

# Eierstockzyste: So lindern Sie Schmerzen

Die Diagnose Eierstockzyste macht vielen Frauen Angst. Panik ist aber fehl am Platz, in 98 Prozent der Fälle ist die Zyste harmlos und verschwindet von alleine. Gegen die Schmerzen hilft Homöopathie.

Fünf Zentimeter gross war die Zyste im rechten Eierstock, die **Fiona Naef** (25) zwei Monate lang plagte. «Ich hatte starke, periodenähnliche Schmerzen», sagt die Zürcherin. Sie konnte nicht mehr schlafen, der Bauch war aufgedunsen, die sackartige, mit einem flüssigen Inhalt gefüllte Geschwulst drückte auf Nachbarorgane. Die gute Nachricht: Das tumorartige Geschwür war gutartig, eine Operation nicht nötig.

So wie Fiona Naef ergeht es vielen Frauen. Eierstock- oder Ovarialzysten können als Nebenwirkungen einer Hormontherapie entstehen, wie das bei Fiona Naef der Fall war, aber auch bei normalen zyklusabhängigen Hormonschwankungen oder Stress. Eine Schilddrüsenerkrankung oder Funktionsstörungen der Nebennierenrinde können weitere Verursacher sein. Überwiegend treten Ovarialzysten bei Frauen nach der Pubertät und in den Wechseljahren auf. Also in Zeiten, in denen das Wechselspiel der Hormone ständig im Wandel ist.

## Zysten sind normal

Die meisten Eierstockzysten sind sogenannte funktionelle Zysten. «Sie sind in 98 Prozent der Fälle gutartig und bilden sich von alleine wieder zurück», sagt **Konstantin Dedes**, Gynäkologe und Oberarzt an der Klinik für Gynäkologie des Universitätsspitals Zürich. Mit «funktionell» ist gemeint, dass diese Zystenart mit dem monatlichen Zyklus der Frau entsteht. «Eigentlich ist das ein ganz normaler Prozess im Eierstock», sagt Dedes. Sobald die Regel bei Mädchen einsetzt, bildet sich einmal monatlich ein Eibläschen (Follikel) im Eierstock, in dem die Eizelle heranreift. Beim Eisprung platzt der maximal zwei bis drei Zentimeter grosse Follikel und spült die Eizelle heraus. Wenn kein Eisprung stattfindet, kann der Follikel erhalten bleiben und über die Grösse von drei Zentimetern hinauswachen. Weiter gibt es nichtfunktionelle Zysten. Das sind Zysten, die sich unabhängig von der eigentlichen Funktion des Eileiters entwickeln. Sie gehören zu den gutartigen Eierstocktumoren.

## Die häufigsten Zysten

Neben den Follikelzysten gibt es weitere funktionelle Zystenarten. Zu den häufigsten gehören: Corpus-luteum- und Luteinzysten sowie das polyzystische Ovarial- oder Ovarsyndrom (Polycystic Ovary Syndrome, PCOS). So entstehen sie:

– **Corpus-luteum-Zysten** (Gelbkörperzysten): Nach dem Eisprung wandelt sich der Follikel in den Gelbkörper (Corpus luteum) um. Dieser bildet die Hormone Östrogen und Progesteron. Erlebt die Eizelle eine Befruchtung, bleibt der Gelbkörper in den ersten Monaten der Schwangerschaft erhalten. Wird die Eizelle nicht befruchtet, baut der Körper den Gelbkörper ab. Das führt zur Menstruationsblutung. Allerdings kommt es vor, dass er sich stattdessen durch Einblutung vergrössert und eine Gelbkörperzyste bildet. Von einer Einblutung spricht man, wenn das Blut nicht aus dem Körper, sondern zum Beispiel in ein Organ oder Gewebe fliesst.

