

Gebärmutterhals: Vorstufen behandeln – Krebs vorbeugen

Heide Fischer, Ärztin

Gebärmutterhalskrebs gehört zwar mittlerweile zu den eher seltenen Krebserkrankungen, Zellveränderungen am Gebärmutterhals (Dysplasien) sind jedoch ein häufiger Befund bei der frauenärztlichen Vorsorgeuntersuchung. Aus schweren Dysplasien kann eine Krebserkrankung entstehen, daher werden sie im Regelfall chirurgisch entfernt. Bei leichteren Veränderungen bewährt sich ein mehrstufiges naturheilkundliches Behandlungskonzept.

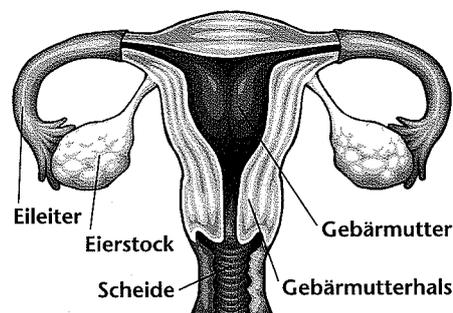
Gebärmutterhalskrebs hat heute nur noch einen Anteil von 3,4 Prozent an allen Krebserkrankungen. Die Erkrankungsrate ist seit Einführung regelmäßiger Krebsvorsorgeuntersuchungen in den 1970er Jahren deutlich zurückgegangen. Der griechische Arzt und Anatom G. Papanicolaou (1883–1962) hatte schon Jahre zuvor herausgefunden, dass vor einer manifesten Erkrankung die Zellen häufig bereits vorgeschädigt sind.

Diese Krebsvorstufen, „schwere Dysplasien“ genannt, können durch einen Zellabstrich festgestellt und dann gegebenenfalls chirurgisch entfernt werden. Der Nachteil dieser, in der Fachsprache als „Pap-Abstrich“ (siehe Kasten auf Seite 16) bezeichneten Untersuchung ist, dass dabei auch Frauen mit leichten Zellveränderungen, die 100-mal häufiger vorkommen, beunruhigt werden. Nicht aus jeder Dysplasie entsteht zwangsläufig eine Krebserkrankung, auch dann nicht, wenn gleichzeitig die in den letzten Jahren in den Blickpunkt gerückten Papilloma-Viren (HPV, siehe Kasten auf Seite 18) gefunden werden. Zur Krebsentstehung tragen verschiedene Faktoren bei, von denen noch viele unerforscht sind.

Die schulmedizinische Therapie bei schweren Zellveränderungen besteht in

der Entfernung und nachfolgenden mikroskopischen Untersuchung des verdächtigen Bereichs mittels chirurgischer oder Laser-Konisation, heute meist ambulant durchgeführt: Hierbei wird rund um den Muttermund kegelförmig das erkrankte Gewebe entfernt und anschließend mikroskopisch untersucht.

Betroffenen wird geraten, diesen Eingriff durchführen zu lassen, wenn ein Pap-3d-Befund über ein Jahr immer wieder nachgewiesen werden konnte. Die Kontrollen erfolgen meist im Abstand von drei Monaten. Bei Pap 4a wartet man gewöhnlich nur einen weiteren Abstrich ab, bevor die Operation empfohlen wird. Im Falle einer Krebsdiagnose kann in Ausnahmefällen und bei bestehendem Kinderwunsch die Gebärmutter erhalten werden. Je nach Schweregrad wird eine anschließende

