

Dr. med. Ines Ehmer

Prof. Dr. med.
Michael Herbert

**FACHARZT
SPRECHSTUNDE**

Probleme im Intimbereich

Symptome verstehen – Ursachen behandeln –
Beschwerdefrei leben

5., komplett überarbeitete und erweiterte Auflage



PROBLEME IM INTIMBEREICH SYMPTOME VERSTEHEN - URSACHEN BEHANDELN - BESCHWERDEFREI LEBEN

**Dr. med. Ines Ehmer
Prof. Dr. med. Michael Herbert**

Ärztlicher Ratgeber

bei Beschwerden, Erkrankungen und Schmerzen der
äußeren weiblichen Geschlechtsorgane und der
Scheide Ursachen, Diagnosen, schulmedizinische und
ergänzende Therapien, Selbsthilfemöglichkeiten und
Vorbeugung

Mit Selbsttest!

5., komplett überarbeitete und erweiterte Auflage



**GEWINNEN SIE IHRE
LEBENSQUALITÄT
ZURÜCK**

GEWINNEN SIE IHRE LEBENSQUALITÄT ZURÜCK



Dr. med. Ines Ehmer

Liebe Leserinnen,

als ich vor etwa 20 Jahren erstmals mit dem Thema
chronische Schmerzen im Intimbereich konfrontiert wurde,

war mir der Begriff Vulvodynie trotz langjähriger Arbeit im frauenärztlichen Bereich nur als vage Diagnose bekannt. Diese Diagnose wurde meist dann gestellt, wenn alle gängigen Ursachen ausgeschlossen waren und „nichts“ zu finden war, was die Schmerzen erklären konnte. Dies hatte nahezu keine therapeutischen Konsequenzen außer im Allgemeinen den Rat, psychologische Hilfe aufzusuchen.

Die betroffenen Frauen litten meinem Eindruck nach aber ganz offensichtlich an teilweise extremen körperlichen Schmerzen. Hinzu kamen Verzweiflung und Resignation, nachdem viele jahrelang erfolglos ärztlicher Hilfe aufgesucht wurde.

Meine Recherchen führten mich damals in die USA und in skandinavische Länder, in denen Vulvodynie als Schmerzkrankheit bekannt war und wo aktiv geforscht wurde. Im Laufe der Jahre habe ich vieles hinzugelernt und bin zuversichtlich, dass auch in den deutschsprachigen Ländern den Betroffenen zunehmend mehr an Hilfe zur Verfügung stehen wird.

Herr Professor Dr. Werner Mendling, der über viele Jahre fast der einzige frauenärztliche Experte auf diesem Gebiet war und weiterhin derjenige mit der größten Erfahrung ist, hat inzwischen Beistand erhalten durch eine wachsende Gruppe von Frauenärztinnen und Frauenärzten und auch die Schmerztherapeuten nehmen sich verstärkt der Thematik an. Vorreiter im Bereich Schmerztherapie ist Professor Dr. Michael Herbert, der insbesondere die Anerkennung und Therapie der Vulvodynie als Schmerzkrankheit in unseren Ländern etabliert hat.

Von sehr großer Bedeutung ist ebenfalls, dass es nun seit einigen Jahren eine Selbsthilfegruppe gibt, die allen Betroffenen mit seriösem Rat und fundierter Hilfe zur Seite steht. Das Wissen, mit diesen Schmerzen nicht allein zu sein, sondern sich mit den vielen anderen Betroffenen austauschen zu können, ist für jede Frau unglaublich entlastend. Die Öffentlichkeitsarbeit des Vereins hilft dabei, das mit Vulvodynie eng verbundene Thema „Schmerzen beim Sex“ aus der Tabuzone zu holen. Denn trotz vermeintlicher gesellschaftlicher Offenheit ist dies nach wie vor ein Tabuthema. Durch die unterstützende und vermittelnde Arbeit des Vereins werden die dringend notwendigen Gespräche mit dem Partner und den Ärzten erleichtert oder in Gang gebracht.

Wie bei jeder chronischen (Schmerz-)Erkrankung ist es meiner Ansicht nach auch bei Vulvodynie wichtig, ja unabdingbar, dass sich die Betroffenen selbst so kundig wie möglich machen und sich so viel fachliches Wissen wie irgend möglich aneignen. Dadurch entsteht nicht nur das Gefühl, den Beschwerden nicht mehr hilflos ausgesetzt zu sein, sondern es ist die Voraussetzung dafür, wieder mehr Lebensqualität für sich zurück zu gewinnen.

