



BYE BYE BAUCHWEH

MÄDCHENLEIDEN UNTER DER LUPE

Fr. Dr. med. Irène Dingeldein
ScolarmedJahrestagung 2024

Disclosures

- Speaker für Zeller Pharma
- Advisory board Bayer, Theramex

Mädchenleiden

Schlechte Laune

Stress

Liebeskummer

Angst

Genderdysphorie

Bauchschmerzen

Starke Blutungen

Mensbeschwerden

Müdigkeit

Brennen

Juckreiz



PMS

Betrifft die Lutealphase

10 Tage bis 2 Wochen des Zyklus

Symptomfreiheit vor der Ovulation

1/4 im täglichen Leben eingeschränkt:
Schule!! Rapkin and Winter , 2009

20 -40 % sind
betroffen

PMS

Reizbarkeit

Stimmungsschwankungen

Wutanfälle Konflikte im täglichen Leben

Angstzustände

Depression

psychische
Beschwerden

PMS

Blähungen

Kopfschmerzen

Müdigkeit

Appetitzunahme

Mastodynie

Körperliche
Beschwerden



1874 Dr. Henry Maudsley:

Die mit der Pubertät beginnende monatliche Aktivität der Ovarien hat einen bemerkenswerten Einfluss auf Körper und Geist, was zu mentaler und physischer Verwirrung führen kann.



Behandlungsmöglichkeiten

Diät

Sport

Mikronährstoffe

Magnesium

Pflanzliche Medikamente

Mönchspfeffer = Dopaminagonist

Alternativen

Selina, 17-jährig

Oligomenorrhoe
Akne

Menarche 13-jährig

Oligomenorrhoe seit 1 Jahr
Gewichtszunahme
Akne

Kein fester Freund
Will keine Pille wegen Angst vor
Gewichtszunahme

- Hypo-/ Hyperthyreose
- Hyperprolaktinämie
- Hyperandrogenämie
- Hypergonadotrope Ovarialinsuff.
- Hypogonadotrope (z.T. normogonadotrope) HHO-Achsen-Störung : - Hypophyseninsuff.
- Essstörung/ Leistungssport - chron. Erkrankungen - „idiopathisch“

Braucht keine Kontrazeption (?)

Im Moment kein Freund

Mutter ist gegen Hormone

VK nach 3 Monaten:
Regelmässige Mens

Bessere Haut



Mina, 16-jährig

Meno-/Metrorrhagien

Menarche mit 12-jährig

Seit 2 Jahren zunehmend
starke Blutungen, länger als 8
Tage

Hb 10 g/dl, ist immer müde

Kein Freund (Kultur!)

Follikelpersistenz bei CL-Insuffizienz

Von Willebrand-Krankheit

Braucht keine Kontrazeption (?)

Hormone kommen nicht in
Frage

Premens, Tranexamsäure,
Fe-Therapie

VK nach 3 Monaten:
Regelmässige Mens,

Deutlich weniger starke Blutungen

Bauchschmerzen

Dysmenorrhoe
Endometriose?

Obstipation?

Apendizitis

Torquiertes Ovar

Chlamydien

Oder?



Dysmenorrhoe

Teenager-Dysmenorrhoe
bei ca 50 – 75 % der jungen
Mädchen in den ersten 2
Jahren nach der
Menarche

Durchblutungsstörungen
(uterine Ischämie durch
Überschuss an PG alpha 2)

Psychovegetative
Probleme

Lageanomalien des Uterus





Alicia, 14-jährig

Dysmenorrhoe

Menarche vor 2 Jahren
Zunehmende Dysmenorrhoe
Stimmungsschwankungen/
Pubertät?

Kein Freund, kein GV

Braucht keine Kontrazeption

Mönchspfeffer täglich für 3
Monate p.o.

Verlaufskontrolle : KEINE
Beschwerden mehr, sogar Haut
ist besser geworden

Procedere: Reduktion auf 2
Wochen/Monat

Catarina, 12-jährig

Kongenitale CMV Infektion
Schwere Beeinträchtigung

Dysmenorrhoe, Erbrechen vor
und während der Mens

Schlafstörungen

Kann nicht in die Tagesschule
während der Mens

Braucht keine Kontrazeption

Kontrolle nach 3 Monaten

Mutter ist begeistert, Catarina sei
wie ausgewechselt

Seit der 2. Mens kein
Erbrechen mehr, schläft gut

Normaler Schulbesuch

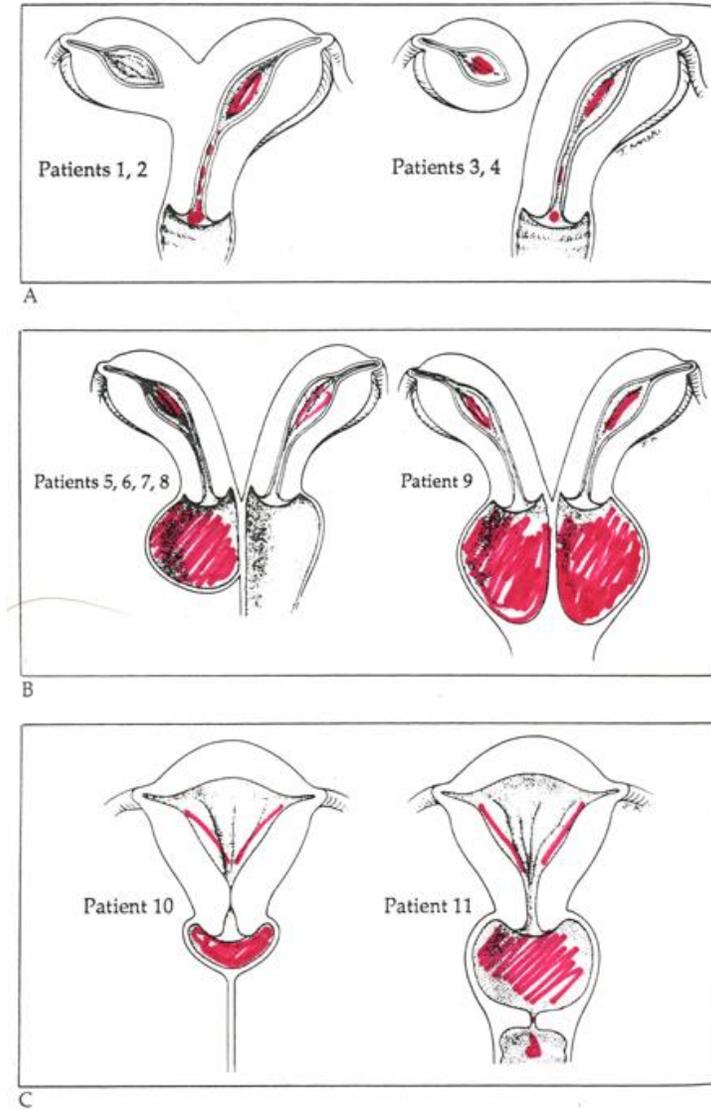
Sekundäre Dysmenorrhoe

organische Ursache

kongenitale Fehlbildungen

Endometriose

PID (Chlamydien)



Endometriose??