# CONTRA-SCHMERZ<sup>®</sup>

## IL<sup>400</sup>

## hilft

## bei Kopfweg

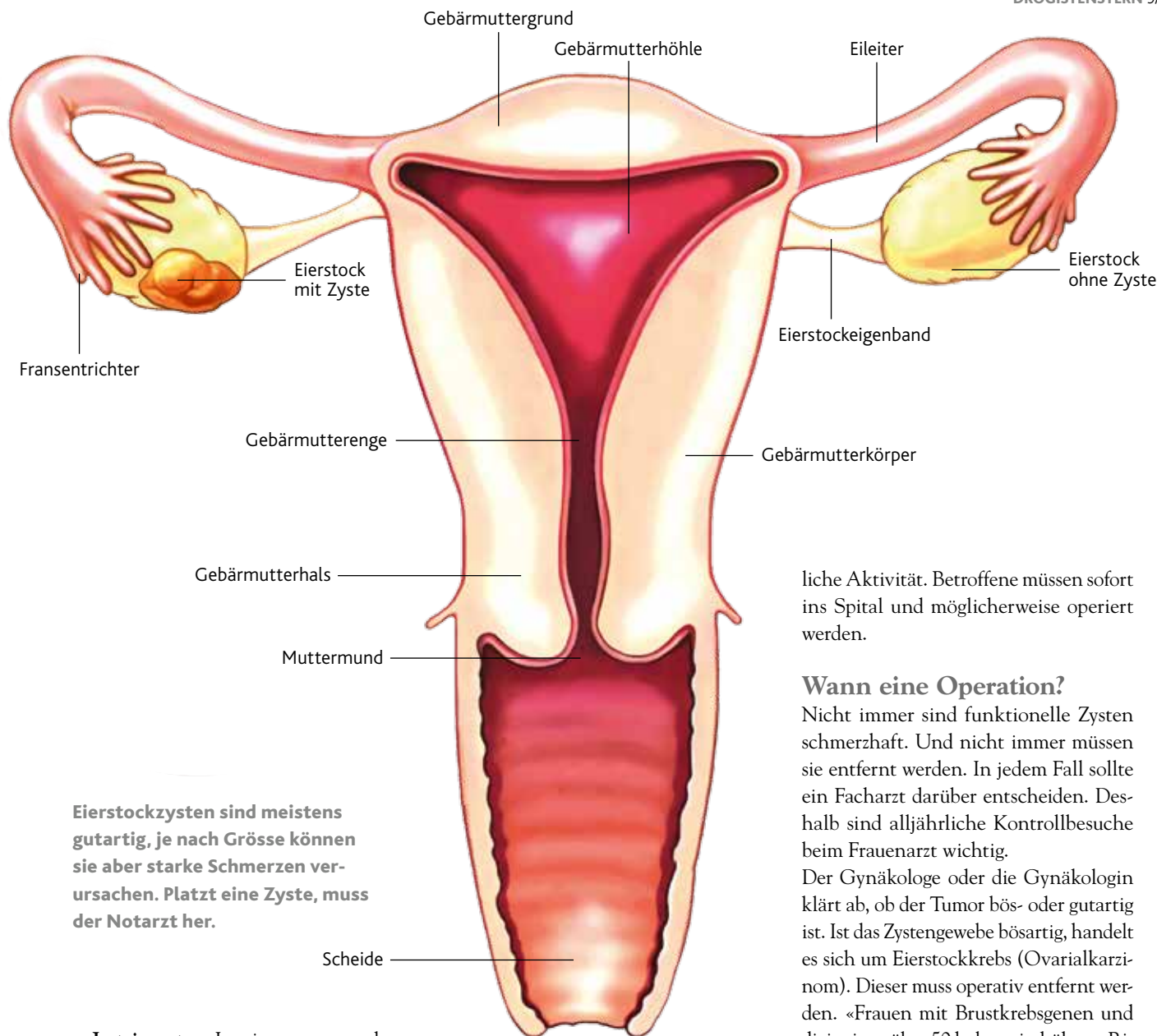
## Zahn- und

## Rückenschmerzen



Dr. Wild & Co. AG, 4132 Muttenz  
www.wild-pharma.com

Bitte lesen Sie die Packungsbeilage.



**Eierstockzysten sind meistens gutartig, je nach Grösse können sie aber starke Schmerzen verursachen. Platzt eine Zyste, muss der Notarzt her.**

– **Luteinzysten:** Luteinzysten entstehen aus dem Gelbkörper (Corpus luteum) und treten häufig als Nebenwirkungen bei Unfruchtbarkeitstherapien auf. Durch die Gabe von bestimmten Hormonen soll die Reifung von Eizellen im Eierstock angeregt werden.

