

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 49 (1992)  
**Heft:** 10: In den Augen den körperlichen Zustand ergründen

**Artikel:** Endometriose : das Messer wird zu schnell gezückt  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-558332>

#### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 22.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## Endometriose: Das Messer wird zu schnell gezückt

Etwa eine von fünf Frauen hat Endometriose; eine Erkrankung, bei der Gebärmutter-Schleimhaut auch ausserhalb der Gebärmutter vorkommt. Die meist sehr schmerzhaften Beschwerden erscheinen oft zusammen mit der Menstruation, und manch eine Frau wird dann als Simulantin verdächtigt. Aus Unzufriedenheit mit den regulären Methoden versuchen es viele Frauen mit natürlicheren Heilverfahren – meistens mit Erfolg.

Beinahe jede Frau leidet an Menstruationsbeschwerden. Bei Endometriose hat man oft heftige Schmerzen kurz vor oder während der Menstruation. Viele Frauen denken jedoch, dass diese Schmerzen einfach zur Regel gehören und akzeptieren sie. Diese Art von Schmerzen sind aber keineswegs normal. Sie sind heftiger, krampfartig und strahlen oft zu den Beinen und zum Rücken aus. Nach der Menstruation kann ein dumpfer Schmerz im Unterleib bleiben. Auch Unfruchtbarkeit kann auf Endometriose hinweisen.

Ein Viertel der Frauen mit Endometriose scheint keine Beschwerden zu haben. Bei ihnen wird sie zufällig entdeckt, zum Beispiel während einer Unterbindung. Wenn keine Beschwerden vorhanden sind, ist eine Behandlung nicht direkt nötig. Die meisten Frauen müssen jedoch behandelt werden. Nicht nur wegen der Schmerzen, sondern auch wegen der Folgen. Wenn Endometriose nicht gut behandelt wird, kann eine akute Bauchfellentzündung die Folge sein, oder es könnte in fortgeschrittenem Alter in einem Endometrioseherd Krebs entstehen. Durch Verkleben von Organen kann eine Frau auch unfruchtbar werden.

### Was ist Endometriose?

Die Gebärmutter-Schleimhaut oder das Endometrium bekleidet normalerweise die Innenwand der Gebärmutter. Bei Endometriose kommt die Gebärmutter-Schleimhaut auch ausserhalb der Gebärmutter vor. Sie wächst beispielsweise im Muttermund, in den Eierstöcken oder den Eileitern, in der Harnblase oder den Därmen.

Während der Menstruation menstruieren diese Stückchen Schleimhaut mit. Ihr Blut kann jedoch den Körper nicht verlassen. Auf diese Weise können Zysten entstehen. Wenn der Körper das Blut nicht abbaut, kann die Zyste mit jeder Menstruation mitwachsen, manchmal bis zur Grösse einer Grapefruit. Der Druck, der auf die Zyste wirkt, kann sehr schmerhaft sein. Nicht alle Frauen bilden Zysten. Endometrioseherde können auch wie kleine dunkle Fleckchen oder wie weisses, verdicktes Gewebe aussehen. Über die Ursache der Endometriose tappt man noch im dunkeln.



**Während den Perioden können die Schmerzen so stark sein, dass an diesen Tagen gar nichts mehr läuft.**

Die reguläre Behandlungsmethode besteht oft aus dem Verschreiben von Hormonen. Solche Medikamente haben jedoch häufig grosse Nebenwirkungen. Auch Operationen werden regelmässig vorgenommen. Manchmal werden nur kleine Endometrioseherde herausgeschnitten, je nach Krankheitsfall werden aber auch die Gebärmutter und/oder die Eierstöcke entfernt.

Eine eingreifende Behandlung ist jedoch nicht immer nötig, denn auch mit alternativen Behandlungsmethoden sowie mit Pflanzenheilkunde und Homöopathie werden gute Resultate erzielt. Aber auch wenn man sich für alternative Heilmethoden entscheidet, bleibt es unbedingt notwendig, einen Arzt oder Therapeuten zu konsultieren. Endometriose kann übrigens während einer Schwangerschaft verschwinden. Weil die Menstruation ausbleibt, trocknen die Endometrioseherdchen aus und verschwinden meistens ganz.