Kommt schon bei jugendlichen Mädchen vor

Schmerzen während und ausserhalb des Zyklus

Schulabsenzen

Deshalb: awareness, aber Vorsicht

Beginn mit COC (Pille) ,

gegebenenfalls Dienogest

Die Schmerzen werden von den jungen Frauen als stärker empfunden

Pain levels of women diagnosed with Endometriosis: Is there a difference in young women?

JPAG 04/23

A. Wüest et al . (Dingeldein)

Endometriose : Tool für Schulen

Warum sprechen wir darüber?



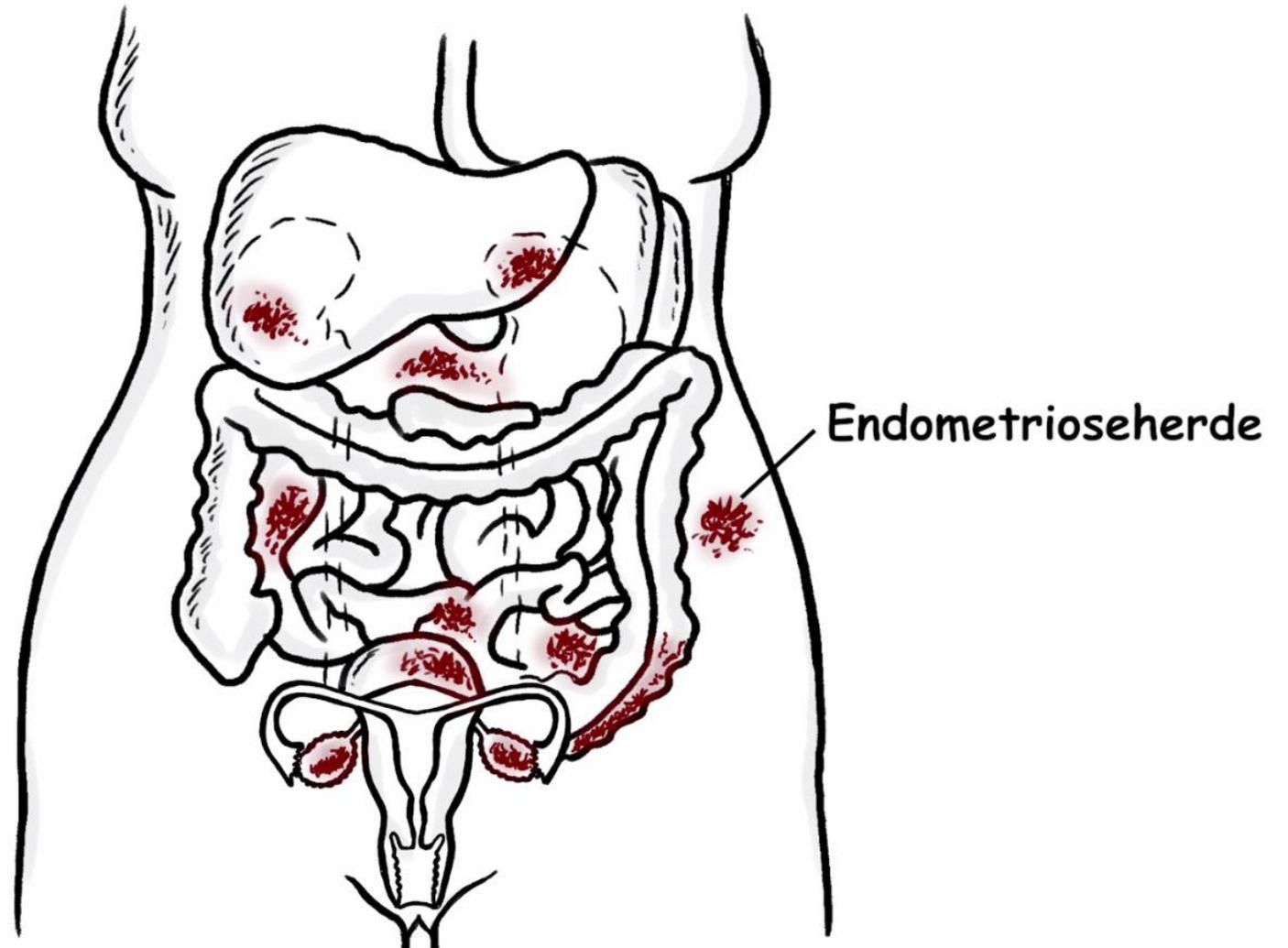
Eine von zehn Frauen im gebärfähigen Alter leidet an Endometriose!

Endometriose

Was ist das genau?

Gebärmutter Schleimhaut, die bei der Mens eigentlich auslaufen sollte, gerät in den Bauchraum und wächst dort an.

Diese Endometrioseherde bluten während der Mens und führen zu Entzündungen. Die Folge sind starke Schmerzen.



Endometriose Warum ist die Krankheit so unbekannt?

- Häufige Antwort von Müttern, Tanten, Freundinnen: «dass die Mens weh tut ist normal, das war bei mir auch so».
- Über die Mens spricht man nicht.
- Probleme bei der Ärzteschaft:
Teilweise wenig Erfahrung,
Endometriose ist sehr
schwierig zu
diagnostizieren.

Tool für Schulen



Endometriose

Was kann ich tun?



Starke Schmerzen sind nicht normal und müssen nicht sein!

Holt euch bei Bedarf Hilfe und steht für eure Rechte und Wünsche ein!

Sprecht offen und ehrlich über Frauengesundheit!

Auch wenn Endometriose nicht heilbar ist:
Seid aktiv, denkt positiv und tauscht euch aus!

Bauchschmerzen.

..



