

Naturheilkundliche Behandlung der Endometriose

Erfahrungsmedizinische Therapiewege

Heide Fischer, Freiburg/Breisgau

In der heutigen frauenärztlichen Sprechstunde kommen zunehmend Naturheilmittel, besonders Phytopharmaka, zum Einsatz. Ihre Anwendung bei prämenstruellen und menopausalen Beschwerden ist derzeit verbreitet. Erfahrungsheilkundliche Behandlungswege gibt es auch für die schwer behandelbare Endometriose, wie im Folgenden gezeigt wird: Die verwendeten Methoden sind in erster Linie die Phytotherapie, die Ernährungs- und die Visualisierungstherapie.



Frauen mit Endometriose, welche regelmässig unter starken Monatsbeschwerden leiden, begrüssen oftmals komplementärmedizinische Therapien.

Endometriose ist eine ausserordentlich belastende Erkrankung für alle am Behandlungsprozess beteiligten Personen. Die betroffene Patientin plagt oftmals starke Schmerzen; ihr Kinderwunsch bleibt sehr häufig unerfüllt. Für die Frau selbst, die Angehörigen und den behandelnden Arzt ist es schwer ertragbar, dass häufig weder mit konservativer noch mit operativer Therapie eine langfristige tatsächliche Beschwerdefreiheit

der Patientin erreicht werden kann. Nach fünf Jahren muss nachweislich mit Rezidivquoten von etwa 50 Prozent gerechnet werden.

Die hormonelle Therapie stösst mit ihren Nebenwirkungen an die Toleranzgrenze der Patientinnen und ist ausserdem nur über einen begrenzten Zeitraum anwendbar. Auch das Einsetzen der Menopause garantiert nicht, dass die Erkrankung zum Stillstand kommt, da bei einem Teil der Patientinnen die Endometriose hormonunabhängig wächst. Die vermeintliche Indikation wiederholter Operationen wegen mehrfacher Krankheitsschübe sollte ebenfalls nachdenklich machen und eine Suche nach ganzheitlichen Lösungen erwägen lassen.

Zukunftsweisende Forschungsansätze

Hinweise auf einen selektiven Immundefekt (vgl. *Kasten 3*) bei Endometriose bringen die Naturheilkunde mit ihren ver-

schiedenen Möglichkeiten der Immunmodulation als Therapieansatz ins Spiel. Daneben scheinen weitere Ansätze interessant: Beispielsweise kann die Psychologin Jeanne Achterberg mit ihren Forschungen zur autosuggestiven Beeinflussung des Immunsystems erste Erfolge auf dem Gebiet der «Psycho-Neuro-Immunologie» vorweisen. Behandlungsversuche mit Immunsuppressiva haben dagegen keine Besserung gezeigt. Die Umweltmedizin, die sich ebenfalls mit der Erkrankung beschäftigt hat, bringt die Häufigkeit ihres Auftretens mit der zunehmenden Schadstoffbelastung, speziell mit östrogenwirksamen Umweltgiften (in Pestiziden, Weichmachern etc.), in Verbindung.

Untersuchungsergebnisse, nach denen Endometriose-Patientinnen häufig ein negatives Verhältnis zur eigenen Weiblichkeit haben, ein allgemein gesteigertes aggressives Potenzial und eine Neigung zu Depressionen aufweisen, geben Anlass, auch Grundsätze der Psychosomatik in eine ganzheitliche Behandlung mit ein-

Naturheilkundliche Behandlung der Endometriose

fließen zu lassen. Dass Endometriose eine Erkrankung von «Karrierefrauen» ist, lässt sich allerdings in der Praxis nicht bestätigen und erscheint pauschaliert.