– **Polyzystische Ovarien:** Manche Frauen produzieren überdurchschnittlich stark männliche Hormone. Dadurch wachsen gleich mehrere Follikel in beiden Eierstöcken heran und entwickeln sich dann bis zu einem gewissen Grad. Danach sind die polyzystischen Ovarien im Reifungsprozess blockiert. Frauen mit polyzystischen Ovarien weisen auch oft eine Insulinresistenz oder im Verlauf sogar einen Diabetes mellitus Typ II auf.

### Geplatzt! Und jetzt?

Gutartige funktionelle Zysten werden in der Regel nicht grösser als drei bis fünf Zentimeter. Dem Wachstum der nicht-

funktionellen Zysten sind aber keine Grenzen gesetzt: «Ovarien können den ganzen Bauchraum ausfüllen, sodass die Patientin dann aussieht, als sei sie hochschwanger», weiss der Gynäkologe. Meistens würden sie aber vorher platzen. «Einige Frauen spüren gar nichts, die Mehrheit aber hat starke Schmerzen.» Wer leidet, sollte sich untersuchen lassen. Denn es könnte sein, dass durch das Platzen gefährliche innere Blutungen entstanden sind. «Aber das kommt selten vor», ergänzt Dedes.

Gefährlicher ist die sogenannte Stieldrehung. Hier dreht sich die Zyste um die eigene Achse. Sie kann dabei die Blutgefässe, die die Eierstöcke versorgen, verdrehen. «Das verursacht akute, sehr starke Unterbauchschmerzen», erklärt der Frauenarzt. Ausgelöst wird eine Stieldrehung oft durch Sport oder starke körper-

liche Aktivität. Betroffene müssen sofort ins Spital und möglicherweise operiert werden.

### Wann eine Operation?

Nicht immer sind funktionelle Zysten schmerzhaft. Und nicht immer müssen sie entfernt werden. In jedem Fall sollte ein Facharzt darüber entscheiden. Deshalb sind alljährliche Kontrollbesuche beim Frauenarzt wichtig.

Der Gynäkologe oder die Gynäkologin klärt ab, ob der Tumor bös- oder gutartig ist. Ist das Zystengewebe bösartig, handelt es sich um Eierstockkrebs (Ovarialkarzinom). Dieser muss operativ entfernt werden. «Frauen mit Brustkrebsgenen und diejenigen über 50 haben ein höheres Risiko als jüngere Frauen», sagt Dedes. Grund: Bei Frauen, die die Wechseljahre hinter sich haben, handelt es sich bei den neu entstandenen Zysten nicht mehr um funktionelle Arten. Dies, weil die Eierstöcke nicht mehr aktiv sind. Deshalb werden diese Zysten operiert. Anders ist das bei Frauen vor der Abänderung. Hier gilt: Ist die Zyste gutartig, sollte die Patientin zwei bis drei Monatsblutungen abwarten. Denn häufig verschwindet die Zyste von alleine wieder. Wächst sie allerdings weiter, muss sich die Betroffene chirurgisch behandeln lassen.

### Tag für Tag Schmerzen

Nicht gefährlich heisst nicht beschwerdelos. Es kann vorkommen, dass grosse Zysten auf die nebenliegenden Organe drücken. Betroffene spüren dann vielleicht starke, periodenähnliche Unterbauch-



schmerzen, haben Schmierblutungen oder die Periode bleibt ganz aus. Auch Rückenschmerzen, Schmerzen beim Stuhlgang oder Sex sind möglich. Dagegen gibt es auf schulmedizinischer Ebene keine medikamentöse Therapie. «Doch wenn eine Frau immer wieder an schmerzhaften funktionellen Zysten leidet, so kann sie diesen mit einer entsprechenden Antibabypille vorbeugen», rät der Experte.

