

Endometriose – spezialisierte Behandlung, mehr Lebensqualität

3. September 2025



Definition von Endometriose

Die Endometriose ist eine chronische Erkrankung, bei der Gebärmutterschleimhaut ausserhalb der Gebärmutterhöhle auftritt. Diese Schleimhaut durchläuft dieselben zyklischen Veränderungen wie in der Gebärmutter: Aufbau, Umwandlung zur Sekretabgabe und Abstossung. Am Ende des Zyklus kann dabei die abgestossene Schleimhaut nicht abgesondert werden, sondern wird über Entzündungszellen abgebaut.

Symptome der Endometriose

Die Entzündung führt zu Schmerzen und Verminderung der Fruchtbarkeit. Typischerweise treten Regelschmerzen, Unterbauchschmerzen und Schmerzen beim Geschlechtsverkehr auf. Je nach Ausprägung der Endometriose können zusätzlich Schmerzen beim Stuhlgang oder Wasserlösen, Verstopfung, Durchfall, sowie eine Reizblase und weitere Symptome auftreten. Häufig leiden die Patientinnen auch unter psychischen Symptomen, Müdigkeit sowie Schlafstörungen. Dies wirkt sich negativ auf Bildung, Beruf, Karriere, Freizeit, Sport, Partnerschaft, Sexualität, Zufriedenheit, Glück und Selbstverwirklichung aus.

Diagnostik der Endometriose

Bei der Symptomerhebung für die Diagnosestellung soll eine mögliche Endometriose in Betracht gezogen werden. Dann wird eine spezifische gynäkologische Untersuchung mit Ultraschall durchgeführt, meist vaginal. In speziellen Fällen wird eine Magnetresonanz-Untersuchung (MRI) des Beckens durchgeführt. Obwohl Endometriose eine sehr häufige Erkrankung ist – etwa eine von zehn Frauen ist betroffen – vergehen bei den meisten Patientinnen zwischen drei und elf Jahren bis zu Diagnosestellung, wobei in dieser Zeit häufig fünf oder mehr Ärztinnen bzw. Ärzte konsultiert werden.

Ursache der Endometriose

Die Ursache der Endometriose ist nicht eindeutig geklärt. Eine verbreitete Theorie ist, dass während der Menstruation Gebärmutterschleimhaut über die Eileiter in die Bauchhöhle

gelangt und sich dort einnistet. Weiter spielen das Immunsystem sowie hormonelle und genetische Faktoren (Veranlagung) eine wichtige Rolle. Eine ursächliche Behandlung gibt es nicht, ebenso bestehen keine wirksamen Präventionsstrategien.

Therapie der Endometriose

Die Behandlung erfolgt idealerweise interdisziplinär und interprofessionell in einem zertifizierten Endometriosezentrum. Primär sollte festgelegt werden, welches Symptom behandelt wird: die ungewollte Kinderlosigkeit, Schmerzen oder beides. Die Therapieauswahl wird im Behandlungsteam für jede Patientin individuell nach einem Entscheidungsbaum (Algorithmus) festgelegt. Bei hormonellen Therapien werden die zyklischen Hormonschwankungen ausgeschaltet. So wird die Endometriose in eine inaktive symptomarme oder -freie Erkrankung überführt. Weitere Optionen sind die chirurgische Entfernung möglichst aller Endometriosemanifestationen sowie die Kinderwunschbehandlung. Die meisten Patientinnen haben danach eine gute Lebensqualität.

Vorgehen bei chronischen Schmerz

Einige Endometriosepatientinnen entwickeln ein chronisches Schmerzsyndrom, das auf herkömmliche Schmerzmittel, hormonelle Therapie und Operation nicht anspricht. Diese Patientinnen werden in einer speziellen Schmerzambulanz betreut. Die Behandlung umfasst eine spezialisierte Schmerz-, Physio- und Psychotherapie sowie Ernährungsberatung, komplementärmedizinische Beratung und Betreuung durch die spezialisierte Pflege (EndoNurse). Ziel ist die bestmögliche Steigerung der Lebensqualität.

Referent:

Dr. med. Peter Martin Fehr

Departementsleiter Frauenklinik Kantonsspital Graubünden
Chefarzt Gynäkologie und Leiter Endometriosezentrum