

Goodbye Gebärmutter

Informiert entscheiden
und gut vorbereitet sein
auf die Zeit im Krankenhaus



*Ein
persönlicher
Bericht*

Julia Dahlke

INHALTSVERZEICHNIS

GOODBYE GEBÄRMUTTER

EINLEITUNG

**WARUM ICH MICH FÜR EINE GEBÄRMUTTERENTFERNUNG
ENTSCHIEDEN HABE**

NATURHEILKUNDE - ICH BIN AN DEM MYOM GESCHEITERT

DARF ICH EINFACH EIN ORGAN ABGEBEN?

ENTSCHEIDUNGSKRITERIEN

KEINE KINDER MEHR – ENDGÜLTIG

VORBEREITUNG

Recherche

Krankenhaus auswählen

Verschiedene Operationstechniken zur Entfernung der
Gebärmutter

1. Vaginale Hysterektomie

2. Laparoskopische Hysterektomie

3. Abdominale Hysterektomie

Nach der OP: ... und dann hab ich da ein Loch?

Mit oder ohne Gebärmutterhals?

VORBEREITUNGEN

5-7 WOCHEN VOR DER OP

Fachärztin

Eigenblutspende? Verpasst!

KRANKENHAUS-PACKLISTE

Was verursacht Blähungen bei mir?

EINE WOCHE VOR DER OP

Kein Aspirin und keine blutverdünnenden Mittel mehr

Unterlagen/Gespräch mit dem Partner bzw. der Familie

Versicherungen

BESUCHSREGELN

Für leichte Unterhaltung sorgen

Telefon und Internetverbindungen

Vorbereitung auf die Zeit nach dem Krankenhaus

DIE ZEIT IM KRANKENHAUS

AM TAG DER OP DIE OP

Einchecken

Essen

Vorbereitende Untersuchungen

Narkosevorbereitungen

Klistier

Intimbehaarung ade

Das Blut soll fließen ...

Immer schön ruhig bleiben ...

AM TAG DER OP

DIE OP

Nach der OP: Narkose, Schmerzen, Schmerzpumpe, Katheter

DER TAG DANACH: AUF DIE FÜßE!

DIE WOCHE IM KRANKENHAUS

Schmerzmittel

Was rein kommt, soll auch wieder raus ...

Tipps: Lachen, Husten, Aufstehen, Türen öffnen, Treppen steigen

Besuch

Physiotherapie

Entlassung aus dem Krankenhaus

EMPFEHLUNGEN

Der Weg nach Hause: Abholen

DIE WOCHE DANACH

Die Narbe

Und der Sex?

5 kg sind nicht besonders viel

2 MONATE NACH DER OP

SPANNEND: DAS ERSTE MAL SEX

NIE WIEDER MENSTRUIEREN!

KÖRPERGEFÜHL – FEHLT JETZT ETWAS?

HORMONE?

WAR ES DIE RICHTIGE QP-METHODE?

SCHLUSSWORT

GOODBYE GEBÄRMUTTER

EINLEITUNG

Sie halten mit diesem kleinen Büchlein einen persönlichen Bericht über meine Gebärmutterentfernung in der Hand.

Ich hätte dieses Buch gerne vor der Operation – oder besser noch vor der Entscheidung dazu – gelesen, doch ich habe kein vergleichbares Buch gefunden. Deswegen habe ich beschlossen, selber dieses Buch zu schreiben. Es ist bewusst persönlich gehalten, denn nach meiner Erfahrung ist es so am besten möglich sich einzufühlen.

Und das halte ich für notwendig. Wenn Sie sich die Frage nach einer Gebärmutterentfernung stellen, erhalten Sie jede Menge rein medizinischer Informationen, jedoch auch nicht alle, wie sich für mich herausstellte. Vermutlich dadurch, dass sie zwar mit verschiedenen Patientinnen, aber immer wieder mit den selben Problemen zu tun haben, denken manchmal alle Beteiligten, dass Sie z.B. bestimmte nützliche Tipps schon hätten.

Die wichtigen Prozeduren werden Ihnen sicher erläutert, doch es sind wie so oft die Kleinigkeiten, die das Leben angenehmer machen.

Ganz gleich, ob Sie selber betroffen sind oder eine Freundin, oder Sie der Partner einer betroffenen Frau sind: Hier können Sie stellvertretend meine Geschichte lesen.

Ich wünsche Ihnen, das Sie die bestmögliche Unterstützung haben: in medizinischer und insbesondere in menschlicher Hinsicht.

Hier beginnt meine Geschichte:

WARUM ICH MICH FÜR EINE GEBÄRMUTTERENTFERNUNG ENTSCHIEDEN HABE

Die Entscheidung fiel an einem Montagmorgen.

Ich hatte das Myom schon über zehn Jahre und wusste, dass es möglich wäre, das Myom zu entfernen. Meine Frauenärztin hatte es mir mehrfach vorgeschlagen, ja sogar eine Überweisung und eine Empfehlung mitgegeben. Jedoch konnte ich mich dazu nicht entschließen, sondern hatte immer das Gefühl: Warum soll ich so eine große OP machen? Vielleicht ein Organ wie die Gebärmutter aufgeben? So viele Probleme gab es doch gar nicht, auch wenn das Myom inzwischen auf eine Größe von 10 cm gewachsen war. ...

Jetzt war es mein erster Termin bei einem Chiropraktiker, einem sehr charmanten Franzosen, den ich schon mehrfach bei anderen Menschen in Aktion gesehen hatte und als