Sarah

Chronisch rezidivierende UB-Schmerzen seit Monaten

Unregelmässige Menstruation seit Menarche

Aktuell starke Unterbauchschmerzen rechts

Obstipation

Regelmässig GV, Kondom

LP vor 5 Wochen, SS-Test negativ

Befunde

CRP 20 mg/l

CA-125 666 U/l

Starke Druckdolenz im
rechten Unterbauch

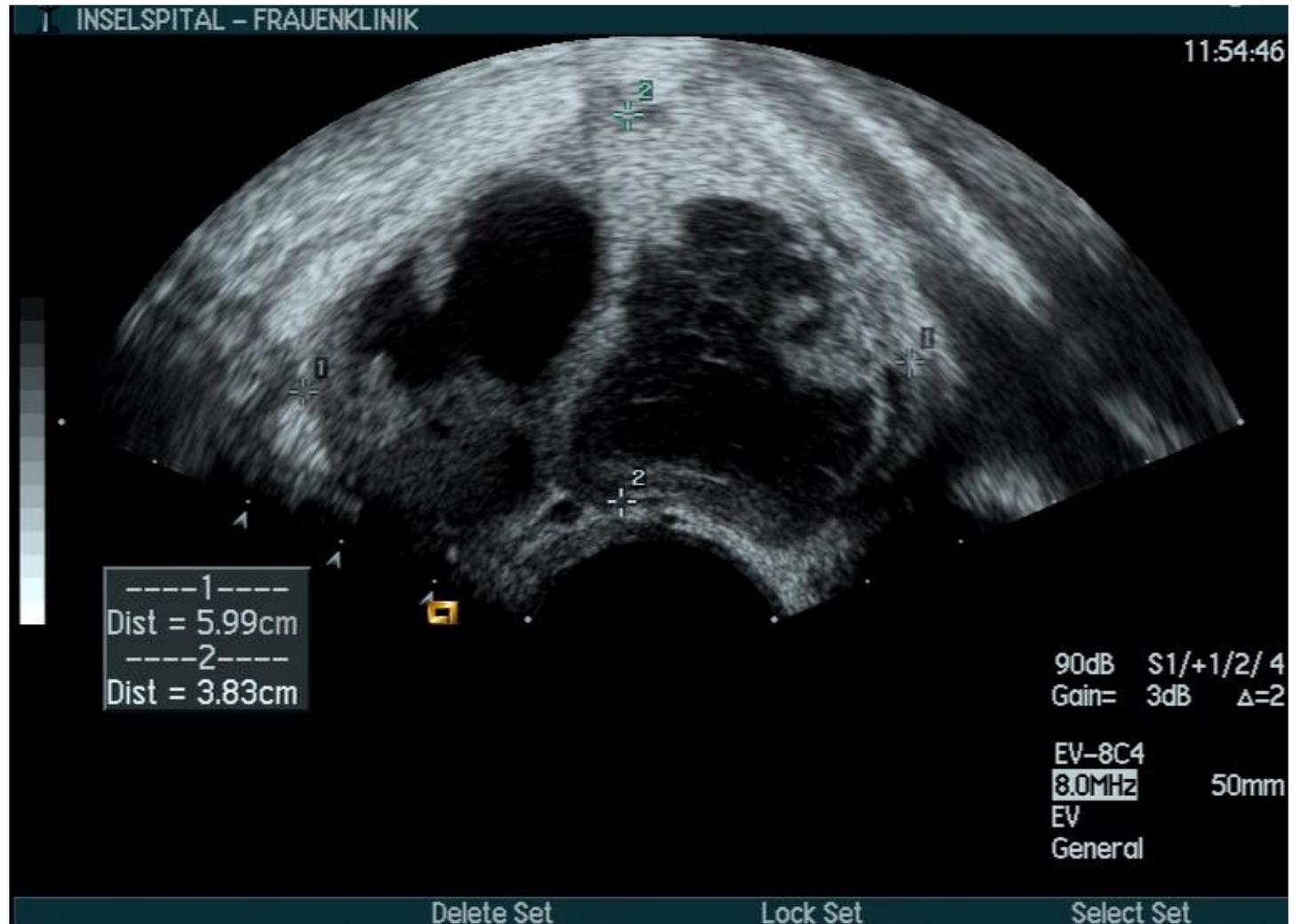
Befunde/Ultraschall

Beide Ovarien erscheinen
adhärent im Sinne von
„kissing ovaries“

Beide Ovarien sind
vergrößert und schlecht
abgrenzbar

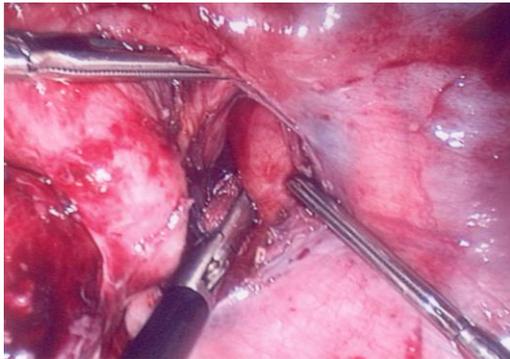
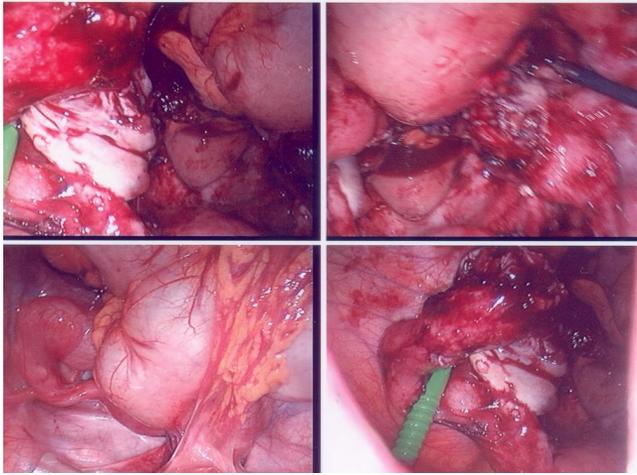
Sie enthalten mehrere teils
unscharf begrenzte
Zysten mit unterschiedlich
dicken Septen

Eine Malignität ist nicht
auszuschliessen



Die Laparoskopie

Pyosalpinx bds. mit dem Darm
adhärent



Die Diagnose

Pelvic inflammatory disease
(PID) bei **Chlamydieninfektion**

Bestätigt durch Histologie

(schwere chronische
granulierende Entzündung)

und Bakteriologie: prä- und
intraoperativ positiv

Diskussion

3 – 4 % der 15 – 19-jährigen Mädchen sind nach Schätzungen infiziert
In 20 % ist Tubenverschluss die Folge

An Chlamydieninfektion bei jungen Mädchen denken

Weltweit am meisten verbreitete sexuell übertragene Krankheit

Mehrheitlich asymptomatisch

Prävalenz in der CH steigend, ca 5 % der Bevölkerung



Sabina

Befunde:

Klinische Untersuchung:

Unauffälliges äusseres Genitale

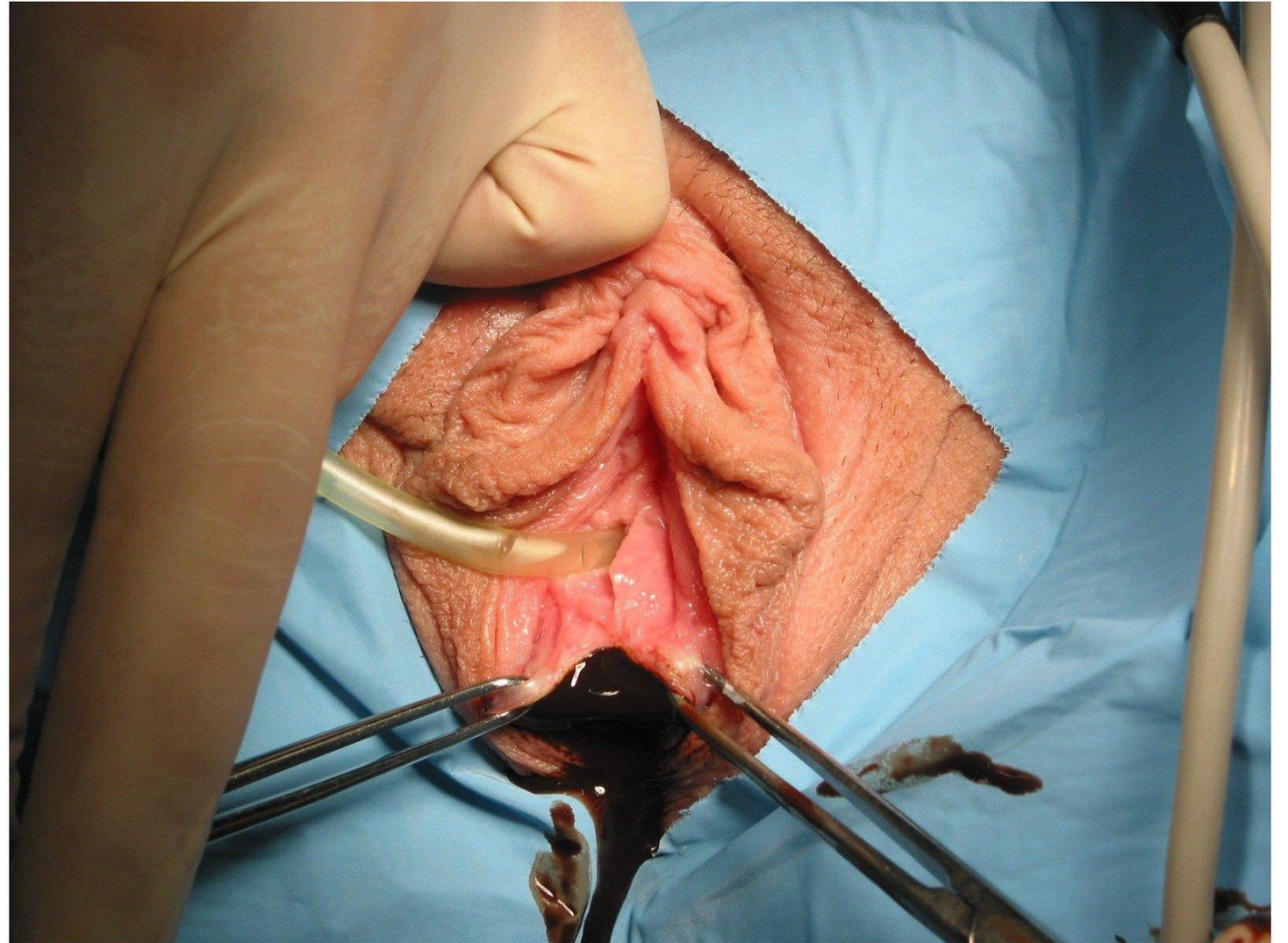
???

Hämatokolpos bei Hymenalatresie



Therapie

Hymenalexzision und
Drainage



Hormonelle Veränderungen

Einfluss auf das körperliche und emotionale
Wohlbefinden

Körperbefindlichkeitsstörungen

Essstörungen: Erkennung und Intervention

Akne

PCOS

Stress

Angst Depression

PCOS?



Rotterdam Kriterien: bei Erwachsenen

Oligo-Anovulation: Zyklus < 21 d oder > 35 d, $<$ als 8 Menses ProJahr:

in der Adoleszenz normal!

Androgenisierungserscheinungen/ Akne: in der Adoleszenz normal!

Polyzystisches Ovar: in der Adoleszenz normal!

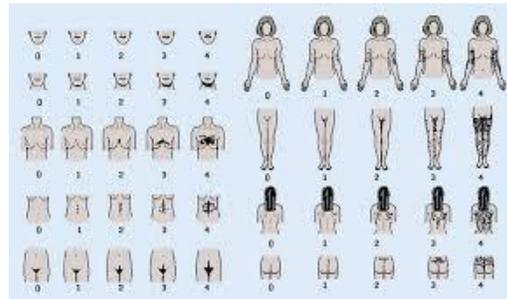
PCOS ist eine Ausschlussdiagnose: Ausschluss AGS, NNR-Tumoren, Cushing-Syndrom

Schilddrüsenpathologien

Androgenisierung

- Fellyman-Gallwey-Score > 8 :
Hirsutismus

- Cave: Skin-Care bei
Jugendlichen



Diagnose: PCO-S in der Adoleszenz

Zu Beginn: **at risk for PCOS**

Zyklusanamnese immer in Korrelation mit der Menarche

Und

Starke Androgenisierungserscheinungen

8 Jahre nach Menarche erneute klinische und sonografische Evaluation empfohlen

At risk for PCO-S

Beginn von COC bei Zyklusstörungen und Akne ohne Evaluation

Diagnose??

Aufklärung über die Folgen eines PCO-S sind notwendig:

Depression/Gewichtszunahme/Diabetes mellitus/Sterilität/SS-Komplikationen/Kardiovaskuläre KH

Therapie

Ziel:

Verbesserung der
Lebensqualität

Verhinderung der
Langzeitfolgen

Deshalb: Prävention!

Übergewicht / Adipositas
unbedingt vermeiden:
die Psyche, die Fertilität
und der Stoffwechsel
werden negativ
beeinflusst.



Human Papilloma Viren

Die häufigste sexuell übertragbare Krankheit

70 % der Frauen und Männer machen im Verlaufe ihres Lebens eine Infektion durch, das Ansteckungsrisiko ist zwischen 16 und 25 Jahren am grössten

