

Aspekte von beiden, internalen und externalen Orgasmen. Forscher haben die Nervenbahnen untersucht, die mit diesen Orgasmen zusammen haengen, welche durch den Pudendal-Nerv fuer klitorale Stimulation, der Unterbauch- und Becken-Nerv fuer vaginale Stimulation und moeglicherweise der Vagus-Nerv zusammenhaengen, letzterer fuehrt direkt von der Zervix ueber das Rueckenmark zum Gehirn.

Frauen, die externe Orgasmen haben, koennen nach der Entfernung ihrer Gebaermutter, die geringsten Veraengerungen in ihrem sexuellen Empfinden erwarten. Frauen, die internale Orgasmen haben und das Zusammenziehen der Gebaermutter und Zervix als groessten Anteil ihres Orgasmus empfinden, koennen eine Einschraenkung ihrer sexuellen Funktion erfahren.

Einige Forschungsergebnisse legen nahe, dass die Erhaltung der Zervix das Auftreten von sexuellen Dysfunktionen nach der Hysterektomie erabsetzt. Dieses Ergebnis ist aber umstritten und nerven-erhaltende Eingriffe werden weiterhin erforscht.

### **Empfehlungen von Frauen, die eine Gebaermutterentfernung hinter sich haben**

- Je besser sich eine Frau mit ihrem sexuellen Empfinden auskennt, um so besser sind ihre Chancen sich auf die physischen und psychischen Umstellungen nach der Operation einzustellen. Einige Frauen empfinden eine depressive Verstimmung oder Trauer nach ihrem Eingriff, was durch den Verlust oder die Einschraenkung der sexuellen Funktion noch intensiviert werden kann. Obwohl das Erleben jeder Frau unterschiedlich ist, kann der Austausch mit anderen Frauen sehr hilfreich

sein. TWSHF stellt ein Forum dar, das die Fragen von Frauen per Email beantworten kann ([info@twshf](mailto:info@twshf)).

- Passen Sie auf sich auf: geben Sie Ihrem Koerper die noetige Ruhe, Nahrung und Zeit zur noetigen Heilung.

- Falls Sie eine Erminderung Ihres sexuellen Empfindens feststellen, sprechen Sie mit einer Spezialistin / einem Spezisten Ihres Vertrauens, die ihnen helfen kann.

- Bereiten Sie sich darauf vor, dass ihr Koerper sich anders als vor Ihrer Operation anfühlen kann. Eine heisse Waermflasche, die Sie 5-10 Minuten vor dem Sex auf Ihre Genitalien auflegen, kann die Durchblutung und sexuelles Empfinden anregen.

- Sprechen Sie mit ihrer medizinischen Fachperson ueber Behandlungsmethoden, das sexuelle Funktionsvermoegen von Frauen verbessern koennen wie z.B. Akupunktur, klitorale Vakuum-Instrumente, Durchblutung unterstützende Arzneimittel zum Auftragen, Medikamente zum Einnehmen mit Estrogen und Testosteron oder Viagra-aehnliche Medikamente. Es gibt auch Estrogen-Ringe and Zaepfchen, die direkt in die Vagina eingefuehrt werden, um die Durchblutung anzuregen. Gleitcreme und andere feuchtigkeitsspendende Mittel koennen auch bei Erregungsstoerungen oder Trockenheit der Vagina helfen.

- Soziale Unterstuetzung oder psychotherapeutische Hilfe sind hilfreich, um sich mit den emotionalen Auswirkungen Ihrer Gebaermutter-Entfernung auseinanderzusetzen.

© TWSHF 3/4/06 German translation

# **Gebaermutter- entfernung und Ihr sexuelles Funktionsvermoegen**



**The Women's Sexual  
Health Foundation<sup>SM</sup>**  
[www.twshf.org](http://www.twshf.org)

Viele Frauen sind sich nicht ganz sicher was bei einer Gebaermutterentfernung, im Medizinischen auch "Hysterektomie" genannt, genau entfernt wird.

Die Entfernung der Gebaermutter mit Erhaltung des Gebaermuttermundes (auch Zervix genannt) wird oft als *subtotale Hysterektomie* bezeichnet. In der *totalen Hysterektomie* werden der Uterus und die Zervix entfernt. Die Entfernung von Uterus, Zervix, Eierstoecken und Eierleitern wird als *totale Hysterektomie mit bilateraler Salpingoophorektomie* bezeichnet, waehrend bei der *radikalen Hysterectomy* der Uterus, die Eierleiter, die Eierstoecke, die Zervix und der obere Teil der Vagina entfernt werden. Eine *radikale Hysterectomy* wird oft vorgenommen, um Krebs im Gebaermutterhals, den Eileitern oder des Endometriums zu behandeln, und kann durch den Bauch oder die Vagina vorgenommen werden. Egal welche Art der Gebaermutterentfernung gewaehlt wird, stellt diese Operation einen grossen chirurgischen Eingriff dar. Etwa 600,000 aller amerikanische Frauen lassen pro Jahr ihre Gebaermutter entfernen.