### **Hilfreiche Heilkräuter**

Heilpflanzen stimulieren, beruhigen oder regulieren die Körperfunktionen. Ein Heilkraut wirkt therapeutisch, wenn pro Tag drei Tassen Tee oder dreimal 15-20 Tropfen Tinktur eingenommen werden. Die sogenannte Gemmotherapie verwendet Extrakte von sich stark teilenden pflanzlichen Geweben diverser Herkunft, zum Beispiel jungen Trieben und Knospen, Keimlingen und Haarwurzeln. Solche Gewebe enthalten grosse Mengen spezifisch wirksamer Stoffe. Die Gemmotherapie wirkt denn auch stärker als gewöhnliche Heilpflanzen. Heilpflanzen, welche bei verstärktem Gewebewachstum u.a. bei Endometriose wirken, sind die Ringelblume, das Zinnkraut und die Mistel. Pflanzen, die den Hormonhaushalt regulieren, sind Frauen-

mantel, Steinsame und Salbei. In der Gemmotherapie finden auch Himbeere und Schwarze Johannisbeere Anwendung.

In der Homöopathie kann es durchaus sein, dass jede Endometriose-Patientin wieder ein anderes Mittel verschrieben bekommt. Oft verschlechtern sich die Beschwerden zu Beginn der Behandlung, aber eigentlich ist das ein gutes Zeichen. Es bedeutet, dass das richtige Mittel gewählt wurde. Wenn das Mittel anschlägt, erfolgt rasch eine psychische Verbesserung. Gebräuchliche Mittel sind: Lachesis, Thuja, Sepia, Pulsatilla, Graphites, Silicea, Natrium muriaticum und Calcium carbonicum. Akupunktur hilft vor allem gegen Schmerzen. Bei einigen Frauen gehen auch die Endometrioseherde zurück. Für die Diagnostik und Therapie ist zudem Elektro-Akupunktur gebräuchlich. Mit einem Messgerät kann die Energie an den Akupunktur-Punkten gemessen werden. Ein Messgerät registriert den Widerstand und gibt den Gesundheitszustand des untersuchten Körperteils an. Mit dem Messen der Punkte kann der Therapeut testen, was für ein natürliches Heilmittel er bei der Patientin anwenden könnte.

### **Ein Reinigungsprozess**

Die Menstruation wird als ein körperlicher, seelischer und geistiger Reinigungsprozess gesehen. Reinigende Nahrung kann diesen Prozess unterstützen. Viel Kräutertee und Mineralwasser sorgen für eine gute Abfuhr der Abfallstoffe. Brennesseltee wirkt reinigend und schwitzzreibend. Vollkornprodukte, Gemüse, Früchte und Hülsenfrüchte bekämpfen Verstopfung. Milchprodukte stimulieren die Schleimbildung und erschweren das Abstossen der Gebärmutter schleimhaut. Tierisches Eiweiss entzieht dem Körper Kalzium. Zu wenig Kalzium kann unter anderem Krämpfe verursachen. Auch Kaffee kann verkrampfend wirken. Eiweisse geben bei der Verdauung Abfallstoffe ab, die für den Körper belastend sind. Biogarde und Buttermilch können hingegen problemlos eingenommen werden. ●

## **Wickel lindern die Schmerzen**

Ein Ingwerwickel löst Krämpfe, entspannt und erzeugt eine wohlige Wärme und Entspannung. Dazu brauchen Sie ein wollenes und zwei baumwollene Tücher sowie ein Stückchen Ingwer oder Ingwerpulver. Bringen Sie zwei Liter Wasser zum Kochen, fügen Sie den geriebenen Ingwer oder das Ingwerpulver bei und kochen Sie alles auf kleinem Feuer etwa zehn Minuten lang, bis das Wasser eine hellgelbe Farbe annimmt. Pfanne vom Feuer nehmen, ein Tuch aufrollen und es so ins Wasser tauchen, dass die Enden trocken bleiben. Gut auswringen, auf den Unterbauch oder das Kreuz legen, dann das trockene und zuletzt das wollene Tuch darüberlegen.