

## WIE KANN UNTERSTÜTZT WERDEN?

### Selbsthilfegruppe Innergebirg

- Trotz Erkrankung mehr Lebensqualität erreichen
- Erfahrungsaustausch im geschützten Rahmen
- Gemeinsame Wege suchen
- Informationsaustausch
- Gemeinsam Lösungen finden
- Spaß haben

Scan me!



Treffen und Gespräche mit anderen Frauen geben das Gefühl verstanden zu werden und langfristig besser mit Endometriose leben zu können.

Anfrage bitte telefonisch oder per E-Mail.

## KONTAKT

Nicolé Birnbacher, BA  
0664 / 53 99 990

endo-innergebirg@gmx.at  
gruppen.selbsthilfe-salzburg.at/endometriose



Mitglied bei:



Salzburg: ☎ 05 0766 - 171800  
Schwarzach: ☎ 06415 7101 - 2712

☎ DI-FR, 8-12 Uhr und n. V.



office@selbsthilfe-salzburg.at  
www.selbsthilfe-salzburg.at



Selbsthilfefreundliches  
Krankenhaus

eine Auszeichnung des Dachverbandes Selbsthilfe Salzburg

Selbsthilfefreundliche  
Rehabilitationsklinik

eine Auszeichnung des Dachverbandes Selbsthilfe Salzburg

Eine Initiative des Dachverbandes *Selbsthilfe Salzburg* in Kooperation mit den Salzburger Spitälern und Rehabilitationskliniken - auf dem Weg zu mehr Patientenorientierung!

gefördert aus den Mitteln der Sozialversicherung:  Österreichische Gesundheitskasse

Selbsthilfe Salzburg App



# ENDOMETRIOSE

Das Chamäleon der Gynäkologie  
Regelschmerzen sind **NICHT** normal !



Eine unsichtbare Erkrankung  
sichtbar machen

## WAS IST ENDOMETRIOSE?

Endometriose ist eine gutartige, schmerzhafte, chronische Erkrankung bei Frauen im fortpflanzungsfähigen Alter. Dabei treten Herde aus Gebärmutter Schleimhaut ähnlichem Gewebe außerhalb der Gebärmutterhöhle auf.

Wie die normale Gebärmutter Schleimhaut verändert sich auch das Endometriosegewebe während des Zyklus und löst Blutungen aus. Dieses Blut kann nicht abfließen, was zu Zysten, Narbenbildungen und Verwachsungen unter starken Schmerzen führt. Endometriose kann zur Unfruchtbarkeit führen und auch andere Organe betreffen.

Endometriose findet man meistens in der Nähe von Eierstöcken, Eileitern und Gebärmutter, in der Nähe des Darms, der Blase und der Harnleiter, in sehr seltenen Fällen sogar in der Leber oder in der Lunge.



## WIE KANN MAN ENDOMETRIOSE ERKENNEN?

Da die Symptome der Krankheit und die Stellen, an denen Endometrioseherde auftreten, verschieden sind, ist eine Diagnose nicht immer leicht zu treffen. Spezialisten können Herde auch oft schon mit Hilfe von Ultraschall, Tastuntersuchungen oder MRT finden. Sicherheit bietet allerdings nur die Untersuchung von Gewebeproben.



Die häufigsten Symptome sind extreme Regelschmerzen, Schmerzen beim Geschlechtsverkehr, Schmerzen beim Harnlassen/Stuhlgang oder unerfüllter Kinderwunsch.

**Dies führt oft zu:**

- Psychischer Belastung
- Verminderter Lebensqualität
- Depressionen

## WELCHE BEHANDLUNG GIBT ES?

Endometriose kann nicht geheilt werden, aber die Beschwerden sind gut behandelbar.

Individuell können verschiedene Behandlungsmethoden angewandt werden.

- Schmerzmittel
- Hormontherapien, z.B. Pille
- Operative Entfernung von Endometrioseherden
- Yoga, Akkupunktur, Osteopathie, ...
- Spezielle Ernährung

### Was hilft?

Aufklärung  
Diagnose  
Behandlung  
Verständnis  
Austausch

### Wer unterstützt?

Familie  
Freundeskreis

Spezialisten  
Selbsthilfegruppen  
Schmerzbewältigung  
Psychologische Beratung  
Komplementärmedizin