### Homöopathie hilft

Hilfe bei immer wiederkehrenden schmerzhaften Zysten bietet die Homöopathie. **Peter Schertenleib**, Homöopath und eidg. dipl. Drogist aus Bern, empfiehlt hier eine Konstitutionstherapie: «Dabei gilt es herauszufinden, was hinter der Zyste steckt.» Die Konstitutionstherapie startet mit einer ausführlichen Anamnese. Das heisst, der Homöopath geht auf Ursachen-suche. Dabei spielen die Familiengeschichte, Symptome, andere Krankheiten und Medikamenteneinnahme eine Rolle. Aber auch der Lebensstil, darunter Ernährung, Schlafgewohnheiten und Aktivitäten, ist zentral. Eine solche Fallaufnahme dauert bis zu zweieinhalb Stunden. «Das klingt sehr aufwendig, ist aber nötig, um für die betreffende Person das entsprechende homöopathische Mittel zu finden.

Denn allein für Zysten gibt es 65 verschiedene Arzneimittel», sagt Peter Schertenleib. Ein paar wichtige Mittel bei Zysten sind:

– **Apis** (das Gift der Honigbiene): Die Betroffene hat brennende und stechende Bauchschmerzen und fühlt sich gebläht. Bei Hitze nehmen die Beschwerden zu. Berührungen und Druck in der Bauchregion empfindet die Patientin als unerträglich.

– **Aurum** (Gold): Die Zystengeplagte ist möglicherweise unfruchtbar und leidet an starken Depressionen. Zudem nehmen die Beschwerden bei kalten Temperaturen und nachts zu.

– **Graphites** (Grafit): Die Periode kommt mit Verspätung, spärlich oder sehr unregelmässig. Der Unterleib fühlt sich schwer an, und die Frau hat keine Lust auf Geschlechtsverkehr. Die Schmerzen nehmen ab, sobald frau draussen spazieren geht oder warme Getränke konsumiert. Schlecht bekommt ihr Bettwärme oder Zugluft.

– **Rhus toxicodendron** (Giftsumach): Wenn es in der Schamregion juckt. Die Menstruation ist stärker als sonst, kommt früher oder dauert länger als gewöhnlich. Trockenes Wetter, Ausdauertraining wie Joggen und auch Wärme lindern Schmerzen. Nasskaltes Wetter und Inaktivität dagegen verstärken sie.

– **Silicea** (Kieselerde): Verwendung bei Abszessen, also Ansammlungen von Eiter in einem neu gebildeten Gewebshohlraum. Wärme und Massagen helfen gegen diverse Schmerzen. Kälte dagegen macht alles noch schlimmer.

Zysten vorbeugen kann man laut Peter Schertenleib nicht. Denn homöopathische Mittel werden nur auf allfällige Symptome verschrieben. Bei ersten Anzeichen von Zysten sollten Sie für eine Diagnose den Gynäkologen konsultieren. Der Besuch beim Homöopathen ist Schritt Nummer zwei.

Text: Vanessa Naef / Illustration: fotolia.com

### Definition: Tumor

Tumor bedeutet wörtlich übersetzt Schwellung. Mit dem Begriff Tumor können im Allgemeinen Entzündungen, Geschwülste, Ödeme oder Zysten gemeint sein. Zysten sind Hohlräume im Gewebe, die mit Flüssigkeit gefüllt sind.

# Interessante Angebote\* Anzeige

## Geschichte auf dem Ballenberg

Die Ausstellung im ersten Stock der Drogerie (Handwerkerhaus, Herzogenbuchsee) erzählt die Geschichte der Naturheilkunde und deren Stellenwert für die Drogerie: Wie Kräuterpfarrer Künzle und Dr. Alfred Vogel hatten die Drogisten stets ein umfassendes Wissen über Drogen, Kräuter und Pflanzenheilkunde.

[www.ballenberg.ch](http://www.ballenberg.ch)



## Ferien in Obwalden

Das Kurhaus am Sarnersee mit Hotelcharakter bietet eine einmalig erholsame Atmosphäre. Die malerische Zentralschweizer Landschaft ist der ideale Ort, um Erholung zu finden und zur ersehnten Ruhe zu kommen.

[www.kurhaus-am-sarnersee.ch](http://www.kurhaus-am-sarnersee.ch)



\*Auf dieser Seite stellen Inserenten Produkte aus ihrem Angebot vor. Der Inhalt dieser Texte liegt ausserhalb der redaktionellen Verantwortung.