

Oh nein! Bitte nicht, ...

...denken viele Mädchen und Frauen, wenn die Menstruation ausbleibt. War man beim Sex doch zu leichtsinnig oder hat dieser Zustand, der als **Amenorrhoe** bezeichnet wird, einen ganz anderen Grund?

Man hört und liest allenthalben, dass psychischer Stress, Medikamenteneinnahme, Ernährung, traumatische Erlebnisse und verschiedene andere Aspekte bei vielen Krankheiten und körperlichen Problemen eine große Rolle spielen. Genauso verhält es sich bei der Amenorrhoe. Dieser eigenartig geschriebene Begriff hat nichts mit „Amen“, dem Abschluss eines Gebetes, zu tun, was man-

che glauben mögen. Vielmehr erklärt er sich ganz leicht, wie **SLO1**/Suche „Amenorrhoe“ (A-meno(r)-rhoe) darlegt: „Das Ausbleiben der Menstruation wird als Amenorrhoe, auch Amenorrhö (von altgr. ἀ- a- „un-“, „ohne“, μήν mēn „Monat“ und ροή rhoé „Fluss (Fließen)“ von ῥέω rhéo „ich fließe“) bezeichnet und ist eine der am häufigsten auftretenden Störungen der menstruellen Regelblutung.“ Die Wortherkunft ist damit geklärt. Wenden wir

uns nun der physiologischen Herkunft zu und beschäftigen uns mit möglichen Gegenmaßnahmen.

Ganz natürlich... Wie Sie unter **SLO2**/Suche „Amenorrhoe“/Amenorrhoe nachlesen können, gibt es für das Ausbleiben der Periode einige natürliche und in keiner Weise beunruhigende Ursachen. Dazu zählen zum Beispiel Schwangerschaft und Stillzeit. Ebenso ist es im Erbgut „eingebaut“,

dass Mädchen vor der Pubertät keine Periode haben. Je älter Frauen werden, umso wahrscheinlicher wird es, dass sie im Laufe der Zeit unregelmäßige und weniger bis gar keine Monatszyklen mehr haben. Das liegt daran, dass sich die Eizellenreifung allmählich erschöpft und die Frauen in die Menopause kommen. Weitergehende Informationen hierzu und zu zahlreichen anderen Frauenbeschwerden bekommen Sie unter **SLO3**/Gynäkologie/Wechseljahre. Das sind also ganz natürliche Vorgänge, und es besteht kein Grund zur Sorge.

...oder nicht? Wenn all diese Faktoren nicht vorliegen und Ihnen eine Kundin berichtet, dass sie unter ausbleibender Periode leide, so kann entweder eine primäre oder eine sekundäre Amenorrhoe vorliegen. Zusammengefasst werden diese beiden Arten unter „Zyklusstörungen“ auf **SLO4**/Hormone/Beschwerden bei der Frau. Unter der primären Amenorrhoe versteht die Medizin den Fall, dass ein Mädchen ab dem 16. Lebensjahr noch keine Periode hatte. Was es damit auf sich hat, studieren Sie bitte unter **SLO5**/Krankheiten A-Z/Z/Zyklusstörungen. Wenn nämlich mit dem Erreichen des 16. Lebensjahres noch keine Regelblutung stattgefunden hat, so kann das erbliche Ursachen haben. Ferner können der Grund für eine ausbleibende Periode in diesem Alter Fehlbildungen im Bereich der Geschlechtsorgane sein. Im Kindes- und Jugendalter Leis-



© Motortion / iStock / Getty Images

tungssport auszuüben hat sich ebenfalls häufig als Auslöser für eine ausbleibende Periode herausgestellt.

Von der sekundären Amenorrhoe sprechen die Mediziner, wenn eine Frau bereits Monatsblutungen hatte und diese mit einem Mal oder nach einer Phase mit deutlich verlängerten Zyklen ausbleiben. Ist die Ursache keine Schwangerschaft, so kann diese sekundäre Amenorrhoe auch ein Zeichen für Störungen der Eierstöcke oder des Gehirns sein. Im Gehirn und in den Eierstöcken werden die für die Reifung der Follikel zuständigen Hormone gebildet. Fehlen diese Hormone oder sind sie in nicht ausreichendem Maße vorhanden, bleiben die Reifung und somit die Blutung aus.