Ich hoffe und wünsche, dass dieses Buch Ihnen dabei hilft!



Als Dr. Ines Ehmer im März 2004 die 1. Auflage ihres Buches veröffentlichte, wusste der größte Teil der Frauenärztinnen und Frauenärzte in Deutschland noch nicht, was Vulvodynie ist und dass sie sehr häufig vorkommt. Im Ausland hingegen gab es zu dieser Thematik bereits seit mindestens 20 Jahren wissenschaftliche Tagungen, wenn auch in kleinen spezialisierten Fachkreisen. Das hat sich deutlich geändert. Durch interdisziplinäre Fortbildungsveranstaltungen, die der Unterzeichner seit etwa 2006 in Berlin, Bielefeld und Wuppertal organisierte, ähnliche Tagungen in Graz durch die Pathologin Frau Prof. Sigrid Regauer und die Gynäkologin Dr. Barbara Eberz sowie durch einen in der Schweiz vor wenigen Jahren gegründeten Verein betroffener Frauen (www.vulvodynie.ch), mit rapide zunehmender Mitgliederzahl in ganz Europa, bekommen Frauen mit Vulvodynie eine Stimme und zunehmend auch verstehende Gynäkologinnen und Gynäkologen.

Es spricht für sich, dass dieses Buch schon in der 5. Auflage erscheint! Es hilft Betroffenen, kompetente Informationen über Aufbau und Funktion ihrer Genitale zu erhalten, die (im 1. Teil) üblicherweise nur in der anatomischen oder gynäkologischen Fachliteratur vorkommen, und die (im 2. Teil) in der Laienliteratur entweder schambesetzt verschwiegen oder sogar in den meisten medizinischen Fachinformationen im Internet falsch dargestellt werden (z. B. „Brennen in der Scheide“ werde durch Bakterien oder Pilze ausgelöst). Da das Uro-Genitalsystem während der Embryonalzeit noch aus einer gemeinsamen Anlage hervorgeht, bleiben Harnröhre und Blase lebenslang quasi „Schwestern“ von Vulva und Vestibulum, was dazu führt, dass viele Frauen mit Vestibulodynie auch das Gefühl von Blasenentzündungen haben können, was aber in Wirklichkeit

Interstitielle Zystitis oder das Painful-Bladder-Syndrom ist. Auch dazu betreibt Frau Dr. Ehmer mit einem weiteren Buch „Blasenentzündung und Interstitielle Zystitis“ Aufklärung. Frauen können so durch richtiges Wissen selbstbewusster werden, sie fühlen sich endlich ernst genommen und können bei Ärztinnen und Ärzten gezielt nachfragen.

Frau Dr. Ehmer hat mit Herrn Prof. Herbert einen Ko-Autor gewonnen, der aus der Sicht des erfahrenen Anästhesisten und Schmerztherapeuten Entstehung und Therapiemöglichkeiten von neuropathischen Schmerzen auch für Laien verständlich darstellt. Auch deshalb kann dieses Buch sogar als Fachlektüre für Ärztinnen und Ärzte hilfreich sein!

Hilfesuchende Frauen mit Vulvodynie aus ganz Deutschland in der eigenen Sprechstunde, die hunderte von Kilometern fahren, um Rat zu suchen, zeigen, dass auf diesem Gebiet noch viel getan werden muss. Deshalb ist das vorliegende Buch auch in der 5. Auflage immer noch eine Pionierleistung und sollte eine weite Verbreitung finden!

Prof. Dr. med. Werner Mendling Deutsches Zentrum für Infektionen in Gynäkologie und Geburtshilfe www.werner-mendling.de

INHALT

Gewinnen Sie Ihre Lebensqualität zurück

Einleitung

Teil 1

Die V-Region: Normale Abläufe und häufige Erkrankungen

KAPITEL 1

Beschwerden im V-Bereich

KAPITEL 2

Anatomie und Funktionen der V-Region

KAPITEL 3

„Normale“ Verhältnisse im V-Bereich

KAPITEL 4

Die Untersuchung beim Frauenarzt/bei der Frauenärztin: Was erwartet Sie?

