



# Myome

Karin Schönig

FrauenGesundheitsZentrum München

<b>Annäherung</b>	6
<b>Der Ort: Die Gebärmutter</b>	10
Der Aufbau der Gebärmutter	11
Die Bedeutung der Gebärmutter	12
Die Gebärmutter in der Geschichte	13
<b>Myome</b>	17
Wie werden Myome festgestellt	19
Wodurch entstehen Myome	19
Der weibliche Zyklus mit Blick auf die Gebärmutter	20
Erklärungsversuche	21
Wie viele Frauen haben Myome	24
Differentialdiagnose	25
Myome und Beschwerden	26
Myome und Schwangerschaft	30
Myome und Wechseljahre	32
<b>Be-Handlungswege I</b>	33
<b>Was Sie selbst tun können und ganzheitliche Verfahren</b>	
Gutes für die Psyche	35
Anregungen zur Selbsterkundung	36
Beobachten	38
Ernährung	39
Bewegung	41
Luna-Yoga mit Übungsbeispielen	41
Pflanzenheilkunde	44
Pflanzen, Tees, Wickel	45
Homöopathie	48
Weitere Verfahren aus Pflanzenheilkunde, Homöopathie und verwandten Richtungen	49
Anthroposophische Medizin, Spagyrik, Hildegardmedizin	50
Traditionelle Chinesische Medizin	51
Neue Ansätze	52
Osteopathie	53
Hormone	54

Starke Blutungen	55
Natürliches Progesteron	56
Ulipristalacetat	58
GnRH-Analoga	60

## Be-Handlungswege II ---

### Operationen, Embolisation, fokussierter Ultraschall

Häufigkeiten, Operationsverfahren	62
Begleitfaktoren einer Operation	63
Risiken, Narkose, Verwachsungen	64
Zufriedenheit	65
Rezidive	65
Was beeinflusst die Auswahl des Operationsverfahrens	66
Entscheidende Fragen	66
Stationen auf dem Weg zur Entscheidung	67
Wann, wo und wie	68
Operative Entfernung von Myomen	69
Myomentfernung durch die Vagina	70
Myomentfernung mit Bauchspiegelung	72
Myomentfernung mit Bauchschnitt	74
Entfernung des Gebärmutterkörpers oder der gesamten Gebärmutter	76
Operationsmethoden	77
Die Entfernung des Gebärmutterkörpers	77
Entfernung der gesamten Gebärmutter – vaginal	80
Entfernung der gesamten Gebärmutter – vaginal mit Bauchspiegelung	81
Entfernung der gesamten Gebärmutter – mit Bauchspiegelung	82
Entfernung der gesamten Gebärmutter – mit Bauchschnitt	82
Verkleinerung von Myomen mit interventionell radiologischen Verfahren	83
Myomembolisation	83
Fokussierter Ultraschall	86
Zu guter Letzt	90

## Erfahrungsberichte ---

Literatur- und Quellenverzeichnis	99
Fachwörter	102
Adressen	106

## Die Autorin

Karin Schöning ist geschäftsführende Mitarbeiterin des FrauenGesundheitsZentrums in München. Seit vielen Jahren berät sie Frauen mit Myomen. Ihr besonderes Interesse gilt einem ganzheitlichen Verstehen davon, wie es Frauen gut gehen kann.



## Zum Inhalt

Myome sind häufig und gutartig. Mindestens eine von drei Frauen im Alter zwischen 30 und 60 Jahren hat welche. Es ist dann sinnvoll, Myome zu behandeln, wenn sie Beschwerden verursachen, mit denen Sie sich nicht arrangieren wollen. Bis zur Jahrtausendwende war die Standardbehandlung die Gebärmutterentfernung. Auch heute noch wird sie viel zu oft durchgeführt. Das muss nicht sein, denn es gibt andere, schonendere Alternativen.

Sie bekommen einen Überblick über alles Wichtige zum Thema Myome. Karin Schöning beschreibt mögliche Be-Handlungswege – vom Abwarten-und-Tee-Trinken bis hin zu den unterschiedlichen Operationsmethoden – und eröffnet ein breites Spektrum an Wahlmöglichkeiten. Erfahrungsberichte von Frauen mit Myomen runden das Buch ab.

*„DANKE für die Myome-Broschüre. Endlich die Infos, die ich brauchte.“*

*„Sehr übersichtlich, einfühlsam und umfassend...“*

*„Die Broschüre ist wie eine Hand, an die ich genommen werde...“*



FrauenGesundheitsZentrum München e.V. (Hrsg.)