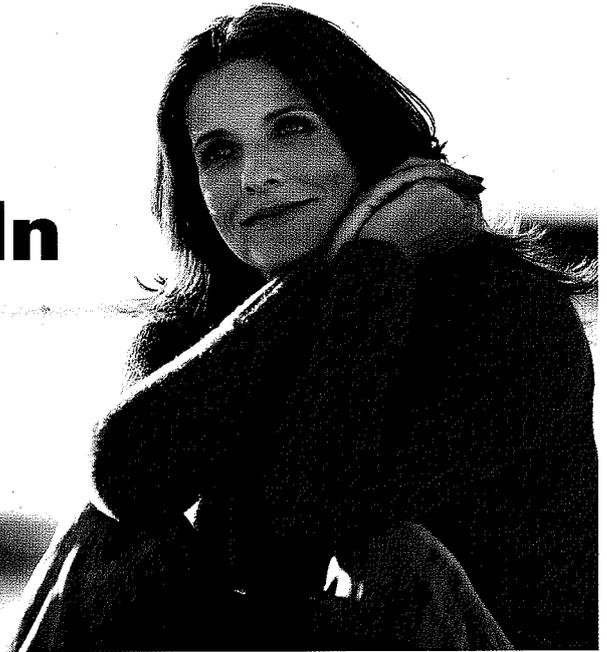


Strahlen- und/oder Chemotherapie empfohlen.

Übertriebene Intimhygiene stört die Vaginalflora

Frauen erkranken an Dysplasien des Gebärmutterhalses oder gar an Gebärmutterhalskrebs nicht aufgrund einer einzigen Ursache. In unseren westlichen Breiten neigen viele Frauen zu übertriebener Hygiene mit Intimwaschlotionen oder regelmäßigen Vaginalspülungen. Frauenärztinnen berichten von dauerhaft gestörter Vaginalflora und ekzemartigen Veränderungen der Scheide bei Verwendung von feuchtem Toilettenpapier. Umgekehrt haben Männer gelegentlich einen zu nachlässigen Umgang mit der Hygiene, womit sie Frauen gefährden. In Kulturen, in denen Männer aus religiösen (oder wie in den USA zunehmend aus hygienischen Gründen) beschnitten sind, erkranken Frauen deutlich seltener.

Auch Umweltfaktoren können bei der Krankheitsentstehung eine Rolle spielen, indem Gifte in Nahrung, Wohnraum und Umfeld das Immunsystem schwächen. Eine Hormontherapie in den Wechseljahren erhöht nachweislich das Risiko, an Gebärmutterhalskrebs zu erkranken. Gefährdeter sind



Regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen und die frühzeitige Behandlung entdeckter Zellveränderungen können Gebärmutterhalskrebs meist verhindern.

Raucherinnen, da Nikotin die Gewebedurchblutung vermindert.

Ganzheitliche Behandler fahnden bei immer wiederkehrenden Infekten noch nach Allergien und Unverträglichkeiten, nach der Verwendung von Tampons, die die Vaginalschleimhaut austrocknen und ihres Schutzmantels berauben. Nach Synthetikwäsche oder beengender Kleidung, die durch Luftabschluss bzw. Reibung das zarte Gewebe belasten. Die hormonelle Verhütung mit Pille oder Hormonring schwächt die Abwehrkräfte, eine Spirale kann das Übergangsgewebe am Muttermund irritieren. Auch körperlich-seelische Zusammenhänge sollten in die Überlegungen einbezogen werden: Beziehungsprobleme, sexuelle Grenzverletzungen, seien sie akut oder in der Vergangenheit geschehen, können mitverursachend eine Rolle spielen.

Ganzheitliche Therapieschritte bei Diagnose Dysplasie

Bei einer Dysplasie sollte zunächst an einen länger bestehenden Vaginalinfekt gedacht, dieser untersucht und entsprechend behandelt werden durch:

- ▶ **Ansäuern:** Unterstützung des körpereigenen Schutzes
- ▶ **Keimabwehr:** hochwirksame ätherische Öle in Zäpfchenform
- ▶ **Pflege:** die Schleimhaut im Intimbereich regelmäßig ölen oder cremen

Die einfachste Methode das Scheidenmilieu anzusäuern, ist das abendliche Einführen von 1–2 ml Naturjoghurt mit Hilfe einer Spritze oder die Verwendung von milchsäurehaltigen Vaginalzäpfchen. Tampons mit Joghurt zu tränken, empfiehlt sich nur bei Verwendung von Mini-Tampons, die einige Minuten in Joghurt getaucht wurden.

Bei starkem Ausfluss kann zuvor eine Vaginalspülung mit verdünntem Essigwasser durchgeführt werden: 1–2 EL guten Obstessig mit 1/2 Liter körperwarmem Wasser verdünnen und mit Hilfe einer Vaginaldusche, eines Klisiers oder einer einfachen Birnenspritze die Scheide mehrmals spülen.