KAPITEL 5

Infektionen im V-Bereich

KAPITEL 6

Hauterkrankungen im V-Bereich

ÜBERLEITUNG ZU TEIL 2

SELBSTTEST: Haben Sie Vulvodynie?

Teil 2

Chronische Schmerzen der Vulva oder das „Syndrom der brennenden Vulva“

KAPITEL 1

Vulvodynie: Eine mysteriöse Erkrankung

KAPITEL 2

Grundlagen zu den Schmerzkrankheiten der Vulva

KAPITEL 3

Provozierte Vestibulodynie

KAPITEL 4

Generalisierte Vulvodynie

KAPITEL 5

Vulvodynie und Hormone

KAPITEL 6

Vulvodynie und Beckenbodenmuskulatur

KAPITEL 7

Unterstützende und ergänzende Therapieverfahren

KAPITEL 8

Selbsthilfemöglichkeiten und weitere Informationen

KAPITEL 9

Andere mögliche Begleiterkrankungen

Anhang

Kontakte und weitere Infos

Stichwortverzeichnis

EINLEITUNG

EINLEITUNG

Dieses Manual ist ein Handbuch für Frauen, in dem Sie sich informieren können

- zum Aufbau und zur Funktionsweise der Intimregion,
- zu den wichtigsten Erkrankungen mit Diagnose und Therapie und
- zu Selbsthilfemöglichkeiten.

In diesem Ratgeber werden Sie immer wieder die Abkürzung „V“ finden, zum Beispiel „V-Manual“ oder „V-Bereich“. Wofür steht „V“? Es gibt darauf mehrere Antworten. „V“ ist schon seit alten Zeiten das Symbol für Weiblichkeit. Aus gesundheitlicher und medizinischer Sicht sind damit ganz wesentliche weibliche Körperteile gemeint, die alle mit „V“ beginnen: Vagina, Vulva und Vestibulum – Begriffe, von denen Ihnen vermutlich nur einer, nämlich die als Vagina bezeichnete Scheide, bekannt ist. Die beiden anderen Begriffe bezeichnen die Bereiche der äußerlich sichtbaren weiblichen Geschlechtsorgane.

Mindestens so wenig bekannt wie die Namen sind die genauen Funktionen dieser Bereiche. Kaum eine Frau weiß wirklich Bescheid über das, was „da unten“ normalerweise geschieht oder darüber, welche vielfältigen Störungen vorhanden sein können. Hinter längst nicht allen

Beschwerden wie Jucken, Rötungen oder Ausfluss beispielsweise steckt eine Pilzinfektion! Fast jede Frau leidet im Laufe ihres Lebens mehr oder weniger häufig an derartigen unangenehmen Symptomen im Intimbereich. Umso wichtiger ist es, diesen zentralen Bereich des weiblichen Körpers kennenzulernen. Noch weitaus belastendere Störungen sind Schmerzen im V-Bereich, die das gesamte Leben – oder zumindest Bereiche wie die Sexualität – massiv beeinträchtigen können und die nicht selten unerkannt oder unzureichend behandelt bleiben. Diese – meist brennenden – Schmerzen werden als Vulvodynie bezeichnet. Machen Sie den Selbsttest ab ► [Seite 117](#): Sind Sie von Vulvodynie betroffen?

Lesen Sie,

- was dahinter steckt,
- welche diagnostischen und therapeutischen Möglichkeiten es gibt und
- was Sie selbst tun können.

Der V-Bereich ist auch in unserer aufgeklärten Zeit noch immer ein Tabu und viele Frauen fühlen sich mit ihren Symptomen allein gelassen. Denkt man an die Beschwerden oder Schmerzen in diesem Körperbereich, ist das oft mit negativen Empfindungen verbunden, und etliche Begriffe, die auch mit „V“ beginnen, können damit in Zusammenhang gebracht werden wie zum Beispiel

- Verborgtheit: „Darüber“ wird nicht gesprochen,
- Vermeidung: Vieles, was den V-Bereich betrifft, wird umgangen,
- Verlust: Manche Frauen verlieren aufgrund der Beschwerden oder Schmerzen einen Teil ihres

Selbstwertgefühls.