In der neueren Forschung wird zwischen dem Phänomen Endometriose (d. h. asymptomatische Endometriose-Zellinseln als Zufallsbefunde bei nicht gynäkologischen Operationen) und der Krankheit Endometriose, die mit Beschwerden einhergeht, unterschieden. Dies legt den Schluss nahe, dass das Endometriosegewebe in vielen Fällen symptomlos persistieren kann. Diese Erkenntnislage machen sich regulative Naturheilverfahren wie Homöopathie, Phytotherapie, traditionelle chinesische Medizin (TCM) mit guten Erfolgen zu Nutze. Entsprechend gilt für diesen Teil der Erfahrungsmedizin: *Nicht die Elimination der Endometrioseherde muss das Therapieziel sein, sondern die Beschwerdefreiheit der Patientin und die Realisierung ihres Kinderwunsches.*

Die naturheilkundliche Therapie

Vor dem Hintergrund der unbefriedigenden Ergebnisse klassischen schulmedizinischen Vorgehens liegt es nahe, ganzheitliche Behandlungswege zu suchen. In Frage kommen:

- ▶ allgemein regulierende und symptomatische Behandlung mit Heilpflanzen unter besonderer Berücksichtigung proteolytischer, immunmodulierender und hormonell wirksamer Pflanzen
- ▶ diätetische Behandlung
- ▶ Bewegungstherapie
- ▶ psychosomatische Behandlung.

Eine *allgemein regulierende phytotherapeutische Behandlung* beruht auf:

- ▶ Wachstumshemmung und Immunmodulation durch Mistel als Teedroge oder als Injektionstherapie mit entweder standardisierten Mistellektin-Präparaten oder Auszügen der ganzen Pflanze, die nach anthroposophischen Richtlinien aufbereitet wurden
- ▶ Hormonregulation mit progesteronwirksamen Pflanzen wie Mönchspfeffer, Frauenmantel, Schafgarbe, Steinsamen,

Kasten 1

Beispiel einer phytotherapeutischen Rezeptur für eine Endometriose-Patientin:

Ein wie folgt komponierter Heiltee (Infus) sollte über einen Zeitraum von 6 Wochen getrunken werden, danach Wiedervorstellung in der Praxis und Modifikation der Rezeptur.

Rp.:

Agnis casti semen cont.	30,0 g
Cardui mariani fruct. cont.	35,0 g
Calendulae hb.	25,0 g
Taraxaci hb.	25,0 g
Visci albi hb.	35,0 g
Alchemillae hb.	25,0 g

M.species

3 x täglich 1 Tasse a.c., 1 Teelöffel pro Tasse, 10 Minuten zugedeckt ziehen lassen.

Ergänzt wird der Tee durch eine Tinktur, welche gegen eine schmerzhafte, starke Regelblutung ausgerichtet ist und die 5 Tage vor der zu erwartenden Menstruation bis zum Abklingen der Beschwerden eingenommen werden sollte.

Rp.:

Anserinae Tct.
Millefolii Tct.
Bursae pastoris Tct.
M. aa ad 50 ml,
3 x täglich: 20 gttae (in Heiltee)

Weitere Informationen bei der Verfasserin

Kasten 2

Auswahlliste von Fertig-Arzneimitteln (in Schweizer Apotheken erhältlich)

– Mistel als Injektionstherapie	Iscador®
– Mönchspfeffer	Premens®/Prefemin®
	Agnolyt®
– Mariendistelsamen	Leber Gallentropfen
	Leber Gallentropfen (Kombi)
– Brennnessel	Simic®
– Artischockenblätter	Hepa S®
	Boldocynara (Kombi)

- men, Yamswurzel, die – wie wir inzwischen wissen – hormonmodulierend und nicht -substituierend wirken
- ▶ Unterstützung der Leberfunktion im Sinne einer Entgiftung, aber auch zum Abbau des hohen zirkulierenden Östrogens mittels Mariendistelsamen (Ein Hinweis aus neueren Veröffentlichungen: hoch dosierte Johanniskrautpräparate mindern die Wirkung von Ovulationshemmern vermutlich über

den verstärkten Abbau der Hormone in der Leber.)

- ▶ Ausleitung über Darm, Haut, Niere und Leber mit Brennnessel, Löwenzahn, Bärlauch, Goldrute, Süßwasseralgen-Präparaten (u. a.)
- ▶ Darmsanierung/Verdauungsregulation mit Bitterstoffdrogen wie Artischockenblätter, Enzian, Tausendgüldenkraut, Wegwarte und/oder mikrobiologischen Präparaten

Naturheilkundliche Behandlung der Endometriose

Kasten 3

Endometriose – Definition, Diagnostik, Symptomatik und Therapie

nach Prof. J. Keckstein, Villach, und PD Dr. U. Karck, Freiburg

Definition

Endometriumzellen siedeln sich ausserhalb der Gebärmutter, meist im kleinen Becken, an. Es finden sich Herde an den Ovarien, den Tuben, den Gebärmutterligamenten, dem Douglas-Raum, dem Bauchfell, an Darm, Blase oder Harnleiter, seltener ausserhalb des kleinen Beckens.

