

„Haben Sie Stress?“ - Mein Weg bis zur Diagnose

Ich bin Simone, lebe in Hamburg und bin 38 Jahre alt. Ein Leben dauerhaft ohne Schmerzen, das muss traumhaft sein. Ich kann mich leider nicht mehr daran erinnern, wie das ist.

Ich bekam ungefähr mit 14 Jahren meine erste Regel. Ich kann mich noch erinnern, dass das damals schon sehr schmerzhaft war und ich mich irgendwie durch diese Tage schleppte. Da ich mit 15 meinen ersten Freund hatte, fing ich aber schon recht früh an, die Pille einzunehmen und Alles war gut... Mit 27 setzte ich die Pille ab. Ich hatte irgendwie das Gefühl, dass ich mal eine Pause von den künstlichen Hormonen bräuchte... Ich kann mich noch an den Tag erinnern, an dem Alles anfing. Ich saß im Zug von Hamburg nach Celle und fühlte mich irgendwie total krank. Und ich hatte ein Ziehen in den Eierstöcken. Zu hause legte ich mich ins Bett. Ich dachte, ich sei einfach krank und müsste mich ausruhen. Und dass es mir dann bald besser gehen würde. Das war auch erst so. Bis ich meine erste Regel nach dem Absetzen der Pille bekam... Ich merkte schon, dass es gleich los gehen würde. Das Ziehen wurde immer stärker... Und steigerte sich in unbeschreibliche Krämpfe. Ich bekam Schweißausbrüche und legte mich ins Bad auf den Fußboden, unfähig, mich zu bewegen. Ich lag einfach still da bis ich endlich wieder in der Lage war, aufzustehen und Schmerzmittel einzunehmen. Nach dem Ende meiner Regel war ich total erschöpft und fertig. Nicht nur ein bisschen müde, sondern total am Ende. Mir war schlecht, ich hatte Rückenschmerzen und fühlte mich, als ob ich eine Schlacht geschlagen hätte. Naja, so ungefähr ist es ja auch, wenn man Endometriose hat. Eine Schlacht gegen sich selbst und sein eigenes Gewebe. Als meine Regel zu Ende war und ich wieder auf den Eisprung zuing, fing wieder das Ziehen an und mir war ständig unglaublich übel, ich hatte Kopfschmerzen und starke Schmerzen im Bauch unten links. Nachdem sich der geschilderte Ablauf ein paar Monate wiederholt hatte, ging ich zu meiner Frauenärztin und ließ mir wieder die Pille verschreiben. Schließlich hatte das ganze Theater ja erst nach Absetzen der Pille begonnen. Doch Pustekuchen... Ich vertrug sie nicht mehr, probierte mehrere aus, ging auf wie ein Hefekloß, bekam Hautausschläge, Schlafstörungen, depressive Verstimmungen, also setzte ich sie endgültig wieder ab. Verschiedene Gynäkologen, die ich aufsuchte, zuckten nur mit den Schultern „Manche Frauen sind halt etwas empfindlicher als Andere und spüren die Vorgänge in ihrem Körper mehr. Da kann man nichts machen.“ Da die Bauchschmerzen das größte Problem darstellten, war ich auch bei mehreren Allgemeinmedizinern, Internisten, Endokrinologen... Magenspiegelungen, Ultraschalluntersuchungen usw., alle Untersuchungen blieben ohne Ergebnis. „Haben Sie Stress?“ Das habe ich im Laufe der letzten 10 Jahre so oft gehört. Klar, es wurde nichts körperliches gefunden, also waren meine Beschwerden psychosomatisch. Mittlerweile war es so, dass meine körperlichen Beschwerden mir einen Großteil meiner Lebensfreude nahmen, da sie mich massiv beeinträchtigten. Den Schmerz während meiner Periode hatte ich mittlerweile im Griff, indem ich schon frühzeitig beim ersten Ziehen anfing, mich mit Schmerztabletten voll zu stopfen, aber gegen die Beschwerden vorm Eisprung war kein Kraut gewachsen. In dieser Zeit schleppte ich mich nur noch von Tag zu Tag, ab und an mal wieder zum Arzt, weil ich definitiv nicht gesund war... „Haben Sie Stress?“... Irgendwann fing ich selbst an zu glauben, dass die Beschwerden psychische Ursachen haben und ließ mich homöopathisch mit Hochpotenzen behandeln. Das brachte mich im Leben unglaublich viel weiter und gab mir auch ein bisschen meiner Energie wieder, aber so wirklich geholfen hat es nicht. Ich probierte zig Sachen aus. Akupunktur, Phytotherapie, beschäftigte mich ausgiebig mit meiner Psyche und meinem Seelenleben, arbeitete alte Verletzungen auf bis ich das Gefühl hatte, dass da jetzt doch nun wirklich nichts mehr aufzuarbeiten sei... Die Schmerzen und Beschwerden blieben. Zum Arzt bin ich eine lange Zeit nicht mehr gegangen. Warum auch? Von denen wusste eh niemand, was mit mir los war. Und meine Beschwerden waren auch so diffus. Mir ging es einfach rundum schlecht. Teilweise hatte ich Phasen, in denen es besser wurde, aber so richtig super ging es mir überhaupt nicht mehr. Wenn mich Jemand fragte, wie es mir geht, antwortete ich ausweichend. Lügen wollte ich nicht, aber auch nicht ständig sagen, dass es mir schlecht geht. Ich kam mir selbst schon so bescheuert vor... Im Februar 2013 wurden meine Bauchschmerzen massiv. Mittlerweile hatte ich eh schon

