

Das Ende der

Streitfall. Periode – ja oder nein? Frauen sollen künftig wählen können. Hormonforscher arbeiten an der Abschaffung der Tage.

Die Menstruation – seit Menschengedenken gilt sie als Ursymbol der Weiblichkeit. Damit soll es jetzt bald vorbei sein: Mithilfe von Hormonen, so das ehrgeizige Ziel einiger Forscher, könnte die monatliche Blutung demnächst medikamentös abgeschafft werden. Positiver Aspekt dabei: Nie wieder Regelschmerzen, Bauchkrämpfe und Kopfweh, keine unbeherrschbaren Stimmungsschwankungen mehr.

War die Veränderung der Regel bisher in erster Linie eine Nebenwirkung neuer Verhütungsmethoden, sind nun der US-Biologe Robert Brenner und der deutsche Mediziner Kristof Chwalisz nahe dran, Medikamente zur vollständigen Unterdrückung der Regel zu entwickeln. Was freilich bereits im Vorfeld für heftige Diskussionen sorgt.

Neu: „Anti-Regel-Pille“. Im Tierversuch mit Rhesusaffen klappt die Sache bereits, bald soll es auch für Frauen so weit sein. Die Methode: Antigestagene, künstliche Botenstoffe, unterdrücken das Geschlechtshormon Progesteron und stellen so die Gebärmutter-schleimhaut ruhig. Die Folge: Jene Zellen, die im Zuge der Regel abgehen, werden erst gar nicht gebildet. Das Prinzip gleicht jenem der umstrittenen „Abtreibungspille“ Mifegyne.

Mit der Unterbindung der Regel verfolgt die Pharmaindustrie gleich mehrere Ziele:

- Der Hormonblocker könnte Millionen Frauen von ihren quälenden Menstruationsbeschwerden befreien.
- Die Endometriose, eine Krankheit, an der jede zehnte Frau leidet, wäre damit besiegt. Dabei breitet sich im Zuge des Zyklus die Gebärmutter-schleimhaut auch in anderen Organen (Bauchfell, Eierstöcke, Lunge) aus. Bisherige Folge der krankhaften Wucherungen: starke Schmerzen und mögliche Unfruchtbarkeit.
- Weiters soll das Medikament das Krebsrisiko



SCHMERZZONE.

In Kürze könnte die monatliche Menstruation mit ihren unliebsamen Begleitscheinungen wie Bauchkrämpfen, Rückenschmerzen, Kreislaufproblemen, Verdauungsbeschwerden und depressiven Verstimmungen die Ausnahme sein.

Tage?

50%

aller Frauen suchen wegen Regelschmerzen den Frauenarzt auf.

20%

leiden unter depressiven Verstimmungen in den Tagen vor den Tagen.

10%

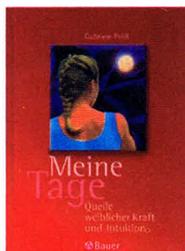
peinigen Gebärmutter-schleimhaut-Wucherungen im Bauchraum.

senken. Dahinter steckt die Überlegung, dass Frauen heute durch wenige Geburten, kurze Stillzeiten und eine hohe Lebenserwartung öfter menstruieren, als ihrer Gesundheit zuträglich ist. Mit den zyklusbedingten Östrogenschüben steige das Brustkrebsrisiko, argumentieren einige Wissenschaftler.

Die „Tante aus Amerika“. Bisher gehörte die Menstruation zum Frausein einfach dazu. Ganz selbstverständlich nimmt die Blutung stolze sechs Jahre eines Frauenlebens in Anspruch. Für viele ist sie regelmäßig eine Plage, die einem so manche Tage oder auch den Urlaub vermiesen kann. Gelitten wird dabei meist in aller Stille. Denn auch im dritten Jahrtausend ist die Periode noch tabuumrankt. Davon zeugen kryptische Umschreibungen wie „die Tage“ oder „das Unwohlsein“. Deutschsprachige reden von der „Tante aus Amerika“, die Briten sagen gar: „The Russians are coming“. Dabei lernt jedes Kind, was während der Regel passiert: Wird zur Zyklusmitte kein Ei befruchtet, stößt der Körper jene überflüssigen Zellen ab, die die Gebärmutter-schleimhaut Monat für Monat „babyfit“ machen.

Scheinperiode. Allerdings ist jetzt schon die Regel immer mehr die Ausnahme. Bereits heute menstruieren Millionen Frauen, die die „Anti-Baby-Pille“ nehmen, nur mehr scheinbar: Was als Periode wahrgenommen wird, ist nur eine so genannte Entzugsblutung in Reaktion auf die monatliche Pillenpause. Die 3-Monats-Spritze lässt die Menstruation etwa nur einmal pro Jahreszeit zu. Schon im Herbst nächsten Jahres wird „Seasonale“, das Pendant zum Schlucken, auf den US-Markt kommen.