Die meisten HP Viren lösen keine Symptome aus

HPV 6 und 11 verursachen sichtbare oder versteckte Kondylome: 10 %

HPV 16 und 18 verursachen Genitalkarzinome sowie CA des Mund- und Rachenraumes

5000 Frauen/ Jahr : Dysplasie im PAP-Abstrich

250 Frauen Zervix-Ca, 80 Frauen Jahr sterben daran trotz aller Vorsorge- und Therapiemöglichkeiten

Bei Männern eher Mund- und RachenCa`s

HPV- Impfung

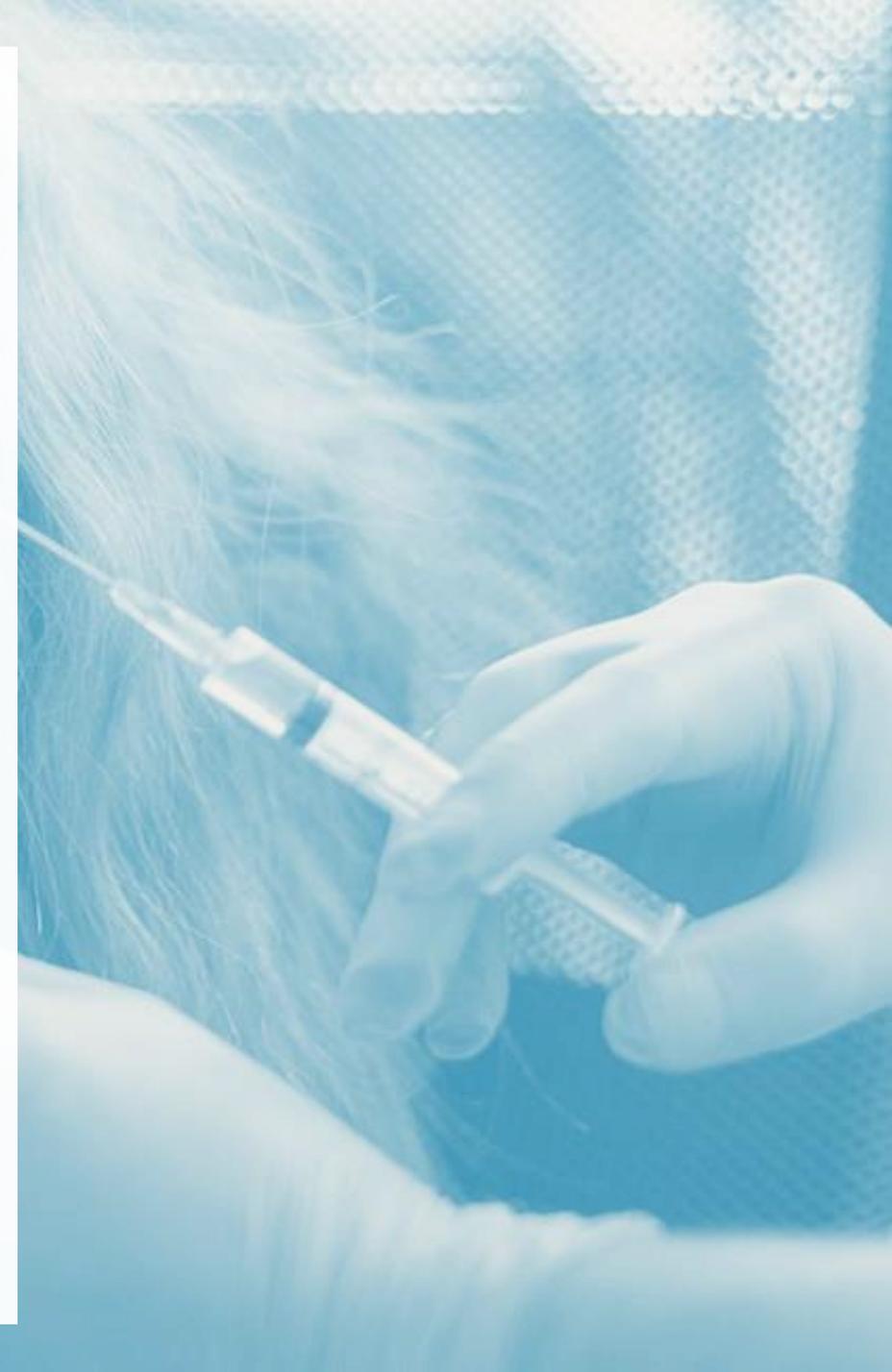
Seit Januar 2024 ist die HPV Impfung für **alle** Jugendlichen zwischen 11 und 14 Jahren eine empfohlenen Grundimmunisierung

Verhinderung von 80 – 180 neuen Krebsfällen bei Männern /Jahr

Verhinderung von 300 neuen Krebsfällen bei Frauen / Jahr

Weltweit erscheint ein 90 % Rückgang der HPV 6 , 11, 16, 18 Infektionen möglich

45 % Reduktion der LSIL und 85 % der HSIL Veränderungen



HPV- Impfung

Geschätzter Anteil der HPV-Assoziation von Krebs-
erkrankungen in Europa sowie die jeweilige geschätzte
Abdeckung durch den nonavalenten Impfstoff

Krebsart	Geschätzter Anteil HPV-assoziiert	Geschätzte Ab- deckung der HPV- assoziierten Fälle durch den nona- valenten Impfstoff
Zervix	100 %	89 %
Anus	87 %	94 %
Vagina	70 %	87 %
Vulva	16 %	94 %
Penis	29 %	91 %
Oropharynx	20 %	98 %
Pharynx	25 %	86 %
Andere Hals- Nacken-Bereich	2-11 %	75-100 %
Frauen gesamt		90 %
Männer gesamt		94 %

Adaptiert von Hartwig et al. 2017 [6] sowie aus «Die HPV-Impfung ist wirk-
sam und sicher» im BAG-Bulletin 03/2018 [5]

praxis.dingeldein
@hin.ch

GENERATION Y/Z UND VERHÜTUNG





Zuverlässigkeit
Gesundheitliche Risiken
Verträglichkeit
Gesundheitlicher Nutzen
Nachteile der Methode
(z.B. höherer Zeitaufwand, Disziplin, eingeschränkte
Spontaneität)
Risiko sexuell übertragbarer Krankheiten
Rückkehr zur Fertilität
Persönliche Lebenssituation
Etc.

Wichtige Faktoren bei der Wahl



Praxis Update Bern 2019

Sicherheit

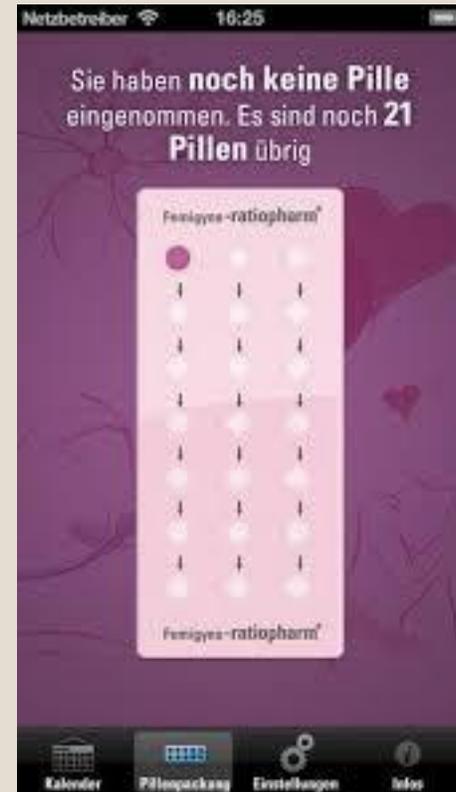
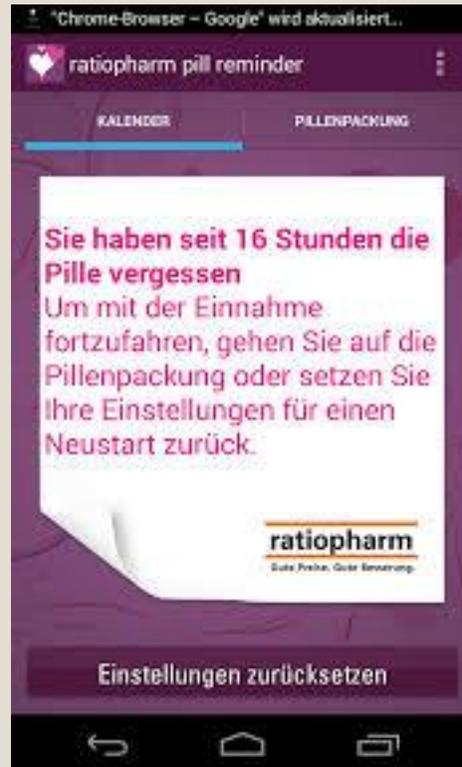
Nebenwirkungsarm

Möglichst wenig
Hormone

Möglichst wenig
denken

Jederzeit reversibel





Begünstigende Faktoren für frühe sexuelle Aktivität

Frühe

Pubertätsentwicklung

Diskrepanz zwischen
innerer und äusserer
Entwicklung

häufig unzufrieden mit
sich, depressiv

vermehrt Risikoverhalten -
> Opfer sexueller Gewalt

Enttäuschung

Ungenügende Verhütung!!