Dauerschmerzen, gegen die keine Tabletten mehr halfen, aber dieses mal fühlte es sich an, als sei mein ganzer Bauch entzündet. Ich fühlte mich hundeehend und konnte kaum aufstehen. Ich schleppte mich zu meinem Hausarzt, der tastete mich kurz ab und stellte die Diagnose „Gastritis“...Krankschreibung, Bettruhe, Schonkost... Ich fuhr zu meinen Eltern, weil ich nicht in der Lage war, mich selbst zu versorgen und erholte mich nur langsam etwas. Ich war dann wieder bei meinem Hausarzt..“Haben Sie Stress?“... Wenigstens gab er mir den Tipp, doch nochmal zum Gynäkologen zu gehen, nachdem ich ihm erzählte, dass meine Beschwerden sich zyklisch veränderten. Also, Termin beim Gynäkologen, wieder die ganze Geschichte erzählt, Untersuchung.... „Sie haben zwei wunderschöne, funktionsfähige Eierstöcke. Manche Frauen spüren ihren Zyklus halt mehr als andere.“ Ok. Danke und tschüss... Im September 2013 spitzte sich die Lage zu. Es war wieder so schlimm, dass ich kaum aufstehen konnte. Mein Körper kämpfte regelrecht. Mein Bauch fühlte sich an, als ob innen drin alles von oben bis unten entzündet wäre. Also wieder zum Hausarzt... Dieses mal nahm er mich etwas ernster, man sah mir mittlerweile auch wirklich an, dass ich absolut am Ende war. Er schickte mich sofort ins Krankenhaus in die Notaufnahme. Und dies ist wirklich der Gipfel meiner Geschichte. Nachdem ich dort raus war, wollte ich eigentlich nur noch sterben, weil ich dachte, dass es mir in meinem ganzen Leben nicht mehr gut gehen würde und niemand mir helfen kann... Nachdem ich 3 Stunden warten musste, wurde ich von einer Anfang 20-jährigen, völlig überforderten Ärztin untersucht. Die Entzündungswerte waren erhöht und im Ultraschall konnte sie sehen, dass ich freie Flüssigkeit im Bauchraum hatte. Aber sie meinte, das sei nur ganz wenig. Irgendwas sei da entzündet. Sie würde mir ein Antibiotikum mitgeben und dann würde das schon wieder werden... Danke und tschüss. Ich hatte keine Kraft mehr, um auf weitere Untersuchungen zu bestehen. Ich fuhr dann direkt mit letzter Kraft zu meiner Heilpraktikerin, die mir in den kommenden Tagen pflanzliche Aufbaupräparate spritzte, so dass ich langsam wieder einigermaßen auf die Beine kam. Aber eine Ahnung, was ich wirklich habe, hatte sie auch nicht. In dieser Zeit surfte ich stunden-, tagelang im Internet rum, um selbst heraus zu finden, was mit mir los war. Ich war schon öfter bei Endometriose hängen geblieben, aber ich hatte nicht die typischen Beschwerden. Mir ging es zwar mittlerweile immer schlecht, aber am schlimmsten war die Zeit nach den Tagen und vor dem Eisprung und nicht mehr zu Beginn und während der Regel, so wie es typisch ist für diese Krankheit. Ich ließ mir trotzdem einen Termin in einem Endometriosezentrum geben. Ich erzählte der Ärztin meine mittlerweile 10-jährige Geschichte und es war das erste mal, dass mir eine Ärztin wirklich zuhörte, ohne dass ich das Gefühl hatte, dass sie denkt, dass ich nicht alle Tassen im Schrank habe. Sie untersuchte mich und stellte direkt fest, dass ich eine Adenomyose habe. Wieso hatte das eigentlich bisher niemand festgestellt!? Warum haben Frauenärzte keine Ahnung von einer Krankheit, von der so viele Frauen betroffen sind!? Ich verstehe es nicht! Dann ging Alles ganz schnell. Es wurde ein Termin zur Bauchspiegelung gemacht. Ich war aber total überzeugt davon, dass nichts gefunden werden würde. Die letzten Jahre hatten mich so geprägt, dass es für mich klar war, dass ich körperlich gar nichts habe, sondern mir Alles nur einbilde... Dann kam der Tag der OP. Als ich aus der Vollnarkose aufwachte, schmerzte mein Bauch ziemlich. Dann kam auch bald die Ärztin, die zu mir sagte: „Wir haben total viel gemacht. Sie hatten Endometrioseherde im Douglasraum, auf dem Blasendach und am Sigmoideum. Und ihr Darm war mit dem Becken verwachsen. Das haben wir auch gelöst.“ Nach dieser Nachricht habe ich erstmal ein ganzes Meer Tränen geweint. Tränen aus Selbstmitleid. Weil mich jahrelang niemand ernst genommen hat. Weil ich jahrelang mit einem angewachsenen Darm herum gelaufen war und die Ärzte mich jedesmal nur fragten, ob ich Stress habe. Weil man mich vor Jahren schon hätte operieren können. Weil mir so lange eingeredet wurde, dass ich gesund sei und sich in mir selbst schon die Vorstellung, dass ich einfach hypersensibel sei, so verfestigt hatte, dass ich am Ende selbst geglaubt habe, dass meine Psyche mir diese Schmerzen bereitet und ich mich einfach nur anstelle... Dabei hatte ich etwas in meinem Bauch, das sich ständig wieder entzündete und gegen das ich ständig kämpfen musste.

