



Gemeinschaftspraxis für Frauenheilkunde

Dr. med. Jakob Keilbach | Dr. med. Natalie Mauch | Dr. med. Eckart Roth | Larissa Vidal, Weiterbildungsassistentin | Dr. med. Silke Heichel | Cathrin Kalmbach, Hebamme

Unerfüllter Kinderwunsch: Wenn die Schwangerschaft ausbleibt



Jedes fünfte Paar in Deutschland ist ungewollt kinderlos. Von Sterilität spricht man, wenn ein Paar länger als ein Jahr trotz regelmäßigem, ungeschütztem Geschlechtsverkehr kinderlos bleibt. Das kann viele Ursachen haben. „Viele Frauen neigen dazu, die ‚Schuld‘ allein bei sich selbst zu suchen“, so Dr. Jakob Keilbach von den Frauenärzten Rotebühlplatz. „In rund der Hälfte der Fälle liegt die Ursache aber beim Mann, weshalb eine Untersuchung beider Partner sinnvoll ist.“ Sterilität bei Frauen kann verschiedene Ursachen haben:

- **Hormonell bedingt** – Eine häufige Ursache für das Ausbleiben einer Schwangerschaft ist eine hormonelle Störung. Einen ersten Hinweis darauf kann beispielsweise ein unregelmäßiger Zyklus oder eine Blutungsstörung geben.
- **Organisch bedingt** – Zu den organischen Ursachen zählen z. B. in der Funktion

eingeschränkte Eileiter, eine Endometriose, Myome oder Zysten.

- **Genetisch bedingt** – Auch eine Vielzahl genetisch bedingter Merkmale (z. B. Gerinnungsstörungen) kann ursächlich für das Ausbleiben einer Schwangerschaft oder aber für wiederholte Fehlgeburten sein.
- **Fehlgeburten** – Nach der dritten Fehlgeburt in Folge spricht man von einem habituellen Abort, der als behandlungsbedürftig gilt. Fehlgeburten kommen weitaus häufiger vor, als oftmals angenommen: 11 bis 15 Prozent aller festgestellten Schwangerschaften enden frühzeitig.
- **Altersbedingt** – Mit zunehmendem Alter der Frau vermindert sich die Zahl der Eizellen, die Eierstöcke werden schlechter durchblutet. Außerdem weisen die Eizellen mit den Jahren immer mehr chromosomale Veränderungen auf.

Erster Schritt: Basisdiagnostik

Die Ursachenforschung bei einer Sterilität ist oftmals langwierig. Zunächst werden in einem ausführlichen Gespräch mit dem behandelnden Gynäkologen Vorerkrankungen, Operationen, Infekte oder Fehlgeburten angesprochen. Als nächstes werden im Rahmen der Basisdiagnostik diejenigen Erkrankungen und Ursachen ausgeschlossen, die durch einfache Untersuchungen nachweisbar sind. Bei einer gynäkologischen Untersuchung sind viele organisch bedingte Funktionsstörungen bereits erkennbar. Weiterhin kann ein Ultraschall Aufschluss geben über vorhandene Myome oder eine Endometriose. Zudem muss festgestellt werden, ob der Eisprung regelmäßig bzw. überhaupt stattfindet.

Zyklusmonitoring

Dies kann von jeder Frau auch zu Hause anhand der Basaltemperaturmethode überprüft werden. Als zuverlässiger gilt allerdings das sogenannte „Zyklusmonitoring“, eine Ermittlung des Hormonstatus durch den Frauenarzt kombiniert mit einem Ultraschall. „Sollte die Basisdiagnostik keinen Aufschluss gegeben haben, so gibt es eine Reihe weiterer Tests und Untersuchungen“, erläutert Dr. Keilbach. „Bei rund zehn Prozent aller ungewollt kinderlosen Paare bleiben die Gründe allerdings ungeklärt. Selbst wenn die Ursache ausgemacht werden kann, sollten sich beide Partner darüber im Klaren sein, dass auch eine Fruchtbarkeitsbehandlung keine Erfolgsgarantie ist.“ Die Frauenärzte Rotebühlplatz stehen gerne für ein Informationsgespräch zur Verfügung.

