

15. August 2018

RADIOBEITRAG als Text

Regelschmerzen: Wann das „Frau-Sein“ zur Qual wird

Anmoderation:

Von der Pubertät bis zu den Wechseljahren wiederholt sich für Frauen jeden Monat die gleiche Regel. Viele Frauen leiden bei der monatlichen Menstruation unter Schmerzen. Für sie bedeutet das eine enorme Beeinträchtigung bis hin zur Krankschreibung. Warum es manchen Frauen so geht und was die Schmerzen lindern kann, darüber hat sich Kristin Sporbeck informiert.

Länge: 1.29

Text: Unter Regelschmerzen leidet so manche Frau. Bei zehn von 100 Frauen sind die Beschwerden so stark, dass sie jeden Monat für ein bis drei Tage nicht in der Lage sind, ihren normalen Alltag zu bewältigen. Unterschieden wird zwischen primären und sekundären Regelschmerzen. Anja Debrodt, Ärztin im AOK-Bundesverband, erklärt.

Anja Debrodt:

Bei den primären Regelschmerzen handelt es sich um die Beschwerden, die entstehen, wenn sich die Muskeln der Gebärmutter zusammenziehen, um die Schleimhaut von der Gebärmutterwand abzulösen. Bei manchen Frauen führt das zu schmerzhaften Krämpfen, die auf den Unterleib beschränkt sein können, aber ebenso in den Rücken und die Beine ausstrahlen

können. Warum das bei manchen Frauen so ist, ist unbekannt. Eine Rolle spielt wahrscheinlich ein Überschuss an dem Hormon Prostaglandin oder eine besondere Empfindlichkeit gegenüber diesem Hormon.

Text: Bei einigen Frauen kommt es außerdem zu Übelkeit, Erbrechen, Durchfall, Kopfschmerzen oder allgemeinem Unwohlsein. Die Ursachen für sekundäre Regelschmerzen können verschiedene sein, so Debrodt.

Anja Debrodt:

Der Grund für sekundäre Regelschmerzen sind meist gutartige Geschwulste der Gebärmutter wie Myome oder Polypen. Bei starken Schmerzen kann eine Endometriose die Ursache sein. Dann befindet sich die Gebärmutter Schleimhaut außerhalb der Gebärmutter. Manchmal ist auch eine Spirale zur Empfängnisverhütung der Auslöser.

Text: Die Behandlung der Beschwerden richtet sich nach der Ursache. Grundlegende Tipps hat Ärztin Debrodt.

Anja Debrodt:

Betroffenen Frauen können Schmerzmittel, wie Ibuprofen oder Naproxen, helfen sowie die Antibabypille. Manchen Frauen hilft Bewegung, anderen Entspannung. Erleichternd wirken häufig Wärmeanwendungen mit Wärmflaschen, Bäder oder Saunagänge.