



Prof. Dr. Beate Ditzen
Psychologische Psychotherapeutin



Prof. Dr. Tewes Wischmann
Psychologischer Psychotherapeut



Julia Stahl
Psychologische Psychotherapeutin



Magdalena Zacher
Psychologische Psychotherapeutin i.A.

Für Terminabsprachen wenden Sie sich bitte an:

Telefon: 06221 56-8137 (zeitweise AB)
E-Mail: GynPsych.PMED@med.uni-heidelberg.de
www.medpsych.uni-hd.de

An der Hochschulambulanz unseres Instituts für Medizinische Psychologie in Heidelberg bieten wir allen Betroffenen die Möglichkeit einer psychotherapeutischen Unterstützung an. Dieses Angebot ist unabhängig davon, ob und bei wem Sie sich in medizinischer Behandlung befinden.

Hierfür können wir bis zu drei Sprechstundentermine von jeweils 50 Minuten Dauer anbieten. Diese können Sie alleine oder als Paar in Anspruch nehmen. Ist dann eine weitere Unterstützung notwendig, kann durch unsere Hochschulambulanz eine ambulante Psychotherapie bei Ihrer Krankenkasse beantragt werden. Die Kosten übernimmt dabei die Krankenkasse.

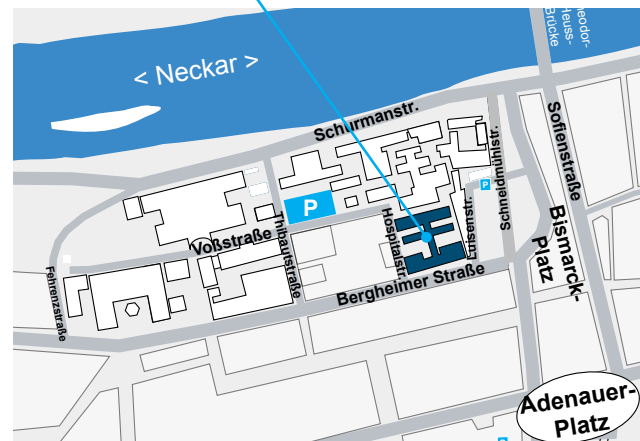
Bei Bedarf können Sie auch an einer psychotherapeutischen Gruppe teilnehmen. In dieser können Sie über die genannten Themen in geschütztem und professionellem Rahmen gemeinsam mit anderen Betroffenen sprechen.

HOCHSCHULAMBULANZ DES INSTITUTS FÜR MEDIZINISCHE PSYCHOLOGIE

Direktorin: Prof. Dr. phil. Beate Ditzen

Zentrum für Psychosoziale Medizin
Universitätsklinikum Heidelberg

Bergheimer Straße 20
69115 Heidelberg



UNIVERSITÄTS
KLINIKUM
HEIDELBERG

BERATUNG & UNTERSTÜTZUNG BEI
PSYCHISCHER BELASTUNG DURCH
ENDOMETRIOSE

EIN ANGEBOT DER ARBEITSGRUPPE
„GYNÄKOLOGISCHE PSYCHOLOGIE“



Vielleicht kennen Sie diese oder ähnliche Gedanken in Zusammenhang mit Menstruationsbeschwerden?



Warum sind alle der Meinung, dass so starke Menstruationsbeschwerden normal sind?

Warum ist mein Arzt erst nach so langer Zeit darauf gekommen, dass ich unter Endometriose leiden könnte?

Meine Kollegen haben langsam kein Verständnis mehr für meine ständigen Krankheitsausfälle.

Die andauernden Schmerzen belasten meine Partnerschaft und Sexualität.

Meine Partnerin leidet unter Endometriose und ich weiß nicht, wie ich ihr helfen kann.

Unsere Familien und Freunde können nicht verstehen, dass wir Verabredungen so oft absagen müssen.



