

Myome? Sie sind nicht allein!

Wahrscheinlich wurden bei Ihnen ein oder mehrere Uterusmyome diagnostiziert. Damit sind Sie nicht allein, denn Myome sind eine der häufigsten Erkrankungen bei Frauen im gebärfähigen Alter. Sie sind auch als Fibrome bekannt. Obwohl sie weit verbreitet sind, gehören sie zu den am wenigsten erforschten und verstandenen Erkrankungen im Bereich der Frauengesundheit. Positiv ist: Es sind es gutartige Tumoren, die sich in der Gebärmuttermuskulatur entwickeln. Ihre Auswirkungen betreffen aber nicht nur die körperliche Gesundheit, sondern auch das psychische und emotionale Wohlbefinden von uns Frauen. Wenn Sie mehr über Myome wissen, kann das helfen, deren Einfluss auf das tägliche Leben sowohl auf persönlicher als auch auf zwischenmenschlicher Ebene zu verstehen.

In 70 Prozent der Fälle bleiben Myome »unsichtbar«, weil sie keine sichtbaren Symptome haben. In 30 Prozent der Fälle können die Symptome jedoch äußerst belastend sein. Das daraus resultierende Unwohlsein ist nicht nur körperlicher, sondern auch emotionaler Natur und erschwert es, den täglichen Herausforderungen des Lebens gelassen zu begegnen. Myome stellen somit ein Problem dar: Sie beeinträchtigen die Freiheit, das Leben ohne Schmerzen *und ohne starke Blutungen* zu leben, eine Schwangerschaft zu planen und den Alltag ohne die ständige Angst vor plötzlich auftretenden Symptomen zu meistern.

Mit Myomen umzugehen, bedeutet oft, vor einer Reihe von Entscheidungen zu stehen. Sie haben die Wahl, ob und wie Sie eingreifen möchten. Aber jede Entscheidung erfordert Wissen und muss auf der Grundlage dessen getroffen werden, was für Sie persönlich am besten ist. Es gibt keine universelle Antwort, denn keine zwei Frauen sind gleich. Daher möchten wir Ihnen in diesem Buch verschiedene Behandlungsmög-

lichkeiten vorstellen, die von klassischen und altbewährten Methoden über moderne Verfahren bis hin zur naturheilkundlichen Unterstützung reichen. Wir möchten Sie informieren, Ihnen wissenschaftliche Erkenntnisse und praktische Werkzeuge zur Verfügung stellen, um ein tieferes Verständnis und mehr Bewusstsein für den Umgang mit diesem Problem zu schaffen. Bewusstsein ist der erste Schritt, um die Kontrolle über die eigene Gesundheit zu erlangen.

Wir werden erklären, was Myome sind, wie sie die Gesundheit beeinflussen und welche Behandlungsoptionen es gibt. Im Kapitel »Myome ganzheitlich behandeln« bekommen Sie zudem praktische Tipps aus der Naturheilkunde, die sie teilweise direkt umsetzen können. Darüber hinaus werden wir Strategien besprechen, wie Sie mit dieser Erkrankung auf eine ruhige Weise leben können, indem wir Ängste, Zweifel und Schwierigkeiten gemeinsam angehen – mit dem Wissen: Sie sind nicht allein.

Unsere Arbeit lehrt uns täglich, dass Angst nicht nur mit der Krankheit selbst zusammenhängt, sondern oft mit dem Unbekannten. Aus dieser Erkenntnis entstand die Idee zu diesem Buch: einem Leitfaden, der nicht nur erklärt, was Myome sind und wie man mit ihnen umgeht, sondern auch emotionale Unterstützung bietet, denn Gesundheit betrifft nicht nur den Körper, sondern auch den Geist und die Seele. Beim Schreiben dieses Buches haben wir unser medizinisches Wissen mit den Erfahrungen verbunden, die wir mit unseren Patientinnen täglich machen. Wir kennen die Frustration, lang ersehnte Pläne aufgrund plötzlicher Symptome aufgeben zu müssen, und die Angst, nicht zu wissen, ob der eigene Körper eine Schwangerschaft tragen kann. Die Reise durch Diagnose, Behandlung und Umgang mit Myomen mag kompliziert und anstrengend erscheinen, aber Sie sind nicht allein unterwegs. Bewusstsein ist der erste Schritt, um Unsicherheit in Sicherheit, Angst in Hoffnung und Sorge in Handlungsbereitschaft zu verwandeln.

Myome sind ein Teil des Lebens vieler Frauen, aber sie dürfen keine Grenzen setzen. Unsere Hoffnung ist, dass jede Frau, die von Myomen betroffen ist, durch diese Zeilen Unterstützung, Antworten und Ermutigung findet, ein erfülltes Leben zu führen.

Valentina Auletta und Mandy Geppert-große Holthaus