Epidemiologie

Betroffene haben im Durchschnitt eine fünfjährige Beschwerdeanamnese vor der Diagnosestellung. Endometriose wird am häufigsten zwischen dem 25. und dem 29. Lebensjahr festgestellt, in bis zu 80 Prozent aller Bauchspiegelungen zur Sterilitätsabklärung werden Endometrioseherde gefunden.

Diagnostik

Die Diagnose Endometriose kann nur durch eine Gewebeentnahme mit anschliessender histologischer und biochemischer Untersuchung gesichert werden. Endometrioseherde stellen sich makroskopisch als bräunliche bis schwarze Implantate dar, die blutgefüllte, zystische Strukturen bilden können. Mikroskopisch finden sich normale endometriumtypische Drüsenstrukturen, deren funktionelle Veränderungen denen des uterinen Endometriums entsprechen, aber auch unreife und weniger differenzierte Zelltypen, die kein hormonabhängiges Wachstum zeigen und entsprechend wenig bis keine Östrogenrezeptoren aufweisen. Das Klassifikationssystem der American Fertility Society in seiner revidierten Fassung stellt einen auch in der Klinik brauchbaren Score dar, der das Ergebnis einer operativen Untersuchung festhält.

Ätiologie

Die Transplantationstheorie nimmt eine «retrograde Menstruation» an, Endometriumzellen gelangen während der Periodenblutung durch die Eileiter in den Bauchraum und finden günstige Ernährungsbedingungen im Bereich des Bauchfelles. Absiedelungen ausserhalb des Beckens werden durch den Transport über den Lymph- oder Blutweg erklärt.

Immunologische Beobachtungen

Es findet sich eine verminderte Makrophagenaktivität in der Peritonealflüssigkeit bei an Endometriose Erkrankten. Dies stellt einen selektiven Immundefekt dar, wodurch Endometriumfragmente an atypischer Stelle überleben können.

Symptomatik

Festzustellen ist, dass die Symptome der an Endometriose Erkrankten nicht mit der Ausdehnung des Befundes nach dem rAFS korrelieren. Es finden sich mässige bis schwerste Menstruationsbeschwerden, aber auch zyklusunabhängige Unterbauchschmerzen, teilweise beim Stuhlgang oder Wasserlassen. Die Frauen berichten von Blutungs- und Zyklusstörungen und Dyspareunie. Circa 50 Prozent klagen über ungewollte Kinderlosigkeit.

Therapie

Die operative Therapie kann meist laparoskopisch durchgeführt werden und dient der Exzision oder Koagulation von Herden, der Entfernung von Zysten, der Lösung von Adhäsionen und der eventuellen Rekonstruktion der Tuben. Die hormonelle Behandlung umfasst eine reine Gestagengabe oder die Gabe von Danazol oder GnRH-Analoga, die über eine Blockade der Hypophyse die Aktivität der Ovarien einschränken und einen postmenopausalen Zustand herbeiführen. Die Therapiedauer der letztgenannten Medikamente ist wegen der Gefahr von Osteoporose, Arteriosklerose und Stoffwechseleränderungen auf 6 Monate beschränkt. Die Schwangerschaftsrate kann durch eine medikamentöse Behandlung nicht verbessert werden.

- ▀ Schleimhautberuhigung mit Ringelblume, Leinsamen, Eibisch, Taubnessel, Isländisch Moos.

Die *symptomatische Behandlung mit Heilpflanzen* umfasst:

- ▀ Schmerzbekämpfung mit Gänsefingerkraut, Pestwurz, Weidenrinde, Schöllkraut, Mädessüss, Mutterkraut, Khella, Hamamelis
- ▀ Blutstillung bei Hypermenorrhö mit Blutwurz, Hirtentäschel, Schafgarbe
- ▀ Unterstützung der Blutbildung mit Brennnessel, Vogelknöterich, Löwenzahn, Wildgemüsen
- ▀ seelische Unterstützung mit Johanniskraut, Melisse, Passionsblume, Baldrian.

