



Konservative Therapie bei Senkungszuständen

Indikation: Wenn Sie ein Fremdkörpergefühl haben in der Scheide, ein Druckgefühl, welches über den Tag oder bei körperlicher Belastung zunimmt, wenn sie einen Vorfall manuell reponieren (zurückschieben) müssen zum Wasserlassen oder zum Stuhlgang, liegt meistens eine Senkung vor. Dies ist kein gefährlicher Zustand. Ist dadurch aber die Lebensqualität eingeschränkt, sollte die Senkung behandelt werden.

Wirkungsweise: Eine Senkung wird durch nicht-operative Therapie nicht behoben, kann aber so beherrscht werden, dass die Lebensqualität nicht eingeschränkt ist. Dazu werden **Pessare** in die Scheide eingesetzt, um mechanisch die Senkung zurückzuhalten. Wenn ein Pessar gut sitzt, kommt es zu keiner Senkung, solange sich das Pessar in der Scheide befindet. In Kombination mit einer Pessartherapie sollte eine lokale Hormontherapie (Wirkstoff: Estriol) benutzt werden, um Druckstellen zu vermeiden. Durch die Anwendung des Estriols kommt es zu einem besseren Aufbau der Scheidenhaut, die mit zunehmendem Alter dünner und damit empfindlicher wird.

Druckentlastung und Hormontherapie führen aber auch zur Regeneration des Bindegewebes. Zusätzlich ist eine gezielte Beckenbodengymnastik sinnvoll. Hierbei kann durch spezielle Übungen der Muskulatur die Funktion der Beckenbodenorgane erhalten werden.

Behandlungsschema: Es gibt viele verschiedene Arten von Pessaren. Einige sind aus festem Silikon, andere aus weicherem Schaumstoff. Somit können Sie probieren, welches für Sie am angenehmsten ist. Es gibt Varianten (z.B. Würfelpessar), die Sie selber einführen und täglich entfernen, viele Patientinnen, die nur in bestimmten Situationen (z.B. Wanderungen) Beschwerden haben, kommen mit diesem Pessar gut zurecht und benutzen es nur gelegentlich. Andere Pessare (z.B. Siebschale) werden vom Frauenarzt eingesetzt und nur alle 2-3 Monate dort gewechselt. Die begleitende Hormonbehandlung sollte 1-2x/Woche in die Scheide eingeführt werden.

Erwartungen: Das Ziel ist es, die Senkungsbeschwerden so zu bessern, dass die Lebensqualität dadurch nicht mehr eingeschränkt ist. Das Fremdkörpergefühl wird nicht mehr gespürt bzw. die Harnblase kann wieder besser entleert werden und Blasenentzündungen treten nicht mehr so häufig auf. Auch die Pessare, die nicht tgl. gewechselt werden, sollten das Beziehungsleben nicht einschränken. Ein rechtzeitiger Therapiebeginn kann mäßige Senkungszustände so bessern, dass eine permanente Anwendung nicht mehr erforderlich ist. Viele Frauen sind dankbar, durch die Pessartherapie eine Operation aufzuschieben oder sogar zu verhindern, andere tolerieren diese nicht. In diesem Fall kann eine operative Behandlung der Senkung erfolgen, gleichgültig, über welchen Zeitraum die Pessartherapie durchgeführt wurde.

Nebenwirkungen: Treten beim Einhalten der Tragezeiten und Anwendung der begleitenden lokalen Hormontherapie selten auf. Vermehrter oder gar blutiger Ausfluss sollte vom Frauenarzt abgeklärt werden. Drückt oder verrutscht das Pessar, so kann eine andere Größe bzw. Form probiert werden.