Manchmal reichen die Folgen von V-Problemen bis hin zu:

- Vereinsamung: Rückzug aus immer mehr sozialen Bereichen,
- Verzicht: zum Beispiel auf Sexualität, oder
- Verzweiflung: Gefühle der Ausweglosigkeit, vor allem bei Schmerzen.

Das muss nicht sein!

In diesem Handbuch erfahren Sie, wie Sie stattdessen zum Beispiel durch

- Vertrautheit mit Ihrem Körper und
- Vorbeugung weiterer Schädigungen eine
- Veränderung zum Positiven herbeiführen können, die Ihnen wieder zumehr
- Vitalität und neuer Lebensqualität verhilft.

Lernen Sie Ihre speziell weiblichen Körperbereiche kennen und informieren Sie sich über die Ursachen und Therapiemöglichkeiten für Ihre Beschwerden und Schmerzen! Wissen ist Macht, in diesem Fall die Macht, gesund zu werden und zu bleiben.

Hinweise für den Gebrauch des Buchs

Sie können das Manual von vorne bis hinten durchlesen oder es als Nachschlagewerk zu einzelnen Themen gezielt in Anspruch nehmen, wenn zum Beispiel bereits eine Diagnose vorliegt.

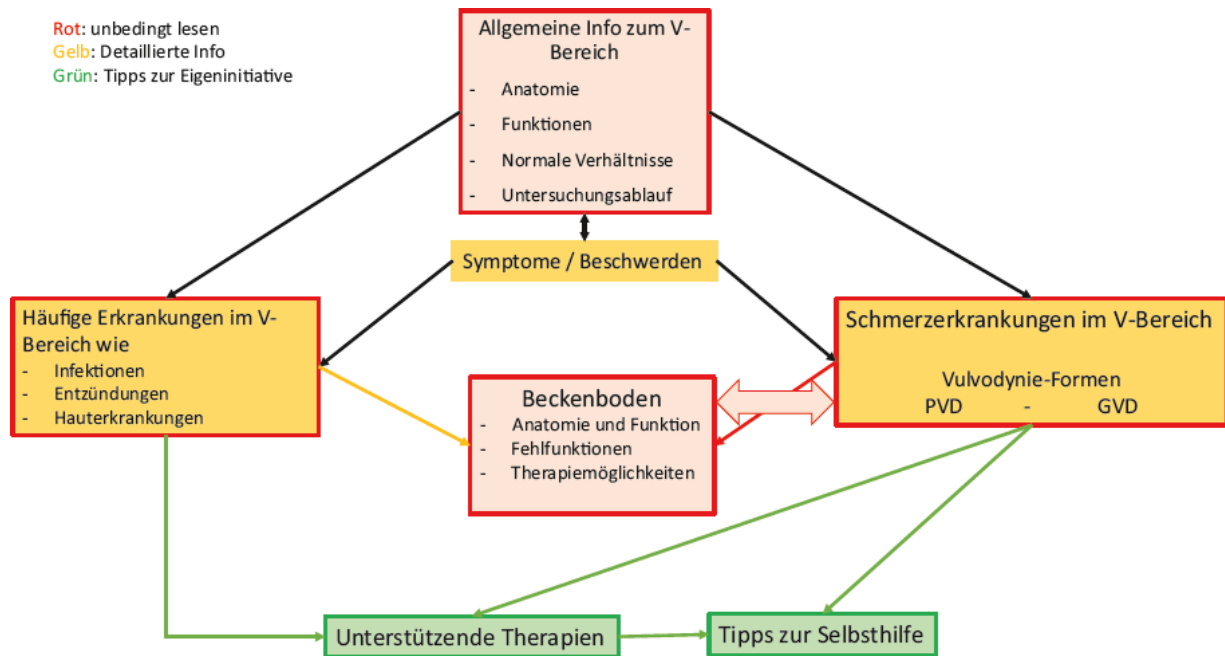
Sie können aber auch nachlesen, welche Ursachen für bestimmte Symptome verantwortlich sein können. In dieser Einleitung finden Sie eine Auflistung der wichtigsten Symptome. Daneben sind die jeweiligen Seiten vermerkt, auf denen Erkrankungen mit diesem Symptom beschrieben werden.