Schwangerschaftsabbrüche bei Adoleszenten

~ 5 Abbrüche pro
1000 Jugendliche
im Alter von 15-19
Jahren jährlich

Abbrüche bei
Mädchen < 16
Jahre < 1%

Konstante Zahlen
in der Schweiz,
eher niedrig im
Vergleich

Beratung Schwangerschafts- verhütung

Aufbau
Vertrauensverhältnis

Fragen stellen, Bild
machen von der
Beziehung (1. GV, GV
freiwillig?)

Kontrazeptive Beratung

Aufklärung über sexuell
übertragbare
Erkrankungen (HIV,
Chlamydien)

(HPV-Impfung!)



Kontrazeptive Methoden

Östrogen-
Gestagen-
Kontrazeptiva

Gestagen-
Kontrazeptiva

Hormonspirale,
Cu-Spirale

Kondom

Pille danach

Natürliche
Familienplanung

Sterilisation

Im Zweifelsfalle entscheide man sich für das Richtige



Generation Zoomer digital natives - divers und inklusiv

... sie will möglichst flexibel bleiben, ist kritisch und gut informiert

... viele Möglichkeiten haben – aber die Umwelt steht ganz hoch im Kurs

... Karrierebewusst und pragmatisch

... Die psychische Gesundheit steht hoch im Kurs

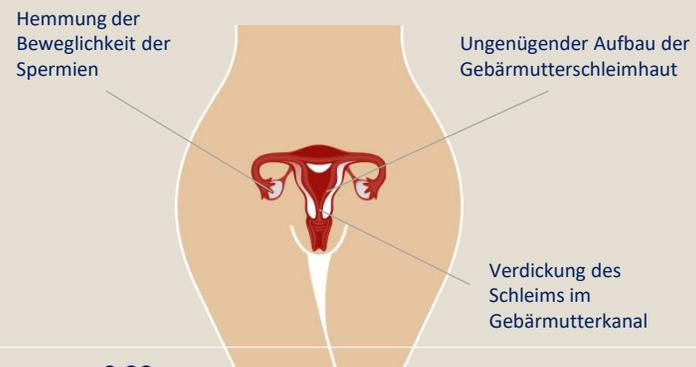
Was heisst das für die Verhütung?

3-/5-jährliche Anwendung

Methode	IUS für 3 / 5 Jahre	Hormonimplantat
Wirkstoff	Enthält nur Gestagen	Enthält nur Gestagen



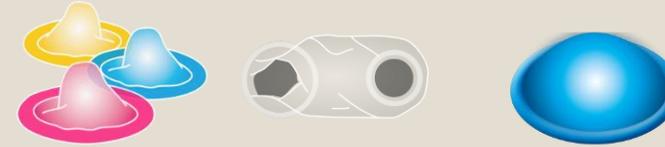
Wirkweise



Pearl-Index 0.33

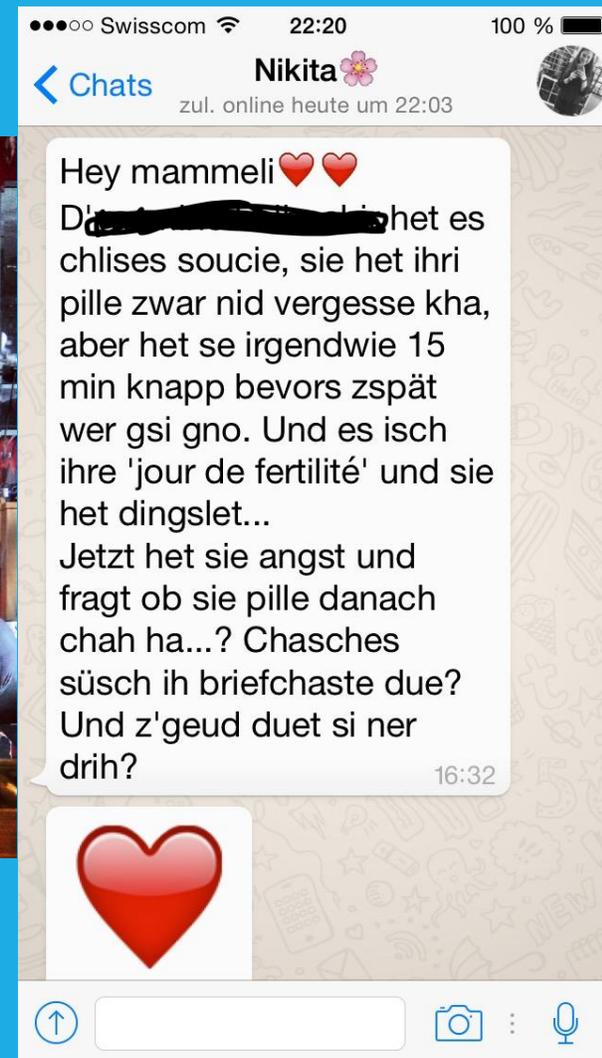
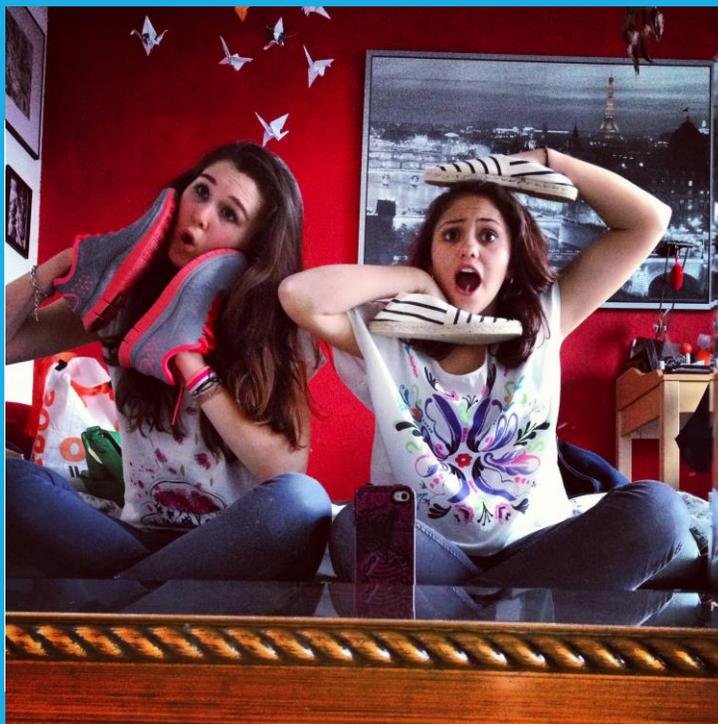
0.3

