

## 6. Krankenhausaufenthalt

Häufig vergessen Patientinnen, selbstverständliche Dinge mit ins Krankenhaus zu nehmen. Denken Sie neben naheliegenden Utensilien wie Bekleidung und Hygieneartikeln auch an persönliche Gegenstände, welche Ihnen ein besseres Wohlbefinden bereiten und Ihnen Sicherheit geben.

Nicht selten verlassen Betroffene das Krankenhaus nach einer OP, ohne zu wissen, welche Schritte nun folgen. Klären Sie unbedingt ab, wohin Ihre Unterlagen (OP-Bericht, Laborbericht, Befund, ggf. Bilder, Bericht des Arztes) geschickt werden oder lassen Sie sich diese selbst aushändigen.

### Ihre Bewertung

Diese Bewertung können Sie anonym beim Arzt hinterlassen und/oder auch per E-Mail an [kontakt@netzwerk-endometriose.de](mailto:kontakt@netzwerk-endometriose.de) senden.

Wie beurteilen Sie Ihren Arzttermin im Hinblick auf folgende Faktoren?

	sehr gut	gut	weniger gut	schlecht
Freundlichkeit des Personals (Telefon, Empfang)				
Freundlichkeit des Arztes				
Informationsversorgung				
Termin inkl. dessen Einhaltung				
Umgang mit Beschwerden und Einwänden				
Hygiene				

**Platz für Anmerkungen** - Was möchten Sie sonst noch gerne mitteilen?



Die „Checkliste Arztbesuch“ - für Frauen mit Endometriose überreicht Ihnen:  
Das Netzwerk Endometriose  
Eine Initiative vom Netzwerk Endometriose bitte folgen Sie weiteren Informationen mit einem „Gefällt mir“ und teilen Sie Ihre Erfahrungen mit anderen auf  
[www.facebook.com/EndometrioseNetzwerk/](https://www.facebook.com/EndometrioseNetzwerk/)

© [www.netzwerk-endometriose.de](http://www.netzwerk-endometriose.de)

## „Checkliste Arztbesuch“ - für Frauen mit Endometriose

Endometriose-Erkrankte haben eine ganze Reihe von Fragen. Dieses Infoblatt fasst die wichtigsten Informationen zusammen. Ärzte können durch das Aushändigen wertvolle Zeit einsparen. Betroffene profitieren von mehr Transparenz und Aufklärung.

### 1. Ablauf in Praxis und Klinik

Der Weg vom ersten Termin bis zur Entlassung aus einer Praxis oder Klinik ist von Bürokratie geprägt. Häufig ist zudem aufgrund von Begleiterkrankungen eine interdisziplinäre Zusammenarbeit mit Ärzten weiterer Fachbereiche erforderlich. Um offene Fragen zu vermeiden, bringen Sie folgende Dinge möglichst immer mit:

- ✓ Versichertenkarte, Überweisungen
- ✓ Vorbefunde (Arztbriefe, OP-Berichte)
- ✓ Untersuchungsprotokolle (Bildgebungen, Histologieberichte, Laborwerte)
- ✓ Medikamentenliste
- ✓ persönliche Notizen sowie Schmerztagebuch

### 2. Das Arztgespräch

Patientinnen sollten vor dem Termin sämtliche Fragen aufschreiben und wichtige Punkte während des Gesprächs notieren. Nehmen Sie möglicherweise eine Begleitperson mit zu den Gesprächen, welche Sie dabei unterstützt, dass kein Punkt vergessen wird. Ein Begleiter ist zudem hilfreich für das „Gedächtnisprotokoll“.

Im Optimalfall haben Sie zudem alle relevanten Unterlagen (siehe Punkt 1) in die Praxis mitgebracht, damit sich Ihr Arzt ebenfalls gut auf das Gespräch vorbereiten kann.

Eine gelungene Arzt-Patienten-Kommunikation hat folgende Inhalte:

- ✓ Aufklärung
- ✓ Beratung
- ✓ Verständliches Aufzeigen des weiteren Ablaufs
- ✓ Aufzeigen der Ziele
- ✓ Voraussichtliche Dauer der Therapie
- ✓ Nennung realistische Erfolgschancen
- ✓ Betrachtung interdisziplinärer Möglichkeiten
- ✓ Hinweis auf komplementäre/alternative Methoden
- ✓ konkrete Kontaktvermittlung zur regionalen Endometriose-Selbsthilfegruppe

Patientinnen müssen sowohl auf die bevorstehende Therapie vorbereitet, als auch bei der Nachsorge begleitet werden! Denken Sie nach dem Arzttermin außerdem an Folgendes:

- ✓ Abklären, wohin Berichte, Laborergebnisse und Befunde geschickt werden
- ✓ Unterlagen ggf. selbst mitnehmen (Befunde, Laborberichte, Bilder, CDs, Arztbrief usw.)
- ✓ Erfragen: In welcher Form (z.B.: Douglas, Adenomyosis usw. (ICD/- N 80-80.9)) in welchem Stadium (gemäss der rASRM besser der EEC 1-4 Klassifikation), befindet sich die Endometriose?
- ✓ Überweisungen und Rezepte nicht vergessen
- ✓ Antrag AHB (Anschlussrehabilitation) und Rehabilitation (Wann kommt der Sozialarbeiter, zur Beantragung?)