Der Hypothalamus kann schuld sein Sie haben gerade gelesen, dass vielleicht im Gehirn etwas nicht ganz so läuft, wie es laufen sollte. Man nennt diese Art der Zyklusstörung „Hypothalamische Amenorrhoe“. Was es damit auf sich hat, erklärt Ihnen **SL06**/Suche „Hypothalamische“: „Die hypothalamische Amenorrhoe tritt auf, wenn im Hypothalamus, einem Teil des Gehirns, nicht genügend Gonadotropin (GnRH) gebildet wird, welches in ausreichender Konzentration die Freisetzung des luteinisierenden Hormons (LH) und follikelstimulierenden Hormons (FSH) anregt. Ohne LH und FSH kann im Eierstock keine Eizelle heranreifen, wodurch der Eisprung ausbleibt und somit auch keine Periode einsetzt. Somit ist eine Frau zu dem Zeitpunkt unfruchtbar.“ Als Gründe werden zu viel Sport, falsche Ernährung, zu wenig Gewicht, Stress und auch die Genetik genannt. Der Lösungsweg beginnt hier mit einer

„Selbstinventur“, die viel Disziplin und Ehrlichkeit mit sich selber erfordert. Ermuntern Sie betroffene Kundinnen, sich mit ihrem Arzt in Verbindung zu setzen und mit ihm die Eckdaten dieser „Inventur“ abzustecken.

Was ist zu tun? Je nachdem, um welche Art der Zyklusstörung es sich handelt, muss das Problem individuell gelöst werden. Der Gang zum Gynäkologen ist unumgänglich und bringt Gewissheit. Für gewöhnlich erfolgt als erstes ein Schwangerschaftstest, um bei der Suche nach der Ursache einer ausbleibenden Menstruation die „einfachste“ auszuschließen. Nachdem verschiedene Krankheiten, Mangeler-

scheinungen und weitere Faktoren zu einem gestörten Menstruationszyklus führen können, werden auf der zweiten Stufe unterschiedliche Tests durchgeführt. Im Falle organischer Blockaden können entsprechende Operationen zum Erfolg führen. Bei genetischen Störungen sind die Heilungschancen eher gering, was **SL07**/Ausgabe für Patienten/A/Amenorrhoe neben vielen weiteren Aspekten der ausbleibenden Regelblutung darstellt. Interessant für Kundinnen, die nicht nur der Schulmedizin vertrauen wollen, ist in diesem Zusammenhang die Seite **SL08**/Suche „Amenorrhoe“ einer Dame, die sich in ihrer Praxis für Naturheilkunde und Homöopathie auf Menstrua-

tionsbeschwerden spezialisiert hat.

Für eine Frau ist es ein wesentlicher Teil ihres physischen und psychischen Selbstverständnisses, über viele Jahre hinweg monatlich ihre Tage zu bekommen. Sie fühlt sich intakt, und ihr Körper funktioniert bestimmungsgemäß. Wenn da etwas dazwischenkommt, können Sie als PTA in der Apotheke und als Vertraute der Betroffenen mit wertvollen Ratschlägen zur Seite stehen. Viel Glück – für sie beide! ■

*Wolfram Glatzel,
Autor und Redakteur*

*Ursula Tschorn,
Apothekerin*

Übersicht Links

- SL01 <https://de.wikipedia.org/wiki/Amenorrhoe>
- SL02 <https://www.netdoktor.de/symptome/amenorrhoe/>
- SL03 <https://www.gynecology-guide.com/gynaekologie/wechseljahre/>
- SL04 <https://www.hormonzentrum-an-der-oper.de/de/hormonbeschwerden/beschwerden-bei-der-frau.html>
- SL05 <https://www.onmeda.de/krankheiten/zyklusstoerungen.html>
- SL06 <https://www.vital.de/gesundheit/frauengesundheit/artikel/hypothalamische-amenorrhoe-ursachen-behandlung>
- SL07 <https://www.msdmanuals.com/de-de/heim/gesundheitsprobleme-von-frauen/menstruationsst%C3%B6rungen-und-abnormale-scheidenblutungen/ausbleiben-der-regelblutung>
- SL08 <https://aniahimsa.com/2018/08/25/expertin-ueber-amenorrhoe-es-ist-sehr-viel-mehr-normal-als-wir-oft-denken/>

Weitere interessante Links

- <https://www.thefemalecompany.com/magazin/tippsgegendasausbleibender-periode/> (Erfahrungsbericht)
- <https://www.thefemalecompany.com/magazin/amenorrhoe/>
- <https://www.gynecology-guide.com/gynaekologie/zyklusstoerungen/>
- <https://www.mooci.org/gynaekologie/amenorrhoe/>
- <https://www.lecturio.de/magazin/differentialdiagnose-sekundaere-amenorrhoe/>
- <https://flexikon.doccheck.com/de/Amenorrh%C3%B6>
- <https://www.frauenaerzte-im-netz.de/erkrankungen/stoerungen-der-eierstockfunktion/hypothalamische-ovarialinsuffizienz/>
- <https://www.avawomen.com/de/avaworld/keine-regelblutung-nicht-schwanger-was-koennte-der-grund-sein/>
- <https://www.avawomen.com/de/avaworld/hypothalamische-amenorrhoe/>