

**Dr. med. Dorothee Struck
Marion Billker
Christine Tsolodimos**

Wirksame Hilfe bei Myomen

- **Alles über Hormone und Operation**
- **Was Sie selbst tun können**
- **So nutzen Sie die Alternativen der Naturheilkunde**

• Vorwort	8
• Was sind Myome?	11
Der Aufbau der Gebärmutter	12
Wie Myome entstehen	14
Wann eine Behandlung nötig ist	15
Die verschiedenen Arten von Myomen	16
Die üblichen Untersuchungen der Gebärmutter	18
Untersuchungen unter Narkose	19
• Wie Myome behandelt werden	23
Hormontherapie gegen Blutungen und weiteres Wachstum	24
* Die Behandlung mit Gestagenen	24
* Die »Hormonspirale« und das Gestagenimplantat	24
* Die Hormonbehandlung mit GnRH-Analoga	25
Kleine operative Eingriffe	27
* Das Ausschaben der Gebärmutterschleimhaut	27
* Die Ballonverödung der Gebärmutterschleimhaut	28
* Das »Verkochen« der Gebärmutterschleimhaut (Endometriumablation)	29
* Die Myomenukleation	31
• So helfen Naturheilverfahren	35
Die Phytotherapie: Prinzipien, Herkunft und Anwendung	37
Physikalische Therapie: gesund mit Wärme, Kälte und Bewegung	38
Die Homöopathie: Prinzipien, Herkunft und Anwendung	39
Die Bach-Blüten-Therapie	42
Die Aromatherapie: mit ätherischen Ölen heilen	43

Inhalt!

Die Sicht der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM)	45
Wichtige Begriffe der TCM	46
Wie Myome entstehen: die »chinesische« Erklärung	48
Der Weg zur Diagnose	48
Therapieverfahren der chinesischen Medizin	51
* Die Ernährungslehre	51
* Die Bewegungslehre Qigong	54
* Akupunktur, Moxibustion, Akupressur	57
* Die chinesischen Arzneitees	58
Schwangerschaft mit Myomen	61
Mögliche Komplikationen und wie sie behandelt werden	62
Wenn Sie nach einer Myomenukleation schwanger werden	64
Mögliche Komplikationen nach einer Myomresektion	66
Wenn die Gebärmutter entfernt werden muss	73
Die Operation durch die Scheide (vaginale Hysterektomie)	75
Die Operation durch den Bauch (abdominale Hysterektomie)	79
Die laparoskopisch assistierte (unterstützte) vaginale Hysterektomie (LAVH)	82
Gebärmutterentfernung »durchs Schlüsselloch?«	84
Eventuelle zusätzliche Eingriffe	85
Die Zeit im Krankenhaus	89
Ihre Vorbereitung auf die Klinik	90
Die Aufnahme ins Krankenhaus: Das kommt auf Sie zu	95
Nach der Operation: die ersten Tage im Krankenhaus	99

Wann Sie wieder nach Hause können	104
Nach der Entlassung aus dem Krankenhaus	105
• Was Sie selbst tun können, um gesund zu werden und zu bleiben	111
Arzneitees und pflanzliche Medikamente	112
Homöopathische Mittel bei zu langer und zu starker Regelblutung	115
Akupressur bei Myomen und Unterleibsbeschwerden	117
Qigong-Übung zur Entspannung und für den Heilungsprozess	119
• Glossar der wichtigsten medizinischen Fachbegriffe	122
• Bücher zum Weiterlesen	126
• Adressen, die weiterhelfen	129
• Stichwortverzeichnis	132