Es muss betont werden, dass ein phytotherapeutisches Vorgehen eine entsprechende Ausbildung voraussetzt (z. B. bei der Freiburger Heilpflanzenschule). Die oben aufgeführte Teerezeptur stellt ein Beispiel dar; Tees oder Tinkturen müssen je nach dem Beschwerdebild und der Persönlichkeit der Patientin individuell zusammengestellt werden.

Naturheilkundliche Behandlung der Endometriose



Ankündigung

Tagung: «Phytotherapie in der Gynäkologie» im November

Die diesjährige 17. Schweizerische Jahrestagung für Phytotherapie findet zum Thema «Phytotherapie in der Gynäkologie» am 14. November 2002 in Solothurn statt. Die Schweizerische Medizinische Gesellschaft für Phytotherapie (SMGP), die diese Tagung organisiert, hat ein nicht nur für GynäkologInnen, sondern auch für AllgemeinpraktikerInnen interessantes Programm zusammengestellt. Neben Referaten zu wichtigen gynäkologischen Indikationsgebieten wie Wechseljahrbeschwerden, Harnwegs- und Vaginalinfekten, Menstruationsproblemen, Prämenstruellem Syndrom und Endometriose wird ein Workshop zum Thema «Phytotherapie in Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett» stattfinden.

Informationen über:
 Sekretariat der SMGP
 Frau Elisabeth Bács
 Tel. 01-252 18 79
 Fax 01-252 19 06
 E-Mail:
 sekretariat-smgp@swissonline.ch
 Internet: www.smgp.ch

Kasten 4

Symptomatische Behandlung mit Heilpflanzen bei Endometriose

(Auswahlliste von Fertig-Arzneimitteln, in Schweizer Apotheken erhältlich)

Schmerzbekämpfung

– Pestwurz	Dolomed®, Petador®
– Weidenrinde (Kombi)	Zellers Kopfweg-Dragees
– Schöllkraut	Choleodoron® (als Kombi mit Curcuma)

Blutstillung bei Hypermenorrhö

– Hirtentäschel, Schafgarbe etc.	Menodoron
----------------------------------	-----------

Unterstützung der Blutbildung

– Brennnessel	Valverde® Prostata
---------------	--------------------

seelische Unterstützung

– Johanniskraut, Melisse, Passionsblume, Baldrian	Relax®, Redormin®
	Valverde® Entspannungsdragees,
	Valverde® Schlafdragees,
	Valverde® Hyperval
	Sedonium®, Jarsin®
	Hova®
	Dormiplant®, Hyperiplant®
	Sedasol®, Lucilium® 425
	Hyperimed®, Hyperiforce®
	Mandal®

Ernährung und Nahrungsergänzung

Diätetisch kann eine Endometriosebehandlung unterstützt werden durch die drastische Einschränkung tierischer Eiweisse zu Gunsten einer ausgewogenen, vollwertigen Ernährung und der kurmässigen Vermeidung aller Genussgifte. Ernährungshinweise sollten jedoch generell nicht nur Verbote beinhalten, sondern auch Nahrungsmittel oder Nahrungsergänzungen nennen, die explizit gesundheitsfördernd wirken: Hierzu gehören alle Kohlarten, wie auch die meisten Hülsenfrüchte – einschliesslich der Sojabohne –, welche hormonmodulierende Substanzen enthalten. Alles Grüngemüse wirkt blutbildend; Kressen, Keime und Meerrettich unterstützen das Immunsystem. Ballaststoffe regulieren die Darmfunktion, was für die gereizte Umgebung wichtig sein kann.

In diesem Zusammenhang erfüllt der Leinsamen eine mehrfache Funktion: Die enthaltenen Schleimstoffe wirken beruhigend auf das Endometriosegewebe ein, Lignane wirken hormonmodulierend, Ballaststoffe in Kombination mit Schleimen fördern den beschwerdefreien Stuhlgang.