Was ist der Pap-Abstrich?

Im Rahmen der jährlich empfohlenen Vorsorgeuntersuchung wird ein spezieller Abstrich vom Gebärmutterhals entnommen und in verschiedene Schweregrade eingeteilt. Die Einschätzung des sogenannten Pap-Abstriches erfolgt in spezialisierten Labors:

- ▶ Pap 2 ist der Normalbefund einer sexuell aktiven Frau,
- ▶ Pap 2w zeigt minimale Veränderungen, die sich nach Wiederholung (w) des Abstriches binnen einiger Monate meist normalisiert haben.
- ▶ Pap 3 ist oft die Folge eines länger andauernden Infektes.
- ▶ Pap 3d bezeichnet leichte,
- ▶ Pap 4a starke Veränderungen der Zellstrukturen.
- ▶ Pap 4b beschreibt ebenfalls starke Veränderungen, aber auch auf die Oberfläche begrenzte Krebszellen.
- ▶ Pap 5 weist auf eine manifeste Krebserkrankung hin. Eine Probeentnahme ermöglicht die mikroskopische Untersuchung verdächtigen Gewebes.



Die beim Pap-Abstrich entnommenen Zellen werden im Labor genau untersucht.

Reicht diese Behandlung nicht aus und lassen die Beschwerden nach zwei bis drei Tagen nicht deutlich nach, sollten keimwidrige Vaginalzäpfchen mit ätherischen Ölen zum Einsatz kommen. Die Zäpfchengrundmasse sollte aus pflegender Kakaobutter bestehen. Man kann ein oder mehrere ätherische Öle verarbeiten oder aufgrund eines Abstriches ein Aromatogramm anfertigen, um erregerspezifisch vorgehen zu können. (Labor: www.dr-zoulek.de; Anfertigung von Zäpfchen jeder Zusammensetzung: www.larome.de)

Antibakteriell wirken folgende Öle: Thymian thymol, Lavendel, Rosengeranie, Zitronengras und Neroli. Gegen Pilze sind Thymian geraniol, Teebaum, Palmarosa und Manuka bewährt, gegen Viren Ravensara, Melisse, Thymian thujanol und

Niaouli. Dosierung und Anwendung: 2%ige Zäpfchen à 2 g, bei normalen Infekten fünf Tage, bei hartnäckigen Infekten über drei Zyklen jeweils nach der Menstruation fünf Tage hintereinander, bei Dysplasien 15 Tage behandeln.

Für die Nachbehandlung säuert man über fünf Tage das Scheidenmilieu mit Joghurt oder einem Fertigpräparat wie Vagiflor® oder Döderlein Vaginalkapseln an.

Bewegung im Becken fördert Zellatmung und Durchblutung

Die gute Durchblutung des Beckens, ein ernsthaftes Manko westlicher Gesellschaften, ist eine Grundvoraussetzung der Gesundheit der weiblichen Organe. Sie zu fördern verbessert die Zellatmung, die sexuelle Lust, dient der Infektabwehr und der hormonellen Harmonie. Neben jeder Art von beckenbetonter Bewegung wie Luna Yoga oder Bauchtanz kann man an das altbekannte Reibesitzbad denken.

Auch aktive Sexualität mit oder ohne Partner/Partnerin verbessert die Sauerstoffversorgung des Gewebes. Bei bestehenden Zellveränderungen sollte jedoch für die Dauer der Behandlung ein Kondom benutzt werden, da Spermien und auch Spermienzfallsprodukte die irritierten Zellen zusätzlich reizen können. Auch Massagen, Wickel oder Bäder fördern die Durchblutung. Bewährt zur täglichen Einreibung von Unterbauch und unterem Rücken sind Kupfersalbe rot oder Solum Öl von Wala.