Hysterektomien werden aus vielerlei Gruenden durchgefuehrt; diese koennen Krebs, Endometriose, Fibrome (Wucherungen des Uterus), Unterleibsschmerzen und abnormal Blutungen sein. Alternativen zu dieser Operation koennen Medikamente, Abwarten und andere chirurgische Eingriffe dar. Sie sollten Alternativen immer mit Ihrem Arzt / Ihrer Aerztin besprechen. Die folgenden Behandlungsmoeglichkeiten sollten in Betracht gezogen werden.

Fuer Frauen, die abnormale und aussergewoehnlich starke Blutungen haben, kann die Entfernung des Endometrium eine

Alternative sein. Dieser Methode stellt einen minimalen operativen Eingriff dar, bei dem entweder elektrischer Strom, Waerme oder Kaelte benutzt werden, um das Endometrium zu entfernen, welches Blutungen reduzieren oder eliminieren kann. Bei einer Myomektomie wird eine Wucherung der Gebaermutter entfernt, ohne dass der Uterus an sich entfernt wird, was eine spaetere Schwangerschaft moeglich macht. In der minimal inversiven *Uterinen Fibrom-Embolisation*, auch *Uterine Arterien-Embolisation* genannt, werden die Blutzuvor der Fibrome durch die Arterien blockiert. Sie sollten auch alternative medikamentoese Behandlungen wie die Anti-Baby-Pille oder Hormon-Praeparate mit Ihrem Arzt / Ihrer Aerztin besprechen. Fachleute empfehlen, die Meinung eines zweiten Spezialisten anzuholen bevor eine Hysterektomie durchgefuehrt wird. TWSH schlaegt vor, wenn moeglich die Meinung eines zweiten Experten oder Expertin einzuholen, die an einem anderen Krankenhaus oder einer anderen Stadt arbeitet.

### **Ihr sexuelles Erleben**

Ihr sexuelles Erleben kann durch das Entfernen der Gebaermutter beeinflusst werden. Einige Frauen finden, dass sich ihr Sexualleben verbessert, andere Frauen berichten keine Veraenderung und etwa 20% berichten eine Einschraenkung. Alle Frauen sind individuell unterschiedlich. Wenn Ihre sexuelle Aktivitaet und sexuelles Empfinden vor Ihrer Operation durch Ihre Beschwerden eingeschraenkt war, kann Ihnen oft eine Hysterektomie helfen. Falls Sie andererseits vor dem Eingriff ein normales sexuelles Funktionsvermoegen hatten, koennten Sie negative Auswirkungen auf Ihr sexuelles Interesse, Erregung und Orgasmus feststellen. Diese Veraenderungen koennen groesser

ausgepraegt sein, wenn Ihnen bei Ihrer Operation mehr Organe als nur der Uterus entnommen wird. Ihre medizinische Fachperson sollten Ihnen helfen, diese Unterschiede besser zu verstehen und mit Ihnen verschiedene Behandlungsmoeglichkeiten besprechen.

Bei einer radikalen Hysterektomie, welche oft bei Gebaermutterhalskrebs durchgefuehrt wird, koennen Probleme mit der Durchblutung der Vagina sowie eine Verkuerzung der Vagina auftreten. Durch die Entfernung der Eierstoecke tritt oft eine Verminderung der natuerlichen Hormone wie Estrogen und Testosteron auf, welche fuer Ihre sexuelle Gesundheit und sexuelles Erleben wichtig sind. Einige Frauen berichten als Folge ueber Schwierigkeiten mit Orgasmus und eine Verminderung Ihres sexuellen Interesses.

Andere Frauen spueren waehrend ihres Orgasms ein rhythmisches Zusammenziehen der Gebaermutter, was sie als Steigerung ihres sexuellen Erlebens empfinden. Wird die Gebaermutter entfernt, kann dies nicht mehr auftreten. Einige Frauen berichten, dass die Entfernung der Zervix ihre Orgasmusfaehigkeit oder Orgasmusempfindung heruntergesetzt hat. Andererseits kann die Entfernung der Zervix auch Schmerzen beim Geschlechtsverkehr vorbeugen, die durch das Anstossens des Penis entstehen koennen.

Einige Experten glauben, dass es drei Arten des Orgamus bei Frauen gibt: externaler, internaler und gemischter Orgasmus. Der externe Orgasmus wird v.a. durch die Stimulation der Klitoris eingeleitet. Der interne Orgasmus wird durch Stimulierung der Vorderwand der Vagina, des G-Punktes oder die Zervix eingelegt. Der gemischte Orgasmus kombiniert