Praxis Aktuell – Sportliche Aktivität kann PMS lindern

Fast die Hälfte aller Frauen vor den Wechseljahren leidet am Prämenstruellen Syndrom (PMS). In den „Tagen vor den Tagen“ werden sie von Unterleibsschmerzen, depressiven Verstimmungen, Kopf- oder Rückenschmerzen, Wassereinlagerungen oder Brustspannen geplagt.

„Auf die Beschwerden des PMS kann sich regelmäßige, leichte Bewegung positiv auswirken“, sagt Larissa Vidal von den Frauenärzten Rotebühlplatz. „Besonders

Ausdauersportarten wie Jogging, Walking, Radfahren oder Schwimmen lockern die Muskulatur und fördern die Durchblutung. Das beugt Krämpfen und Verspannungen vor.“ Rückenschmerzen und spannungsbedingtem Kopfschmerz kann man durch Yoga oder die progressive Muskelentspannung entgegenwirken. Bereits Spaziergänge an der frischen Luft können helfen. „Ein positiver Nebeneffekt ist außerdem, dass Bewegung die meisten Menschen aufheitert. Die typischen

Stimmungsschwankungen vor Einsetzen der Regel können auf diese Weise also ebenfalls abgemildert werden“, so die Frauenärztin.

Frauen, die an derart starken Beschwerden leiden, dass sie im Alltag eingeschränkt sind, sollten den Frauenarzt aufsuchen. In solchen Fällen können zusätzliche Maßnahmen, wie z. B. naturheilkundliche Mittel oder die Gabe von Hormonen, in Betracht gezogen werden.



Info für Teens:

»Ist doch (gynäko)logisch!«

Macht die Pille dick?

Im Frühling haben Schmetterlinge im Bauch Hochsaison. Mit der ersten großen Liebe kommt oft die Frage nach der passenden Verhütungsmethode auf. Viele Mädchen gehen jetzt zum ersten Mal zum Frauenarzt, um sich die Pille verschreiben zu lassen. Doch ein hartnäckiges Gerücht verunsichert viele Mädchen: Die Pille macht angeblich dick. „Diesen Ruf hat die Pille noch von früher“, erklärt Dr. Natalie Mauch von den Frauenärzten Rotebühlplatz. „Als die Pille in den 60er Jahren auf den Markt kam, war die Hormondosis noch sehr viel höher. Der große Östrogen-Anteil führte bei vielen Frauen tatsächlich zu einer starken Gewichtszunahme.“ Mittlerweile sind die Hormone jedoch so gering dosiert, dass nur noch ganz wenige Frauen bei Pilleneinnahme beträchtlich zunehmen. Die ein bis drei Kilogramm, die viele Frauen und Mädchen zunächst mehr auf die Waage bringen, wenn sie mit der Pilleneinnahme beginnen, sind oft nur vorübergehend. Es handelt sich dabei meistens nicht um neues Fettgewebe, sondern um Wassereinlagerungen, die nach drei Monaten von alleine wieder verschwinden. „Wenn die Patientin tatsächlich stark und langfristig zunimmt, sollte sie das mit ihrem Frauenarzt besprechen. Möglicherweise ist dann der Wechsel zu einer anderen Pille empfehlenswert“, sagt Dr. Mauch. Oft hat die Gewichtszunahme aber auch einen ganz natürlichen Grund: die weiblichen Rundungen, die sich bei Mädchen während der Pubertät herausbilden. Das schlägt sich selbstverständlich auch auf der Waage nieder – Pille hin oder her.

In der Reihe Verhütung Aktuell stellen wir Ihnen die derzeit gängigen Verhütungsmethoden näher vor. Für eine individuelle Beratung stehen Ihnen die Frauenärzte Rotebühlplatz gerne zur Verfügung!