Hormonfreie Verhütungsmethoden



Methode	Kupferspirale*
Wirkstoff	Kupfer
	
Wirkweise	Das auf der Kunststoffstruktur aufgebrachte Kupfer wirkt lokal auf die Umgebung, ohne dass die Serumspiegel von Kupfer ansteigen. Es kommt zur Produktion von Zytokinen -> spermizider Effekt Zusätzlich möglich: Einfluss auf die Reifung der Eizelle sowie Hemmung der Einnistung
Pearl-Index	0.6
Anwendung	Einlage durch Gynäkologen
Vorteile	Keine hormonbedingten Risiken, kein Wirkverlust durch Erbrechen/ Durchfall, Langzeitverhütung für mehrere Jahre (je nach Modell unterschiedlich)
Nachteile	Einlage durch Arzt, keine Anwendung bei Kupferallergie oder unter Antikoagulans-Therapie Häufigste Nebenwirkungen u.a.: Verstärkte Monatsblutungen, Zwischenblutungen

Notfälle



Die Notfall-Verhütung

Methode	«Pille danach»
Wirkstoff/ Wirkweise	Enthält nur Gestagen 
	Unterdrückt oder verzögert den Eisprung
Anwendung	Nur im Notfall anzuwenden
Nachteile	Kein reguläres Verhütungsmittel, Einnahme bis spätestens 5 Tage nach dem ungeschützten Geschlechtsverkehr möglich (Achtung: je nach «Pille danach» gibt es grosse Unterschiede im Einnahmefenster!) Häufigste Nebenwirkungen u.a.: Übelkeit, Kopfschmerzen, Erbrechen, Zyklusstörungen, Bauchschmerzen, Schwindel, Müdigkeit, Durchfall
Wichtig zu wissen!	<i>Wirksamkeit ist vom Einnahmezeitpunkt abhängig: je eher, desto besser</i> <i>Bei ausbleibender Monatsblutung ist eine ärztliche Nachkontrolle erforderlich zum Ausschluss einer Schwangerschaft</i> <i>Wurde die Notfall-Verhütung nötig, weil die Verhütungsmethode vergessen oder falsch angewendet wurde, lohnt sich eine Beratung über allfällig besser geeignete Methoden</i>

Entzündliche Mamma- Erkrankungen

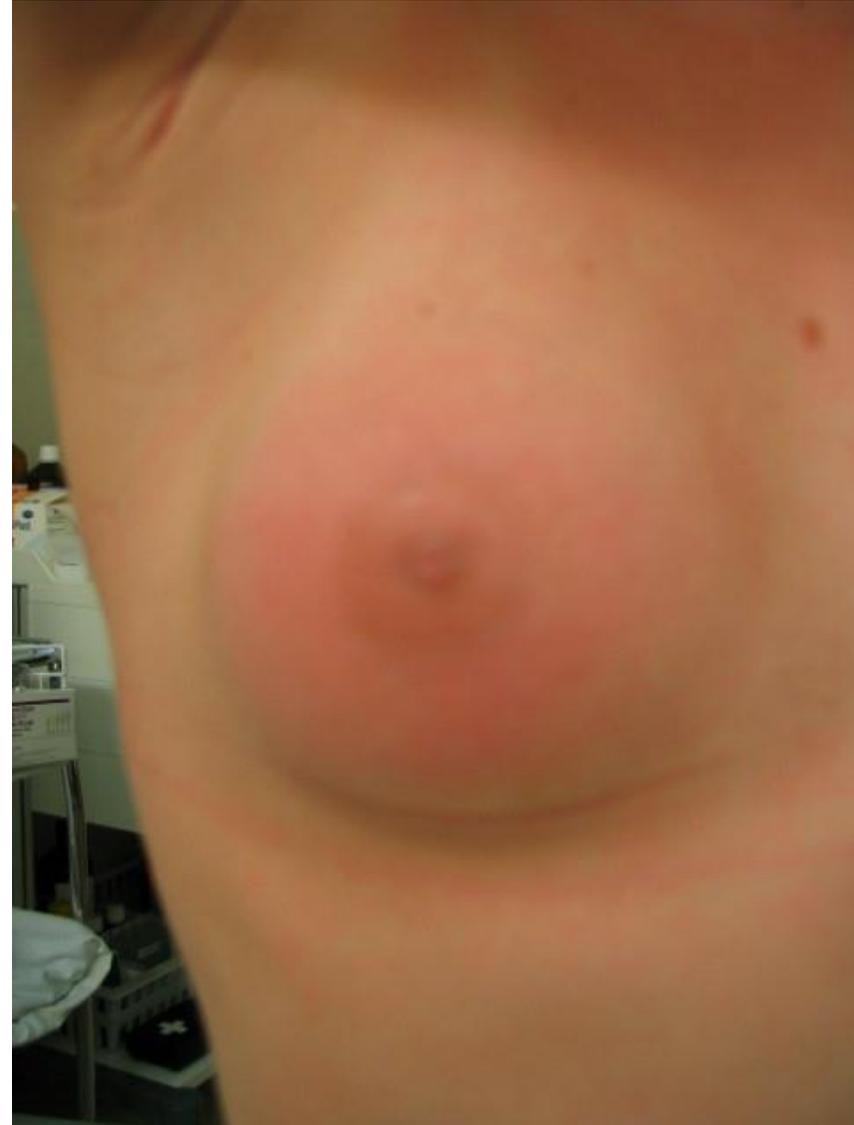
Schmerzen in der rechten
Brust seit 3 d

Rötung, Schwellung,
Überwärmung

Fieber bis 39 ° C

Schüttelfrost

Schläft auf Nachfragen mit
der Katze im Bett



Mastitis non puerperalis

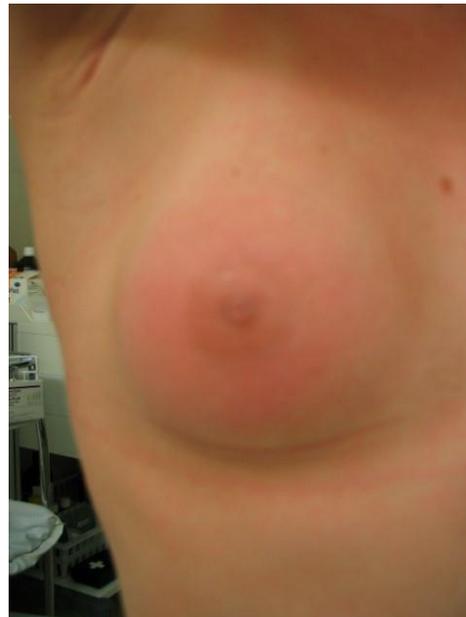
Antibiotische Therapie mit
Augmentin

2 x 1g für 14 d

Analgetische Therapie mit Ponstan
und Dafalgan

Lokal: kühlende Massnahmen

Bakteriologie:
Streptokokken/Staphylokokken



Unerwartete Probleme

Der Tampon geht nicht rein

Der Tampon geht nicht mehr raus



Ulcus acutum

- Extrem schmerzhaft
- Ev. auf eine Erkältung folgend
- Manchmal mit Autoimmun-KH in Verbindung
- Häufig isoliert



Verlauf

Therapie:

Symptomatisch:

Analgetika/ NSRA

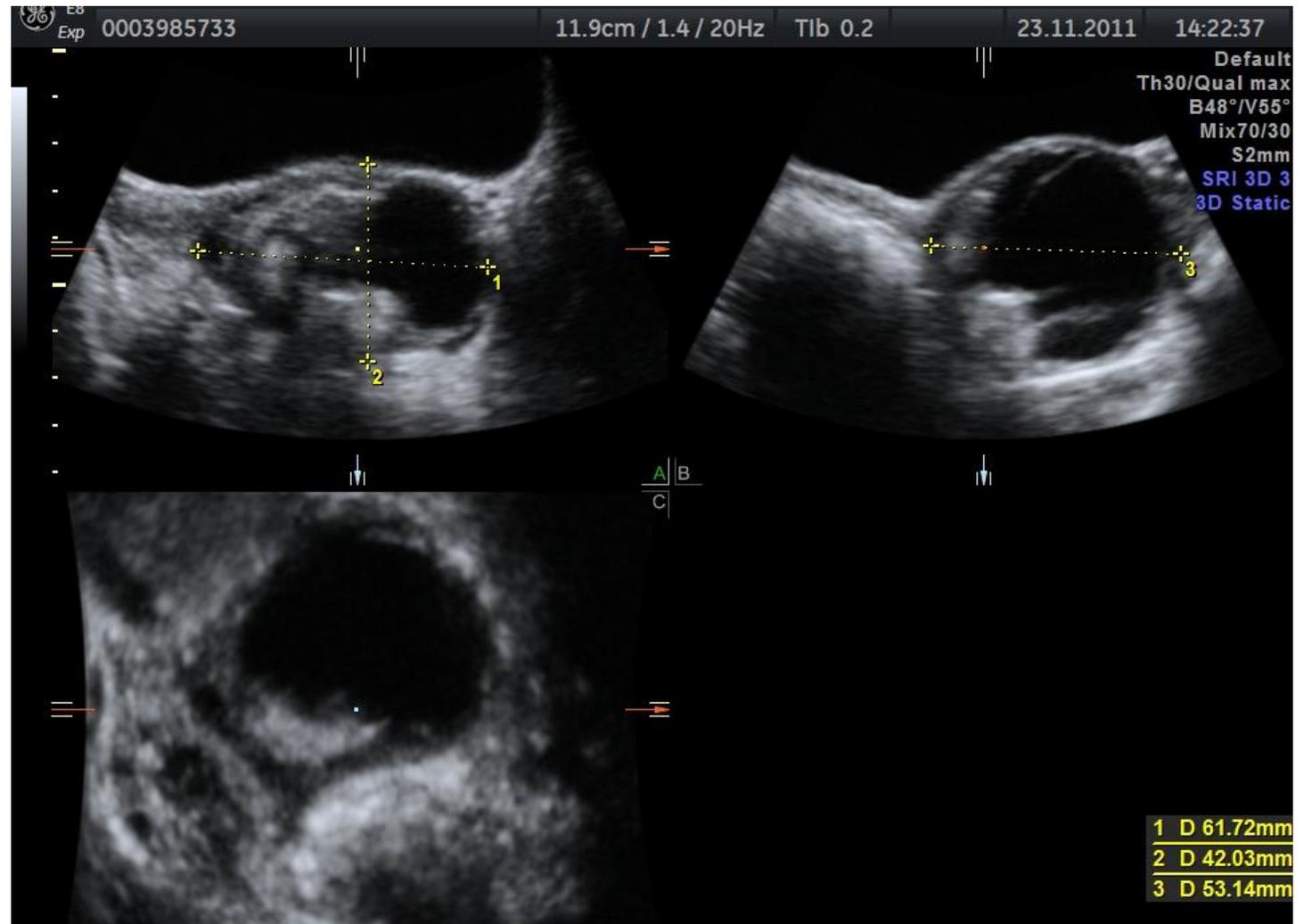
Flammazine

Steroide:

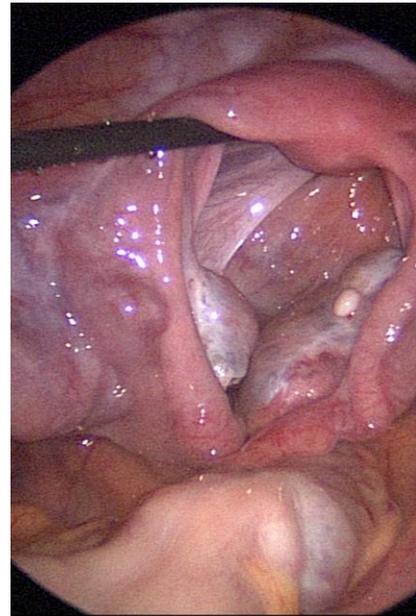
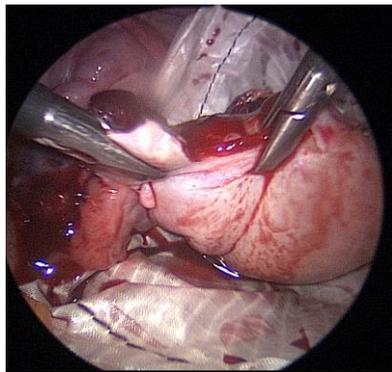
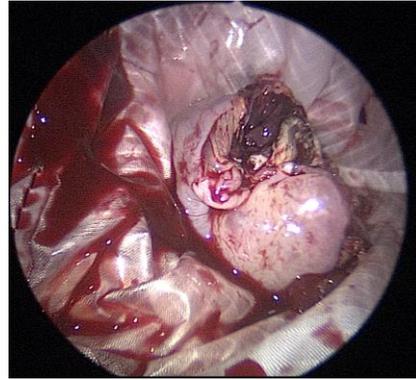
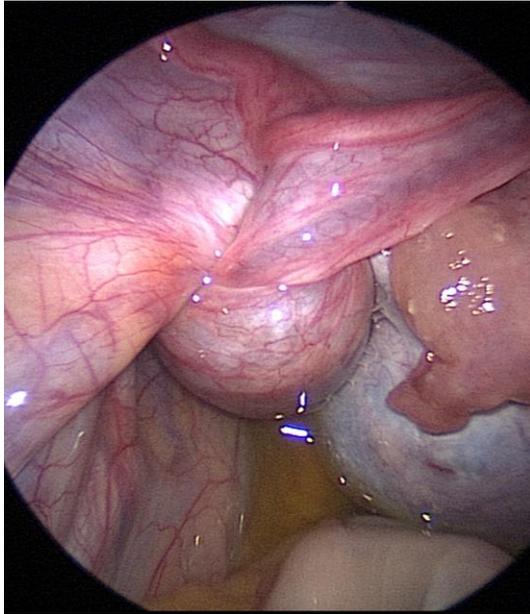
Wirksamkeit nicht erwiesen



Bauchschmerzen und Zystischer Befund Ovar



Torquierte Ovarialzyste



DANKE FÜRs ZUHÖREN

MITNACHAUSENEHMBOTSCHAFT:

Es gibt viele bauchschmerzenverursachende Mädchenleiden,
Die mit Mönchspfeffer behandelt werden können

Zuhören

Die Beschwerden immer ernst nehmen