Schleimhautpflege – Wohltat für gestresste Zellen

Zur Beruhigung der irritierten Schleimhaut kommen Gerbstoff- oder Schleimstoffdrogen zum Einsatz:

- ▶ Frauenmantel (Alchemillae herba)
- ▶ Taubnessel (Lamii albi flos)
- ▶ Ringelblume (Calendulae flos)
- ▶ Leinsamen (Lini usitatissimi semen)

All diese Pflanzen können als Tinktur zu insgesamt 10 Prozent in Vaginalzäpfchen

eingearbeitet, aber auch innerlich eingenommen werden. Der Leinsamen eignet sich besonders zur Nahrungsergänzung.

Zur Schleimhautheilung „vor Ort“ setzt man Heilöle wie Johanniskrautöl oder Sanddornfleischöl, kombiniert mit ätherischen Ölen, ein. Die Mischung träufelt man auf ein Stück Gaze und appliziert dieses über Nacht, aber auch über Tag, jeweils frisch vor den Muttermund. Behandlungsdauer: 10–15 Tage, nach der Menstruation beginnend, eventuell zur Nachbehandlung fünf Tage mit Joghurt stabilisieren.

Heilöl bei Dysplasien zur Schleimhautpflege:

- ▶ 100 ml Johanniskrautöl
- ▶ 2 ml Sanddornfleischöl
- ▶ Ätherische Öle Melisse, Lavendel, Niaouli zu gleichen Teilen auf 2 ml

Unterstützender Tee bei Dysplasie:

- ▶ 15 g Taubnessel,
- ▶ 25 g Frauenmantel,
- ▶ 15 g Ringelblume,
- ▶ 25 g Ackerschachtelhalm,
- ▶ 25 g Thymian,
- ▶ 35 g Bockshornklee.

Dieser Tee sollte neben den anderen Maßnahmen über zwei bis drei Zyklen kurmäßig getrunken werden. Drei Tassen täglich, einen gestrichenen Teelöffel pro Tasse 10 Minuten zugedeckt ziehen lassen.

Zum Verständnis körperlich-seelischer Zusammenhänge darf die Bedeutung des machtvollen Instruments Vorstellungskraft nicht unterschätzt werden: Heilsame innere Bilder, gewonnen aus einer Körperreise oder einem Körperdialog geben nicht nur Aufschluss über

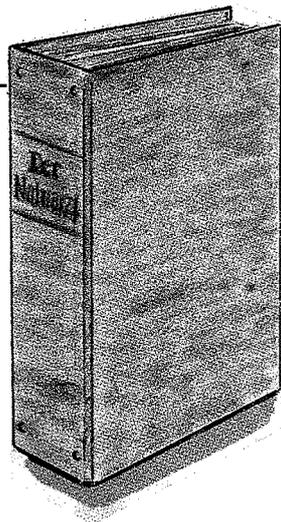
diese Zusammenhänge, sondern Hinweise für einen heilsamen Umgang mit sich selbst, für gesundheitsförderliche Maßnahmen im Alltag. Mit Hilfe heilsamer innerer Bilder durch Heil-Imagination kann auf den Zellstoffwechsel gezielt Einfluss genommen und das Immunsystem gestärkt werden.

Homöopathie und Heilpflanzen helfen rund um die Operation

Musste ein chirurgischer Eingriff erfolgen, kann man die Nachbehandlung naturheilkundlich unterstützen. Probenentnahmen von verdächtigem Gewebe heilen besser aus, wenn man nach dem Eingriff drei Globuli Arnica C30 oder Staphisagria C30 auf der Zunge zergehen lässt. Für die nächsten Tage weitere drei Globuli in einem Glas Wasser auflösen, davon gelegentlich einen

Anzeigen

Naturarzt Sammelordner



Wenn Sie die Zeitschrift **Naturarzt** zu einem wertvollen Nachschlagewerk sammeln wollen, dann können Sie bei uns einen Sammelordner aus Naturfaser mit Goldprägung für 2 Jahrgänge zum Preis von € 14,50, zzgl. anteilig Porto und Verpackung € 4,50, bestellen.