Der erste Teil des Buches behandelt die normale Funktionsweise und die wichtigsten Störungen und Erkrankungen im Intimbereich; im zweiten Teil des Buches werden die Erkrankungen beschrieben, bei denen Schmerzen in dieser Körperregion im Vordergrund stehen. Zum besseren Verständnis empfiehlt es sich, auf jeden Fall zunächst die Kapitel über Anatomie und normale Funktion des Intimbereichs durchzulesen. Die **Kapitel 6** und **8** sind für alle Frauen interessant.

Um Ihnen das Lesen zu erleichtern, sind einige Textteile besonders hervorgehoben:

In dem **blau** umrandeten Kasten finden Sie die Zusammenfassung am Ende der Kapitel, **rot** umrandet

sind wichtige Informationen, der **gelb** umrandete Kasten weist auf Detail-Informationen hin und der **grün** umrandete Kasten verweist auf Tipps zur Eigeninitiative.



Aufbau des Buchs

Symptome und mögliche Ursachen

Im Folgenden finden Sie eine Auflistung möglicher Symptome im V-Bereich mit Angabe von Erkrankungen, die das jeweilige Symptom verursachen können.

Ausfluss

Bakterielle Vaginose ab ► [Seite 67](#)

Chlamydien ab ► [Seite 86](#)

Desquamative entzündliche Vaginitis ab ► [Seite 83](#)

Gonorrhö ab ► [Seite 87](#)

Hefepilzinfektion ab ► [Seite 55](#)

Mobiluncus vaginalis ab ► [Seite 83](#)

Streptokokken-Vaginitis ab ► [Seite 82](#)

Trichomonaden ab ► [Seite 72](#)

Bläschen

Gürtelrose ab ► [Seite 80](#)

Herpes genitalis ab ► [Seite 75](#)

Sperma-Allergie ab ► [Seite 99](#)

Blutungsstörungen

Chlamydien ab ► [Seite 86](#)

Brennen

Chlamydien ab ► [Seite 86](#)

Hefepilzinfektion ab ► [Seite 55](#)

Lichen planus ab ► [Seite 107](#)

Lichen sclerosus ab ► [Seite 101](#)

Vulvodynie ab ► [Seite 120](#)

Einrisse und/oder Hautabschürfungen

Genitalfissuren ab ► [Seite 134](#)

Lichen planus ab ► [Seite 107](#)

Lichen sclerosus ab ► [Seite 101](#)

Östrogenmangel ab ► [Seite 40, 81, 134, 181](#)

Geruchsveränderungen

Bakterielle Vaginose ab ► [Seite 67](#)

Geschlechtsverkehr: Beschwerden oder Schmerzen

Atrophische Vaginitis ab ► [Seite 81](#)

Desquamative entzündliche Vaginitis ab ► [Seite 83](#)

Kontaktdermatitis ab ► Seite 96

Lichen planus ab ► Seite 107

Lichen sclerosus ab ► Seite 101

Trichomonaden ab ► Seite 72

Vulvodynie ab ► Seite 120

Hautveränderungen

Herpes genitalis ab ► Seite 75

Lichen planus ab ► Seite 107

Lichen sclerosus ab ► Seite 101

Psoriasis ab ► Seite 110

Jucken

Hefepilzinfektion ab ► Seite 55

Herpes genitalis ab ► Seite 75

Humanes Papillomvirus ab ► Seite 88

Kontaktdermatitis ab ► Seite 96

Lichen planus ab ► Seite 107

Lichen sclerosus ab ► Seite 101

Psoriasis ab ► Seite 110

Sperma-Allergie ab ► [Seite 99](#)

Trichomonaden ab ► [Seite 72](#)

Vulvodynie ab ► [Seite 120](#)

Rötung

Desquamative entzündliche Vaginitis ab ► [Seite 83](#)

Hefepilzinfektion ab ► [Seite 55](#)

Herpes genitalis ab ► [Seite 75](#)

Humanes Papillomvirus ab ► [Seite 88](#)

Kontaktdermatitis ab ► [Seite 96](#)

Schmerzen im V-Bereich

Hefepilzinfektion ab ► [Seite 55](#)

Herpes genitalis ab ► [Seite 75](#)

Lichen sclerosus ab ► [Seite 101](#)

Lichen planus ab ► [Seite 107](#)

Vulvodynie ab ► [Seite 120](#)

Schwellung

Bartholinische Zyste ab ► [Seite 114](#)