### 3. Die Diagnostik

Für die Endometriose-Diagnostik stehen folgende Vorgehensweisen zur Verfügung, die nach Möglichkeit genutzt werden sollten:

- ✓ Gründliche Befragung und Untersuchung durch Gynäkologen (Hilfsmittel: Anamnesebogen, Schmerzscalen), Untersuchung (Tastuntersuchung durch Gynäkologen und bildgebende Untersuchung durch Radiologen)
- ✓ Berücksichtigung sowohl typischer als auch untypischer Beschwerden (Symptom/Syndrom)
- ✓ Ausschluss anderer Erkrankungen durch interdisziplinäre Diagnostik
- ✓ Fallbesprechung mittels praktizierender Kooperationen der Fachdisziplinen: Gastroenterologie, Urologie, Neurologie, Chirurgie, Hämatologie, Endokrinologie, Pathologie, Schmerztherapie, Psychosomatik
- ✓ Ggf. Durchführung eines sog. „Pillentests“
- ✓ Definitive Diagnosesicherung: endoskopische Betrachtung der Bauchhöhle

Besondere Priorität haben Tastuntersuchung und bildgebende Diagnostik, da hier auch die angrenzenden Organe wie Blase, Nieren und Darm untersucht werden. Abhängig vom Befund leiten sich Maßnahmen in weiteren medizinischen Fachbereichen ab.

Bei Betroffenen, deren Kinderwunsch unerfüllt ist, sind ggf. folgende Untersuchungen ratsam:

- ✓ Kontrolle der Eileiterfunktionalität (Durchlässigkeit ist kein positiver Befund)
- ✓ Gebärmutter Spiegelung
- ✓ Untersuchung der Fertilität des Partners

### 4. Die Therapie

Grundsätzlich stehen zwei Therapieformen zur Verfügung:

- ✓ Symptomatische Behandlung mit Schmerzmitteln und Hormonpräparaten
- ✓ Operation (ggf. im Rahmen der endoskopischen Untersuchung), organerhaltendes Vorgehen im Vordergrund

Bei eher unauffälligem Untersuchungsbefund und ohne aktuellen Kinderwunsch kann zunächst mit der medikamentösen Therapie begonnen werden, wobei dies vom Einzelfall abhängt. Möglicherweise ist auch die Laparoskopie (Bauchspiegelung) der richtige Weg.

Achtung: Heilen lässt sich die rezidivfreudige Erkrankung nach aktuellem Stand leider kaum vollständig. Das heißt, ein Wiederauftreten nach Operationen ist wahrscheinlich. Entsprechend kommt auch der Nachbehandlung hohe Bedeutung zu!

Unterstützend stehen komplementäre und auch alternative Ansätze zur Verfügung:

- ✓ Naturheilverfahren (z. B. Phytotherapie, Hydrotherapie/Balneotherapie, Bewegungstherapie, Diätik, Ordnungstherapie, Aromatherapie, Spagyrik, Homöopathie, Bachblüten, Traditionelle chinesische Medizin (TCM), anthroposophische Medizin usw.)
- ✓ Körpertherapie (z.B. Akupunktur, Kinesiologie, Qi Gong, Osteopathie usw.)
- ✓ Entspannungsverfahren (z. B. Meditation, Yoga usw.)
- ✓ Physiotherapie
- ✓ Psychologische Unterstützung (z. B. Partnerschafts- und Sexualberatung)

### 5. Selbsthilfe

Über das Arztgespräch hinaus kann die Teilnahme an Selbsthilfegruppen (SHG) zahlreiche Vorteile für Betroffene bringen. Sie haben die Möglichkeit, sich auszutauschen und Informationen zu erhalten. Das seelische Wohlbefinden lässt sich hierdurch ebenfalls meist deutlich steigern.

Selbsthilfegruppen unterstützen darüber hinaus bei schwierigen Fragen im Umgang mit Behörden, beispielsweise bei der Beantragung eines Schwerbehindertenausweises.