Ausland nur gegen Vorkasse (1–3 Ex. zuzügl. € 6,20 Porto)

Bitte bestellen Sie mit dem Coupon beim Access Verlag, 61462 Königstein, Feldbergstraße 2
Telefax 0 61 74/92 63 35

Hiermit bestelle ich Sammelordner für jeweils 2 Jahrgänge

Name		Vorname	
Straße		Hausnummer	
PLZ	Ort	Telefon	
Abbuchung <input type="checkbox"/>			
Scheck anbei <input type="checkbox"/> Bankverbindung			
Kontonummer		BLZ	
Datum		Unterschrift	

Bad Wörishofen



Sebastianium

Ihre Gesundheit in guten Händen



Gesundheitsurlaub & medical wellness

"Ich sollte mehr für meine Gesundheit tun."
Setzen Sie Ihre guten Vorsätze angenehm und nachhaltig mit Kneipp - dem einzig, ganzheitlichen Gesundheitsverfahren in Europa um - am Ursprungsort im SEBASTIANEUM in Bad Wörishofen.

Unser Angebot: Kneipp'sches Fasten

- 6 Nächte mit Fastenverpflegung und Getränke mit eiweißbetonter Ernährung,
- Arzt-Check-up, Fastengespräche,
- 13 naturheilkundliche Anwendungen,
- 2 Bauchmassagen, Qi Gong, Nordic Walking u.v.m.

pro Person ab € 667,- zzgl. Kurtaxe

Sebastianium • Kneippstraße 8
86825 Bad Wörishofen • Telefon: 03247 / 355-0
www.sebastianium.de

HPV: Eine Impfung gegen Krebs?

Bei der Entstehung von Gebärmutterhalskrebs werden seit einigen Jahren Papillomaviren (HPV) vom sogenannten High-Risk-Typ als verursachend angenommen. Der Entdecker dieses Zusammenhangs erhielt dafür 2008 den Nobelpreis.

Als vorbeugende Maßnahme empfehlen einige europäische Länder die routinemäßige Impfung junger Mädchen gegen einige dieser Viren mit großem Werbeaufwand, obwohl die Langzeitfolgen wie die Dauer des Impfschutzes noch längst nicht geklärt sind.

Auch in Deutschland empfiehlt seit 2007 die STIKO (ständige Impfkommision), Mädchen vor dem ersten Geschlechtsverkehr gegen HPV-Viren zu impfen. Man kennt 40 verschiedene Virustypen, die im Genitalbereich eine Rolle spielen. Einer der Impfstoffe (Cervarix®) richtet sich gegen die Typen 16 und 18, die in 70 % der Gebärmutterhalskrebskrankungen gefunden werden. Das

Konkurrenzpräparat (Gardasil®) wirbt mit dem Hinweis, daneben auch gegen die Verursacher der an sich harmlosen Feigwarzen zu schützen (Typ 6 und 11).



Die HPV-Impfung junger Mädchen ist umstritten. Die Entscheidung sollte gut überlegt werden.

Trotz der prämierten Entdeckung ist unbestritten, dass die meisten Infektionen auch ohne Behandlung binnen 1–2 Jahren ausheilen. Bis zur Krebsentstehung dagegen müssten sie über mehr als 10 Jahre bestehen. Bis heute weiß man nicht, wie lange der Impfschutz anhält und ob die Erkrankungsrate durch die Impfung langfristig sinken wird.

Kritiker bestreiten, dass die Suche nach HPV-Viren

überhaupt eine Aussagekraft in Hinblick auf den Krebschutz hat. Andere wenden ein, dass die Massenimpfung junger Mädchen (über eine Impfung der Jungen als potenzielle Überträger wurde nicht nachgedacht) ihnen die Entdeckung der eigenen Sexualität noch weiter erschwert („Sex ist gefährlich“), oder aber sie sich durch die Impfung womöglich in falscher Sicherheit wiegen und von der Benutzung von Kondomen als einzigem Schutz vor HIV (Aids) absehen.

Erste Auswertungen bestätigen zwar, dass die Anzahl der Dysplasien seit Einführung der Impfung zurückgegangen ist. Damit sinkt jedoch nicht zwangsläufig die Krebsrate. Dies zeigt sich frühestens in 10–20 Jahren. Mittlerweile werden einzelne Todesfälle mit der Impfung in Verbindung gebracht. Trotz dieser Unsicherheiten wird die Impfung weiter massiv unter den Mädchen und ihren Müttern beworben.

lenblüten wirken sie auch gegen Übelkeit.

