

Der erste Besuch bei der Frauenärztin

Für viele Mädchen ist es erst mal eine große Unbekannte: "der erste Besuch bei der Frauenärztin" Früher gab es nur die Kinderärztin. Jetzt kommen neben der Hausärztin auch andere Fachrichtungen in den Blick. Eine besondere Rolle spielt dabei die Frauenärztin. Sie kümmert sich vor allem um die Geschlechtsorgane der Frau, begleitet sie in einer Schwangerschaft, ggf. auch bei der Geburt und der Nachuntersuchung. Sie ist Ansprechpartnerin bei Entzündungen, Hormonstörungen sowie gut- und bösartigen Erkrankungen der Geschlechtsorgane. Doch all das ist für Teenie-Mädels erst mal weit weg. Daher geht es in diesem Text darum, Dir ein paar Eckpunkte zu vermitteln, wozu der Besuch bei der Frauenärztin wichtig ist und was dort geschieht.

Wann sollte man zum ersten Mal zur Frauenärztin gehen?

Ab dem 20. Lebensjahr wird der regelmäßige Besuch bei der Frauenärztin 1-2x pro Jahr empfohlen. Die Krankenkassen zahlen ab dann auch die Krebsvorsorge am Gebärmutterhals. Dazu wird ein Abstrich entnommen und auf Zellveränderungen untersucht.

Wenn alles "normal" verläuft, sie keine Beschwerden hat, besteht für ein Teenie-Mädchen erst mal kein Grund zur Frauenärztin zu gehen. Auch das Einsetzen der ersten Regelblutung erfordert keinen Termin in der Arztpraxis. Das ist eine ganz normale Entwicklung im Leben von Mädchen.

Dennoch kann es ab und an Gründe geben, auch vor dem 20. Lebensjahr einen Termin bei der Frauenärztin zu haben. Hier findest Du ein paar Beispiele:

- wenn die Menstruationsblutung gar nicht einsetzt und das Mädchen schon älter als 15-16 Jahre ist
- wenn die Blutung schon regelmäßig alle 4 Wochen kam und dann plötzlich über Monate ganz ausbleibt
- wenn sie eine Beziehung eingeht und Geschlechtsverkehr haben möchte
- wenn sie immer wieder Schmerzen bei der Regelblutung hat
- wenn sie Beschwerden im äußeren oder inneren Genitalbereich hat
- wenn sie keinen Tampon einführen kann
- wenn sie wegen etwas verunsichert ist, was das Fachgebiet der Frauenärztin angeht, und es allein nicht einschätzen kann (z.B. ob die Blutung nicht zu stark ist, wieso ihre Periode noch nicht kommt, ob sie womöglich schwanger ist, ob der Tastbefund an der Brust ok ist, usw.)

Tipp:

Wenn Du zum ersten Mal zur Frauenärztin gehst, muss es nicht notwendigerweise das "volle Programm" sein. Du kannst auch einen Termin vereinbaren, um die Ärztin, die Praxis und den Untersuchungsraum erst einmal kennenzulernen. Oder Du sagst, dass Du beim ersten Termin nur mit der Ärztin sprechen möchtest. Wenn das so ist, sag dies ausdrücklich bei der Anmeldung, damit die Arzthelferin das bei der Terminvergabe berücksichtigen kann.

Was macht die Frauenärztin normalerweise bei der Untersuchung?

Es ist die Aufgabe der Frauenärztin zu Schauen, ob mit den Geschlechtsorganen der Frau/des Mädchens alles ok ist. Dazu hat sie verschiedene Möglichkeiten.

Die Brust:

Sie kann die Brust betrachten, abtasten, Ultraschall Machen - das ist eine bildgebende Untersuchung mit Hilfe von Ultraschallgel, einer Sonde und einem Monitor. Bei auffälligen Befunden kann sie auch eine Röntgenuntersuchung der Brust oder andere weiterführende Untersuchungen anordnen.

