeignet ist, hängt von vielen Faktoren ab – zum Beispiel vom Alter oder von der medizinischen Vorgeschichte. Jede Therapie hat ihre Vor- und Nachteile.

Zu den Behandlungen, die Frauen am häufigsten empfohlen werden, gehören beispielsweise:

➔ **Gebärmutterentfernung:** Dieser Eingriff wird allein in Deutschland rund 150.000-mal pro Jahr vorgenommen. Den verschiedenen Varianten der sogenannten Hysterektomie ist gemeinsam, dass die Operation mit gewissen, wenn auch geringen Risiken einhergeht und bei den meisten Frauen eine Erholungsphase von ca. zwei bis vier Wochen nach sich zieht.

➔ **Medikamentöse Behandlung:** Durch die Einnahme der Antibabypille oder das Einsetzen einer Hormonspirale können starke Regelblutungen in bestimmten Fällen gelindert werden. Ein Vorteil der Behandlung ist, dass sie rückgängig zu machen ist. Allerdings wird der gesamte Körper durch die Hormone beeinflusst, was zu unterschiedlichen Nebenwirkungen führen kann.

➔ **Ausschabung:** Bei der Kürettage handelt es sich um einen operativen Eingriff, bei dem die obere Schicht der Gebärmutter Schleimhaut ausgeschabt und untersucht wird – zum Beispiel, um bösartige Gewebeveränderungen festzustellen. Durch eine Ausschabung kann eine starke Regelblutung jedoch nur vorübergehend gemindert werden. Nach zwei bis drei Monaten ist die Periode meist wieder so stark wie zuvor.

Hochfrequenzablation

Eine besonders schonende Form der Behandlung ist die NovaSure®-Goldnetz-Therapie. Die NovaSure®-Methode ermöglicht eine minimalinvasive Behandlung starker Regelblutungen. Dabei wird eine Art Goldnetz genutzt, um die Gebärmutter Schleimhaut zu veröden. In der Fachsprache nennt sich diese Behandlung Endometrium-Ablation. Die NovaSure®-Goldnetz-Therapie gilt als die modernste und effektivste Methode unter den Endometrium-Ablationsverfahren.

Bei der Behandlung wird ein sehr dünnes Goldnetz in der Gebärmutterhöhle platziert, wo es sich entfaltet und genau an die Form der Gebärmutter anpasst. Durch ein Vakuum schmiegt sich die blutungsverursachende Schleimhaut (Endometrium) dicht an das Netz an. Dann wird das Endometrium durch einen für jede Patientin individuell ermittelten Energiefluss im Goldnetz verödet. Diese Verödung dauert durchschnittlich nur 90 Sekunden, und der gesamte Eingriff dauert nur ca. 20 Minuten. Die NovaSure®-Goldnetzelektrode wird nach dem Eingriff wieder vollständig aus der Gebärmutter entfernt. Nach dem Eingriff kann sich die Gebärmutter Schleimhaut nicht mehr vollständig auf-

bauen. Die Periode wird dadurch auf ein normales Maß verringert oder bleibt sogar vollständig aus. Die Gebärmutter selbst bleibt erhalten. Eine hormonelle Vorbehandlung der Gebärmutter ist nicht notwendig, und die Behandlung ist zu jedem Zeitpunkt des Zyklus möglich. Der minimalinvasive Eingriff kann grundsätzlich ambulant durchgeführt werden, und meist sind die Frauen nach wenigen Tagen wieder fit für den Alltag.

Für wen eignet sich das Verfahren?

Die NovaSure®-Methode eignet sich für Frauen mit starken Regelblutungen, die mit der Familienplanung abgeschlossen haben. Eine Schwangerschaft muss nach der Therapie vermieden werden. Daher ist es wichtig, dass Patientinnen bis zum Ende der Wechseljahre weiterhin verhüten. Es gibt sehr wenige Einschränkungen in Bezug auf die Therapie. Hierzu gehören Formabweichungen der Gebärmutter wie eine zu kleine Gebärmutter oder eine geteilte Gebärmutter. Auch Myome stellen unter Umständen eine Kontraindikation dar. Ob das Verfahren geeignet ist, lässt sich in einer Voruntersuchung klären. 



Foto: Jill Flug, Fotoatelier Süd



Foto: Jill Flug, Fotoatelier Süd

Gastautoren: Sebastian Effinger, Dr. Jonas Schukraft, Fachärzte für Gynäkologie, Zentrum für operative Frauenheilkunde Köln, Klinik LINKS VOM RHEIN



ERNTEFRISCH VERARBEITET 100% aus Österreich

Aronia B-Komplex

Er besteht zu 86% aus Aronia Direktsaft, zu 11% aus Sauerkirschsaffkonzentrat und zu 3% aus schwarzer Johannisbeere.

- B1** Thiamin trägt zu einer normalen Herzfunktion bei.
- B2** Riboflavin trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei.
- B6** Trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei.
- B12** Trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei.

Eisen trägt zur normalen Bildung von roten Blutkörperchen und Hämoglobin bei.



Bestellung:
Tel.: +49 (0) 8033 6929 190
Info: +43 699 8168 5122
office@aronialand.at