Trockenheit

Atrophische Vaginitis ab ► [Seite 81](#)

Lichen sclerosus ab ► [Seite 101](#)

Lichen planus ab ► [Seite 107](#)

Unterbauchschmerzen

Chlamydien ab ► [Seite 86](#)

Vulvodynie ab ► [Seite 120](#)

Warzen

Humanes Papillomvirus ab ► [Seite 88](#)

Wasserwarzen ab ► [Seite 114](#)

Wasserlassen: Beschwerden oder Schmerzen

Chlamydien ab ► [Seite 86](#)

Herpes genitalis ab ► [Seite 75](#)

Lichen sclerosus ab ► [Seite 101](#)

Lichen planus ab ► [Seite 107](#)

Trichomonaden ab ► [Seite 72](#)

Vulvodynie ab ► [Seite 120](#)

TEIL 1

Die V-Region: Normale
Abläufe und häufige
Erkrankungen

KAPITEL 1: Beschwerden im V-Bereich

Beschwerden im V-Bereich sind der häufigste Grund, weshalb Frauen ihren Gynäkologen/ihre Gynäkologin aufsuchen. Meistens vermuten sie selbst eine Infektion. 75 Prozent aller Frauen machen irgendwann in ihrem Leben eine Pilzinfektion durch, noch mehr Frauen leiden ein- oder mehrmals an sogenannter bakterieller Vaginose.

Tausende Tuben mit Anti-Pilz-Cremes oder Antibiotika werden aus diesen Gründen täglich in den Apotheken abgegeben, nicht immer berechtigt. Grundlage für eine solche Verordnung muss eine exakte Diagnose sein.

Obwohl praktisch jede Frau irgendwann unter V-Beschwerden leidet, wird diesem Bereich nach wie vor erstaunlich wenig Beachtung geschenkt. 1969 erschien ein medizinisches Lehrbuch, geschrieben von zwei amerikanischen Wissenschaftlern, unter dem Titel „Gutartige Erkrankungen von Vulva und Vagina“, in dem erstmals wirklich grundlegende Aussagen zu diesem Körperbereich gemacht wurden.

Der sogenannte Intimbereich ist – wie der Name besagt – etwas, mit dem die Frau „intim“ ist oder sein sollte. Auch

heute besteht aber nach wie vor eine Diskrepanz zwischen der – scheinbaren – Offenheit im Umgang mit Sexualität und dem Wissen um den Körper und seine Funktionen. Immer noch viel zu wenige Frauen wissen wirklich über „ihre“ V-Region Bescheid.

Fallbeispiele

Die folgenden drei Fallbeispiele beziehen sich auf V-Beschwerden, die häufig auftreten oder zumindest so bekannt sind, dass sie rasch erkannt, behandelt und oft geheilt werden können.

Kathrin, 21 Jahre

Kathrin wusste nicht, was plötzlich geschehen war. Bereits am Tag zuvor hatte sie ihre Scheide und den umgebenden Bereich als gereizt empfunden. Heute wurde sie von einem ständigen Juckreiz gequält, sie fühlte sich „geschwollen“ und in ihrem Slip bemerkte sie ungewöhnlichen, weißlichkrümeligen Ausfluss. Voller Angst, dass das womöglich mit ihrem neuen Freund zu tun haben könnte, mit dem sie vor kurzem das erste Mal Sex hatte, und mit dem dringenden Wunsch, dieses Jucken zu stoppen, suchte sie sofort ihren Frauenarzt auf. Nachdem er sie untersucht und einige Tests gemacht hatte, sagte er ihr, sie habe eine Pilzinfektion und verordnete eine Creme und Scheidenzäpfchen. Nie hätte Kathrin gedacht, dass eine Pilzinfektion derartige Beschwerden verursachen kann! Glücklicherweise dauerte es nicht lange, bis der Juckreiz unter dieser Behandlung nachließ. Kathrin hält sich seither an die Ratschläge, die Ihr Arzt ihr zur Vermeidung von

Pilzinfektionen gab (Ausführungen zu Hefepilzinfektionen siehe ab ► [Seite 55](#)).