Wichtig: Zur Untersuchung der Brust entkleidet sich die Patientin nur im Oberkörperbereich. Selbstverständlich bleibt untenrum alles an, auch dann, wenn später noch eine Untersuchung am Unterleib geplant ist! Dann zieht sich die Patientin nach der Brustuntersuchung zunächst obenrum wieder an und zieht sich dann unten herum aus.

Der Unterleib

Auch hier kann die Frauenärztin die äußeren Geschlechtsorgane zunächst betrachten und abtasten. Sie kann Abstriche vornehmen, um zu klären, ob eine Entzündung oder Zellveränderung vorliegt.

Doch der Großteil der Geschlechtsorgane liegt bei der Frau innen in ihrem Körper verborgen. Das bedeutet, dass man sie nicht einfach mal eben betrachten oder untersuchen kann. Das erfordert daher besondere Untersuchungstechniken, die helfen, auch diesen verborgenen Bereich des Körpers gut abzuklären. Denn der Eingang zur Gebärmutter liegt beispielsweise etwa 10 cm tief im Körper der Frau.

Dazu wurde ein spezieller, gynäkologischer Stuhl entwickelt.

Die Frau/Das Mädchen setzt bzw. legt sich zur Untersuchung auf den gynäkologischen Stuhl. Dies ist kein gewöhnlicher Stuhl. Er ist so gebaut, dass die Patientin in einer halb liegenden Position ist und ihre Beine auseinander liegend gelagert werden. Die Beine werden dazu je nach Modell des Stuhls in Beinschalen gelegt oder auf halbrunde Bögen aufgestellt. Nur so kann die Frauenärztin durch den Gang "Scheide" hindurch den Eingang der Gebärmutter betrachten, und auch dazu benötigt sie spezielle Instrumente. Doch dazu gleich mehr. Damit die Untersuchung nicht unangenehm ist, sollte die Frau mit dem Po an die Kante des Stuhls rutschen, ihn gut entspannen und während der Untersuchung nicht anheben. Denn das verengt die Scheide und kann so die Untersuchung schmerzhaft machen. Die Frauenärztin betrachtet nun zunächst den äußeren Genitalbereich. Wenn das Mädchen oder die Frau einverstanden ist, führt sie zwei schmale Untersuchungsblätter (Metallspiegel) vorsichtig in die Scheide ein, bis zum äußeren Muttermund, dem unteren Ende der Gebärmutter. Dort entnimmt man auch den Abstrich

zur Krebsvorsorge. Dieser soll helfen, Vorstufen von Gebärmutterhalskrebs zu entdecken bzw. Frühstadien dieses Krebses zu finden. Mit einem langen schmalen Ultraschallgerät, über das ein Kondom mit Gleitmittel gezogen wird, kann man die inneren Geschlechtsorgane wie die Gebärmutter und die Eierstöcke in Schwarz-weiß-Darstellung sehen. Ist das Jungfernhäutchen noch zu eng oder wenn das Mädchen keine Untersuchung in der Scheide möchte, dann kann man diesen Ultraschall auf Wunsch bzw. im Notfall auch anders machen. Dazu wird die Ultraschallsonde über den Po eingeführt, man hat Einblick in den gleichen Bereich - die Beckenorgane der Frau - das Jungfernhäutchen wird aber auf jeden Fall geschont.

Weiterhin können bei der gynäkologischen Untersuchung die inneren Geschlechtsorgane ertastet werden. Dazu legt die Frauenärztin eine Hand auf die Bauchdecke, während sie mit 1-2 Fingern der anderen Hand von unten durch die Scheide tastet. So kann sie die Gebärmutter bewegen und abtasten, ebenso sind die Eierstöcke zu fühlen.

Wichtig: Zur Untersuchung des Unterleibs wird nur der Unterleib entkleidet, auch dann wenn später noch die Brust untersucht werden soll. Dann zieht sich die Patientin nach der Untersuchung des Unterleibs zunächst untenrum wieder an und entkleidet dann nur den Oberkörper.