Die OP ist jetzt ein $\frac{3}{4}$ Jahr her. Ich bin jetzt bei einer anderen Heilpraktikerin in Behandlung. Es geht mir besser, aber nicht gut und in letzter Zeit merke ich, dass es wieder bergab geht. Neulich

sagte meine Heilpraktikerin zu mir „Haben Sie Stress?“... Vielleicht sollte ich ihr diesen Bericht zu lesen geben, dann würde sie vielleicht verstehen, warum ich wegen diesem Satz so aufgebracht war... Ich denke auch, dass seelische und psychische Probleme die Ursache für Krankheiten sind, aber ich kann diesen Satz mittlerweile einfach nicht mehr hören!

Dieser Bericht ist sehr persönlich und nur eine kurze Zusammenfassung meines jahrelangen Weges. Und dieser Leidensweg ist noch harmlos im Gegensatz zu den Geschichten von Frauen, die zig mal operiert werden müssen, die innerlich total verwachsen sind und denen Teile des Darms und der Blase entfernt werden müssen..Ich hoffe, dass meine Geschichte hilft, über diese schreckliche Krankheit, unter der so viele Frauen leiden und die unter den Ärzten so wenig bekannt ist und die so sehr verharmlost wird, aufzuklären.

Ich glaube, hier sind eine Menge Zeitsprünge drin, die nicht immer grammatikalisch richtig sind. Darum geht es aber auch nicht... Es geht darum, dass die Welt verstehen muss, dass Endometriose eine Krankheit ist, die ernst genommen werden muss und nicht mehr verharmlost werden darf. Ich hoffe so sehr, dass dies bald geschieht.

Simone