Im Falle einer Krebserkrankung empfehlen auch die meisten ganzheitlichen Behandler, die operativen Möglichkeiten der Schulmedizin in Anspruch zu nehmen, aber in jedem Fall naturheilkundlich zu begleiten. Die Gesellschaft für biologische Krebsabwehr in Heidelberg (www.biokrebs.de) stellt nicht nur im Internet zahlreiche Informationen zur Verfügung, sondern es besteht auch die Möglichkeit, den individuellen Fall im Rahmen einer ärztlichen (telefonischen) Beratung zu besprechen. Geraten wird in den meisten Fällen, neben allgemeinen Maßnahmen wie gesunder Ernährung und Bewegung, das Immunsystem durch eine Mistel-Injektionstherapie zu stärken und den Mineralien- und Vitaminhaushalt auszugleichen. Auch zahlreiche kombinierte Therapien (Sauerstoff, Hyperthermie, Imagination, kreative Therapien) können im Rahmen eines Kur- oder Klinikaufenthaltes, aber auch ambulant durchgeführt werden. ■

Weiterführende Literatur

- ▷ H. Fischer: *Frauenheilmittel (2004), Frauenheilpflanzen (2006), Körperweisheit (2009), jeweils Nymphenburger, München*
- ▷ R. Nissim: *Naturheilkunde in der Gynäkologie, Orlanda, Berlin 2007*
- ▷ C. Northrup: *Frauenkörper – Frauenweisheit, Zabert Sandmann, München 2007*
- ▷ *Zellveränderungen am Muttermund – Broschüre des Frauengesundheitszentrums Göttingen, über www.frauengesundheitszentren.de*

Schluck trinken und vorher mit einem Plastiklöffel „verkleppern“.

Täglich drei Tassen Schafgarbentee verbessern rund um operative Maßnahmen die Heilungstendenz und vermindern den Blutverlust. Sollte dieser größer gewesen sein als erwartet, verbessert täglich dreimal ein Esslöffel Brennnesselsaft in einem Glas Orangensaft die Blutbildung. Auch Floradix® Kräuterblutsaft oder Anaemodoron® Tropfen von Wele-da wirken in diese Richtung.

Während die erste Wundversorgung gewöhnlich in der Klinik erfolgt, helfen Johanniskrautöl oder Veilchensalbe nach Hildegard von Bingen bei der unauffälligen Heilung der Operationsnarbe.

Sollte eine Strahlentherapie medizinisch notwendig sein, erhöht Radium bromatum C30 die Verträglichkeit bei ähnlicher Anwendungsweise wie die zuvor ge-

nannten homöopathischen Globuli. Auch zweimal täglich zehn Tropfen Sanddornfleischöl eingenommen, schützen das gesunde Gewebe. Fetthaltige Cremes dürfen unmittelbar vor der Bestrahlung nicht verwendet werden, aber wenn Hautrötungen auftreten, kann in den Behandlungsintervallen an Johanniskrautöl oder Aloe-Vera-Gel gedacht werden. Pflanzenschleime aus Leinsamen sorgen für Schleimhautschutz und eine gute Verdauung, wenn der Darm in Mitleidenschaft gezogen wurde.

Die Verträglichkeit einer eventuell erforderlichen Chemotherapie wurde mittlerweile auch von Seiten der Schulmedizin medikamentös sehr verbessert. Bitter- und Leberpflanzen wie Artischockenblätter, Löwenzahnwurzel, Mariendistelsamen helfen, die starken Medikamente wieder abzubauen und schützen das Lebergewebe. Zusammen mit Ingwer, Pfefferminze oder Kamil-



Heide Fischer, Jahrgang 1954, Ärztin mit eigener Praxis in Freiburg i. Br. mit den Schwerpunkten Frauen-Naturheilkunde und Psychosomatik. Mitbegründerin der Frauengesundheitszentren Heidelberg (1978) und Seminarleiterin. Schrieb im *Naturarzt* zuletzt über unerfüllten Kinderwunsch (9/2009), Östrogen (5/2009) und Reizblase (3/2009).