Wir möchten Sie ermutigen, sich bei uns zu melden, sollten Sie sich in den beschriebenen Aspekten wiederfinden, Fragen haben oder sich einfach nur informieren wollen.

WAS IST ENDOMETRIOSE?

Endometriose ist eine der häufigsten gutartigen gynäkologischen Erkrankungen bei Frauen im reproduktionsfähigen Alter. Gewebe, welches der Gebärmutter Schleimhaut ähnelt, siedelt sich außerhalb der Gebärmutter im Bauch- und Beckenraum an. Ähnlich der Gebärmutter Schleimhaut baut sich dieses im hormonellen Zyklus auf, blutet mit Einsetzen der Regelblutung ab und es können sich Entzündungen, Verwachsungen und Vernarbungen bilden.

Symptome können von Frau zu Frau verschieden sein, stehen nicht unbedingt im direkten Zusammenhang mit dem Ausmaß des Befundes und können sogar bei einer Frau im Krankheitsverlauf stark variieren. Hauptsymptome sind Menstruationsschmerzen, unspezifische zyklusabhängige Unterbauchschmerzen und Schmerzen beim Geschlechtsverkehr.

Weitere Symptome können Blutungsstörungen, Schmerzen beim Wasserlassen und/oder Stuhlgang und Unfruchtbarkeit sein. Trotz zunehmendem Bekanntheitsgrad wird die Erkrankung weiterhin oft erst nach einem langen Leidensweg diagnostiziert und dann erst eine angemessene Behandlung eingeleitet.

WIE WIRD ENDOMETRIOSE BEHANDELT?

Treten anhaltende und wiederkehrende Schmerzen auf, ist Endometriose zu den chronischen Schmerzkrankungen zu zählen und es bedarf einer fachdisziplinübergreifenden, ganzheitlichen Behandlung. Neben den medizinischen Möglichkeiten eines operativen Eingriffs sowie medikamentöser Behandlung in Form einer hormonellen Therapie und Schmerzmedikation können Betroffene von weiteren Behandlungsangeboten wie Physiotherapie, Ernährungsberatung, Psychotherapie und sozialrechtlicher Unterstützung profitieren.

Der ganzheitliche Behandlungsansatz ermöglicht den Betroffenen auszuprobieren, welche Maßnahmen zur Linderung ihrer Beschwerden und Probleme beitragen, um so eine für sie geeignete, „maßgeschneiderte“ Behandlungskombination zu finden. Davon kann oft auch die Partnerschaft profitieren.

WARUM PSYCHOTHERAPEUTISCHE UNTERSTÜTZUNG BEI ENDOMETRIOSE?

Betroffene reagieren mitunter „verschreckt“, wenn ihnen vorgeschlagen wird, psychotherapeutische Unterstützung anzunehmen. Sie befürchten oft, ihnen könnte unterstellt werden, sie würden sich die Beschwerden nur einbilden, würden simulieren, seien zu empfindlich oder psychisch instabil. Um diesen Sorgen zu begegnen, ist zu sagen, dass in der psychotherapeutischen Unterstützung eindeutig die körperliche Verursachung der Beschwerden angenommen wird.

Ziel der Behandlung ist es somit nicht, psychische Faktoren zu finden und diese für die Symptomatik verantwortlich zu machen. Vielmehr sollte in einer Psychotherapie über Zusammenhänge zwischen Körper und Psyche aufgeklärt werden und gemeinsam überlegt werden, ob und inwieweit psychische Faktoren die Schmerzen mit beeinflussen.

Zudem sollten gemeinsam Wege gefunden werden, mit den möglicherweise bestehenden Einschränkungen und Schwierigkeiten in verschiedenen Lebensbereichen – wie Beruf, Familie, Partnerschaft, Kinderwunsch und Sexualität – umzugehen. Auch können die in manchen Fällen bestehenden psychischen Folgeerkrankungen wie Depressionen und Ängste erkannt und behandelt werden.