Nichts desto trotz ist es für viele Mädchen erst mal eine befremdliche Vorstellung, sich einer fremden Person, auch wenn sie Ärztin ist, in diesem Bereich nackt zu zeigen. Und meist ist ja auch noch die Arzthelferin mit im Raum. Ein kleiner Tipp: Wenn Du zur Untersuchung einen langen Rock anziehst, genügt es meist, den Slip darunter ausziehen und den Rock auf dem gynäkologischen Stuhl hochzuziehen, so dass die Ärztin untersuchen kann. So kommst Du sicher von der Umkleidekabine im Arztzimmer auf den gynäkologischen Stuhl, ohne zu viele unfreiwillige Einblicke zu geben.

Alternativ kannst Du auch ein langes Shirt anziehen, das den Po überdeckt.

Und noch ein Tipp zur Brustuntersuchung:

Ist eine Untersuchung der Brust geplant, achte darauf, möglichst nicht im Kleid zur Untersuchung zu gehen. Wieso? Nun, wenn Du den Oberkörper dann ganz frei machen sollst, musst Du das Kleid ausziehen. Dann sitzt Du unfreiwillig im Slip da und hast unten herum auch kaum noch etwas an, obwohl das hier gar nicht nötig gewesen wäre.

Wichtig: Wenn Dich irgendetwas beunruhigt oder Du Schmerzen bei der Regelblutung hast, dann sprich das am besten frühzeitig an. Denn manchmal hängen diese mit bestimmten Befunden zusammen. Ist alles körperlich ok, so kann man je nach Intensität die Regel-Schmerzen symptomatisch behandeln z.B. mit Wärme (Körnerkissen, Wärmflasche). Ist dies nicht ausreichend, hilft meist ein einfaches Schmerzmittel. Die meisten Mädchen und Frauen kommen damit gut klar. Wenn in Einzelfällen Schmerzen auftreten, die so

nicht zu behandeln sind, rate ich unbedingt zu einer Abklärung durch die Frauenärztin. Sie hat auch die Möglichkeit stärkere Schmerzmittel zu verschreiben. Nur bei schwereren Blutungsstörungen oder wenn sie als Methode der Empfängnisregelung indiziert ist, sollte die Pille eingesetzt werden, ansonsten muss man für ein bis zwei Tage Regelschmerzen nicht einen ganzen Monat lang Hormone schlucken, die sehr seltene aber lebensbedrohliche Nebenwirkungen wie Schlaganfall, Herzinfarkt oder Lungenembolie haben können, auch schon bei jungen Frauen. Oder anders gesagt: man muss nicht gleich „mit Kanonen auf Spatzen schießen“.

Ärztin oder Arzt?

Dazu gibt es keine feste Regelung. Du kannst zu einer Frauenärztin gehen oder zu einem Frauenarzt. Diese Entscheidung trifft natürlich jedes Mädels/jede Frau für sich persönlich! Je nachdem, wo Du wohnst, sind möglicherweise auch nicht beide Geschlechter an Ärzten vertreten. Dann muss man sich mit den Gegebenheiten vor Ort arrangieren oder längere Anfahrten in Kauf nehmen.

Hier im Text habe ich durchgehend den Begriff "Frauenärztin" gewählt. Das liegt daran, dass es vielen Mädchen, gerade in der Pubertät, eher unangenehm ist, sich einer anderen Person „unten herum“ nackt zu zeigen, umso mehr wenn dies ein Mann ist. Wenn Du für Dich damit keine Schwierigkeiten hast oder gar keine Frauenärztin in der Nähe ist, kann es natürlich auch der Frauenarzt sein. Es muss aber auch nicht automatisch der Arzt sein, zu dem vielleicht Deine Mutter geht, auch wenn sie da noch so gute Erfahrungen hat. Horch in Dich hinein und entscheide eigenständig, womit Du Dich wohlfühlst!

©Dr. med. Ute Buth, Frauenärztin; Zusammenstellung für das Weiße Kreuz Deutschland e.V.