Sophia, 34 Jahre

Sophia hatte schon einige Pilzinfektionen durchgemacht und war sich sicher, dass eine solche auch diesmal hinter dem leichten Jucken, der Rötung um die Scheide herum und dem leichten Brennen beim Wasserlassen steckte. Da sie noch eine halbe Tube Creme von der Behandlung der letzten Pilzinfektion zu Hause hatte, begann sie mit der Selbsttherapie. Aber diesmal blieben die Beschwerden unverändert, sodass sie nach fünf Tagen doch ihre Frauenärztin aufsuchte. Diese veranlasste einige Tests und es stellte sich heraus, dass Chlamydien die Ursache waren. Es handelte sich also um eine sexuell übertragbare Erkrankung. Sophia und ihr Partner mussten für einige Zeit ein spezielles Antibiotikum einnehmen (Ausführungen zu Chlamydien siehe ab ► [Seite 86](#)).

Jennifer, 29 Jahre

Jennifer freute sich sehr auf ihr erstes Kind. Seit einigen Tagen fühlte sie sich „unten herum“ nicht wohl, leichtes Brennen, eine leichte Rötung, und was am unangenehmsten war, ein fischartiger Geruch des seit der Schwangerschaft ohnehin vermehrten Ausflusses. Extra den Frauenarzt aufsuchen wollte sie deshalb aber nicht und wartete den nächsten routinemäßigen Vorsorgetermin ab. Nachdem der Arzt den Scheidenabstrich unter dem Mikroskop angesehen hatte, erklärte er ihr, dass sie eine sogenannte bakterielle Vaginose habe, die in der Schwangerschaft nicht

ungefährlich sei. Sie erhielt ein spezielles Medikament zur lokalen Anwendung in der Scheide und nahm sich vor, in Zukunft sofort zum Frauenarzt zu gehen, wenn sie wieder etwas Auffälliges feststellen sollte (Ausführungen zur bakteriellen Vaginose siehe ab ► [Seite 67](#)).

Dies sind nur einige Beispiele von Frauen mit Beschwerden im V-Bereich. Ähnliche Symptome wie Jucken, Brennen, Ausfluss oder Schmerzen können eine Vielzahl von Ursachen haben, die nicht immer „nur“ das Gebiet der Frauenheilkunde betreffen. Natürlich wird jede Frau bei derartigen Beschwerden zunächst ihren Frauenarzt/ihre Frauenärztin aufsuchen. Wenn dort aber keine Ursache gefunden werden kann, müssen weitere Spezialisten hinzugezogen werden. Wer ist dann der richtige Ansprechpartner? Was ist zu tun, wenn solche Beschwerden immer wieder auftreten oder nahezu ständig vorhanden sind? Was kann man selbst dagegen unternehmen? Woran sollte man denken? Die Antworten auf diese Fragen finden Sie im ersten Teil dieses Handbuches.

Wenn Sie unter Schmerzen in der V-Region leiden, kommen Ihnen folgende Beispiele vielleicht bekannt vor:

Angelika, 42 Jahre

Angelika hatte schon seit einiger Zeit ein leichtes Jucken um die Scheide herum bemerkt, das nun immer stärker wurde. Als sie sich die Region im Spiegel ansah, fiel ihr auf, dass die Haut weißlich und verdickt wirkte. Auch kleine Einrisse waren zu sehen, was vielleicht die Schmerzen beim Geschlechtsverkehr erklärte. Ihre Frauenärztin untersuchte sie gründlich, führte einige Tests durch und sagte ihr, dass

sie Angelika gerne zum Hautarzt überweisen wolle. Sie vermutete eine Hauterkrankung. Tatsächlich stellte der Hautarzt einen sogenannten Lichen sclerosus fest und verordnete eine Kortisonsalbe.

Nach anfänglich höherer Dosierung kommt Angelika jetzt mit 2- bis 3-maligem dünnen Auftragen der Salbe pro Woche gut zurecht, die Beschwerden haben sich deutlich gebessert (Ausführungen zum Lichen sclerosus siehe ab ► [Seite 101](#)).

Doreen, 37 Jahre

Doreen war zutiefst beunruhigt: Sie konnte nicht mehr mit ihrem Mann schlafen! Jedes Mal, wenn er versuchte, in sie einzudringen, hätte sie vor Schmerzen schreien können. Das Gleiche war der Fall, wenn sie versuchte, einen Tampon einzuführen. Ständige Pilzinfektionen kannte sie ja, aber diese Schmerzen waren neu.