Die US-amerikanische Endometriose-Gesellschaft empfiehlt generell die hoch dosierte Nahrungsergänzung mit Vitaminen und Mineralien. Ein deutscher Kollege verwendet zur Diagnostik von Nahrungsmittelunverträglichkeiten und zur Nahrungsmittelwahl die «Applied Kinesiology» und berichtet von guten Erfahrungen.

Förderung von Bewegung und Beckendurchblutung

Das Gespräch mit der betroffenen Patientin über Ernährung und Bewegungsgewohnheiten leitet in der Praxis über zum

Naturheilkundliche Behandlung der Endometriose

Thema der allgemeinen Lebensführung und zur Sorgfalt mit dem eigenen Körper. Da Frauen statistisch gesehen dafür aufgeschlossener als Männer sind, kann ihnen bezüglich Eigenaktivität in Ergänzung zur medikamentösen Therapie mehr «zugetraut» werden.

Die TCM lehrt im Zusammenhang mit Endometriose einen Energiemangel oder auch einen Energiestau im kleinen Becken. Dem entsprechen «unsere» psychosomatischen Forschungsergebnisse, die von ablehnender oder mindestens ambivalenter Einstellung zur eigenen Weiblichkeit bei vielen Endometriosepatientinnen berichten. Eine sanfte Methode, die eine Hinwendung zum Frausein bewirken kann, ist die regelmässige Praxis des Luna Yoga, einer von Adelheid Ohlig frauenspezifisch modifizierten Form des klassischen Hatha-Yoga. Entspannung und eine mässig verstärkte Beckendurchblutung, gepaart mit Aufmerksamkeit und liebevoller Hinwendung zu den Beckenorganen, lindern Endometriosebeschwerden.

Körperorientierte Visualisierung: Möglichkeit zur Selbsthilfe

Anstatt Endometriosebetroffene zu kate-

gorisieren und ihnen pauschal bestimmte Konflikte zuzuschreiben (Fehler früherer Psychosomatiker), kann man aufgeschlossene Patientinnen mit körperorientierten Visualisierungen helfen: Hier geht es darum, den Hintergrund der Erkrankung zu beleuchten, die Körpersprache zu verstehen – in Entspannung «hörbar» gemacht – und selbstbestimmte Heilungsschritte zu entwickeln. Auf diesem Weg werden individuelle Lebensthemen enthüllt; dazu gehört auch «Körpertrauer» (ein Begriff, den die in der Tradition von Simonton und Achterberg stehende, als junge Frau selbst an Endometriose erkrankte Soziotherapeutin Angelika Koppe mit ihrer «Methode Wildwuchs» geprägt hat). Schmerzhaftes Erinnerungen, aber auch nicht gelebte Wünsche und Gelüste zeigen sich in Form von inneren Bildern. In Entspannung gewinnt die Patientin Zugang zu einem inneren, tiefen Wissen, mit dem sie gesundheitsförderliche Schritte im Alltag (mit der hohen Motivation und dem hohen Leidensdruck von Endometriosebetroffenen) einleiten wird. Für diese Therapieform spricht auch der Ansatz der amerikanischen Kollegen, die bezüglich einer Immunmodulation mit Autosuggestionen hervorragende Ergebnisse erzielen konnten (s. o.).

Fazit

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass es sich in praxi lohnt, komplementäre Heilverfahren in die Behandlung bei Endometriose mit einzubeziehen. Die Phytotherapie mit ihren wohl untersuchten Heilmitteln stellt ein optimal geeignetes Instrumentarium sowohl zur kausalen als auch zur symptomatischen Behandlung dar. Auch Homöopathie, TCM oder andere Naturheilverfahren scheinen geeignet, regulativ ins Endometriosegeschehen einzugreifen und Beschwerden zu lindern. Darüber hinaus sollten die Selbstheilungskräfte der Patientin durch psychosomatische Verfahren wie körperorientierte Visualisierungen gefördert werden, ihre Eigenkompetenz gestärkt und sie selbstverantwortlich in den Behandlungsplan mit einbezogen werden. ▀

*Heide Fischer
Ärztin*

Baslerstr. 38

D-79100 Freiburg

E-Mail: heide.fischer@gmx.de

Literatur bei der Verfasserin