Verhütung Aktuell: Das Verhütungsstäbchen

Eine Alternative zur Drei-Monats-Spritze ist das sogenannte Verhütungs- oder Gestagenstäbchen. In Deutschland ist das sogenannte Implanon® seit dem Jahr 2000 auf dem Markt. „Das Stäbchen ist ungefähr vier Zentimeter lang sowie zwei Millimeter dick und besteht aus weichem Kunststoff“, erklärt Dr. Silke Heichel von den Frauenärzten Rotebühlplatz. „Mit Hilfe einer Applikatornadel wird das Gestagenstäbchen unter lokaler Betäubung an der Innenseite des Oberarms unter der Haut eingesetzt.“ Dort bleibt es im Regelfall für drei Jahre. Es sondert eine gleichmäßige Menge an Gestagen ab, die vom ersten Tag an den Verhütungsschutz sicherstellen.



chen für Frauen, die keine Östrogene vertragen oder häufig an Magen-Darm-Problemen leiden. Zyklusbedingte Beschwerden nehmen im Normalfall ab.

Sicherer Schutz

Mit einem Pearl Index von unter 0,1 zählt Implanon® zu den sehr sicheren Verhütungsmitteln. „Das Gestagen ist in Depot-Form im Stäbchen enthalten und wird nur sehr langsam abgegeben“, erklärt Dr. Heichel. Ebenso wie bei anderen hormonellen Verhütungsmitteln kann auch die Wirkung des Gestagenstäbchens durch die Einnahme von Antiepileptika oder manchen Antibiotika herabgesetzt werden. Die Packungsbeilage sollte hier beachtet werden. Bei Unverträglichkeit, oder falls während der drei Jahre doch der Wunsch nach einem Kind aufkommt, kann das Stäbchen jederzeit entfernt werden. Im Regelfall dauert es nach Entfernung des Stäbchens nicht länger als drei Monate, bis der Zyklus sich wieder normalisiert hat und eine Schwangerschaft wieder möglich ist.

Vorteile

Die verhütende Wirkung des Gestagenstäbchens ist auf drei Jahre angelegt. Während dieser Zeit muss sich die Patientin – im Gegensatz beispielsweise zur Pille – nicht mit dem Thema Verhütung auseinandersetzen. Besonders geeignet ist das Verhütungsstäb-

Nicht geeignet ...

... ist Implanon® für Frauen mit einem erhöhten Risiko für Thrombosen, Embolien und Lebererkrankungen sowie hormonabhängigen Tumoren. Eine häufige Nebenwirkung des Stäbchens ist eine veränderte Blutung: In vielen Fällen kommt es zumindest vorübergehend zu längeren und häufiger auftretenden (Schmier-)Blutungen. Bei manchen Frauen wird die Regelblutung hingegen schwächer oder setzt ganz aus. Frauen, die zu Akne oder Haarausfall neigen, sollten das Stäbchen meiden, da beide Symptome sich verschlimmern oder sogar erstmals auftreten können. Weitere, mögliche Nebenwirkungen sind Stimmungsschwankungen bis hin zu Depressionen und Gewichtszunahme. Überdies schützt es nicht vor sexuell übertragbaren Krankheiten. Das Hormonstäbchen kostet inklusive Einsetzen rund 380 Euro und ist dann für drei Jahre wirksam. „Frauen, die hormonelle Verhütungsmittel mit ähnlicher Zusammensetzung nicht vertragen, wie z. B. die Minipille, sollten sich eher kein Gestagenstäbchen einsetzen lassen“, rät Dr. Heichel. „Die Methode hat viele Vorteile. Die Entscheidung für das Stäbchen sollte aber immer gut überlegt sein.“

Impressum

Frauenärzte
Rotebühlplatz



Praxis aktuell Newsletter der Frauenärzte Rotebühlplatz
Gemeinschaftspraxis für Frauenheilkunde

Dr. med. Jakob Keilbach, Dr. med. Natalie Mauch,
Dr. med. Eckart Roth, Larissa Vidal (Weiterbildungs-
assistentin), Dr. med. Silke Heichel,
Cathrin Kalmbach (Hebamme)

V.i.S.d.P.: Dr. med. Jakob Keilbach

Anschrift: Frauenärzte Rotebühlplatz
Gemeinschaftspraxis für Frauenheilkunde

Rotebühlplatz 19
D – 70178 Stuttgart
Telefon: 0711.76 71 56
Fax: 0711.76 71 577

info@frauenaerzte-rotebuehlplatz.de
www.frauenaerzte-rotebuehlplatz.de