Die Frauenärztin testete den gesamten Bereich um ihre Scheide herum und teilte ihr mit, dass sie diesmal keine Pilzinfektion finden könne. Sie glaube aber, dass Doreen eine sogenannte provozierte Vestibulodynie entwickelt habe. Zunächst verordnete sie eine östrogenhaltige Creme sowie eine Creme, die ein örtliches Betäubungsmittel enthielt. Die Schmerzen wurden weniger, hörten aber nicht auf, sodass Doreen an einen Spezialisten überwiesen wurde. Dort erhielt sie weitere Medikamente. Der Spezialist überwies Doreen an eine Physiotherapeutin, die in der Behandlung von Vestibulodynie und Vulvodynie erfahren war. Die medizinische Behandlung, die von der Therapeutin regelmäßig durchgeführte Behandlung sowie die Übungen für Zuhause bewirkten nach und nach, dass die

Beschwerden deutlich zurückgingen (Ausführungen zu provozierter Vestibulodynie siehe ab ► [Seite 148](#)).

Stephanie, 45 Jahre

Stephanie hatte fast ständige Schmerzen in der Scheide, die allmählich auch nach vorne in die Harnröhre und nach hinten in den After ausstrahlten. Sie stellte fest, dass die Schmerzen im Laufe des Tages schlimmer wurden, wenn sie in ihrer Tätigkeit als EDV-Fachfrau den ganzen Tag vor dem Bildschirm saß. Wenn sie in der Mittagspause einen Spaziergang machte, nahmen die Schmerzen wieder ab. Außerdem zog sie nur noch weite Röcke an, da sie enge Kleidung als sehr unangenehm empfand.

Der Frauenarzt konnte nichts Auffälliges feststellen und überwies sie zunächst zum Urologen, dann zum Hautarzt und zum Orthopäden. Auch dort konnte keine Ursache festgestellt werden.

In ihrer Verzweiflung verbrachte Stephanie Stunden und Tage im Internet, auf der Suche nach einem Hinweis oder einer Lösung. Sie fand tatsächlich eine Gruppe von Betroffenen, die nahezu dieselben oder ähnliche Symptome hatten, und erfuhr, dass es sich wahrscheinlich um eine neurologische Störung handelt, also um eine Nervenerkrankung. Seit sie entsprechende Medikamente nimmt, geht es ihr besser. Sie wird sich aber noch weiteren Untersuchungen in einem speziellen Zentrum unterziehen (Ausführungen zu Nervenschmerzen siehe ab ► [Seite 137](#)).

Wenn Sie sich mit den letzten beiden Fallbeispielen, also mit Doreen und Stephanie teilweise oder ganz identifizieren

können, in denen Schmerzen das vorherrschende Symptom sind, sollten Sie den Selbsttest auf ► [Seite 117](#) machen! Gehören Sie zu den Frauen mit chronischen Schmerzen im V-Bereich, die schon lange und oft vergeblich nach Möglichkeiten zur Linderung ihrer Schmerzen suchen? Im zweiten Teil des Buches geht es um Ursachen, Diagnose- und Behandlungsmöglichkeiten von Schmerzen im V-Bereich.

Welcher Arzt/welche Ärztin ist für den V-Bereich zuständig?

Bei Schmerzen und Beschwerden oder Veränderungen im V-Bereich ist sicher der Frauenarzt/die Frauenärztin der erste Ansprechpartner. Wie Sie erfahren werden, machen sich aber auch einige Hauterkrankungen im V-Bereich bemerkbar, für deren Diagnose und Behandlung der Hautarzt/die Hautärztin zuständig ist.

Auch chronische Darmerkrankungen wie Morbus Crohn können sich nicht selten im V-Bereich zeigen: Morbus Crohn ist eine chronische, entzündliche Darmerkrankung, die mit Hautveränderungen einhergehen kann. Diese finden sich sehr häufig im Bereich der Schamlippen in Form von Rötung, Gewebsschwellung, Pusteln und Geschwüren.

Dass auch Urologen/Urologinnen, Neurologen/Neurologinnen, Schmerztherapeuten/-therapeutinnen und eventuell Orthopäden/Orthopädinnen für Diagnose und/oder Therapie von V-Problemen unverzichtbar sein können, erfahren Sie im zweiten Teil des Buches. Deshalb ist vor allem bei chronischen V-