WOMAN lud fünf GesprächspartnerInnen zum Runden Tisch, um über das Tabuthema Menstruation und ihre mögliche „Abschaffung“ zu diskutieren: Gabrielle Pröll, Buchautorin; Eva Thurner, Alternativmedizinerin im Frauengesundheitszentrum „Trotula“; Johannes Huber, Hormonfachmann an der Wiener Uniklinik im AKH, die Bühnenausstellerin Andrea Konrad alias „Magenta“ sowie die Bankangestellte Sabine Eder. Bitte blättern Sie um:



RATGEBER. „Meine Tage“, Gabrielle Pröll, Verlag H. Bauer, 228 Seiten, 15,50 Euro.

woman's
world

.health. Dem eigenen Körper zuliebe.

• WIE GESUND SIND OBST UND GEMÜSE?

Centrum. Komplett von A-Zink



Unsere Wohlstandsgesellschaft hat sich daran gewöhnt, jederzeit jedes Obst und Gemüse kaufen zu können, auch wenn es gerade nicht Saison hat. **Importprodukte** enthalten aber oft längst nicht so viele wertvolle Vitamine, wie man glauben mag.

Durch vorzeitige Ernte, künstliche Nachreifung, häufige radioaktive Bestrahlung, falsche Lagerung und Zubereitung kann ein Großteil der Vitamine und Mineralstoffe verloren gehen.

Antioxidantien:
Vitamine A, C, E,
Betacarotin, Zink,
Mangan,
Selen



Die in Obst und Gemüse enthaltenen **Antioxidantien** sind unerlässliche Helfer bei der Bekämpfung und Vorbeugung von Krankheiten und Stress. Antioxidantien sind Schutzsubstanzen, die den Körper vor dem Angriff „freier Radikale“ schützen.

Antioxidantien sind enthalten in z.B.: Karotten, Spinat, Zitrusfrüchten, Nüssen, Fisch, Vollkornprodukten, Eiern, Milch, ...



Freie Radikale sind reaktive Verbindungen, die die Zellen des Körpers angreifen und schädigen können.

Freie Radikale entstehen durch äußere Einflüsse wie z. B. Abgase, Alkohol, Nikotin, manche Arzneimittel, aber auch durch interne Prozesse, wie sie z. B. bei Krankheiten und Stress vorkommen.

Zu den Antioxidantien gehören die Vitamine A, C, E, Betacarotin, Zink, Mangan und Selen.

Forschungsergebnisse zeigen, dass freie Radikale auch an der Entstehung von Krankheiten wie Krebs, Gefäßverkalkung, Herzinfarkt, Gehirnschlag oder Schüttellähmung beteiligt sind.



Daher ist die tägliche Bereitstellung von Vitaminen, im Speziellen von Antioxidantien, wie sie in Centrum enthalten sind, ein wichtiger Schritt auf dem Weg zu mehr Gesundheit und Wohlbefinden.



Erhältlich in Ihrer Apotheke. Über Wirkung und mögliche unerwünschte Wirkungen informieren Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker.



● NEU IN IHRER APOTHEKE!

Wickle dich schlank ...

Der neue Spa-Thalasso-Wickel wurde mit hochwirksamen Perlenproteinen und Algenextrakten verfeinert. Dieser Anti-Cellulite-Wickel entschlackt und hilft Ihnen, einen Zentimeterabbau an den Problemstellen zu erzielen. Eine patentierte Pflegeformel macht Ihre Haut glatt, seidig und straff. Dieser neue Körperwickel ist ein Power-Cellulite-Killer.



Erhältlich jetzt in Ihrer Apotheke und bei Ihrem Arzt. PZN 2623484 – Thalasso-Wickel-Set aus dem Hause www.biofame.at

● MED VITAL – DIE PRAXISKLINIK

Für Gesundheit und Schönheit

Wir halten, was andere versprechen, zu Preisen, die es nicht wert sind, die Grenzen Richtung Osten zu überschreiten!

Neueste Medizintechnik und Spitzenmedizin im Herzen Wiens für folgende Leistungen:

- ◆ Anti-Aging-Medizin für Frau und Mann
- ◆ Bio-Aging-System inkl. Gen-Chip-Diagnose u. Hormonanalyse
- ◆ Fettabsaugung, Facelift in Lokalanästhesie
- ◆ Faltenunterspritzung mit neuesten Techniken
- ◆ Lang anhaltende Haarentfernung mittels Lasers
- ◆ Besenreiser- und Altersfleckenentfernung mit neuester Streuströmtechnik

Med Vital Praxisklinik
1050 Wien, Schönbrunner Str. 53
Tel.: 0 69 91/587 67 69
www.medvital.at
Tiefgarage im Haus
Mo-Sa 9-19 Uhr und nach Vereinbarung



DEBATTE. V. l. n. r.: S. Sklenar (WOMAN), Buchautorin G. Pröll, Bankangestellte S. Eder, Alternativärztin E. Thurner, „Magenta“ A. Konrad, Hormonexperte J. Huber, A. Krieger (WOMAN).

Runder Tisch. Die „Anti-Regel-Pille“: Heiß ersehnt oder heftig verschmäht?

Woman: Demnächst soll es möglich sein, die Regel durch Hormontabletten dauerhaft zu unterbinden. Was halten Sie davon?

Huber: Für Frauen, die stark unter der Regel leiden, ist das eine Option. Ich denke da etwa an Endometriose-Patientinnen. Anstatt Monat für Monat zu starken Schmerzmitteln zu greifen, kann es sinnvoll sein, die Regel zu unterdrücken. Aber auch aus anderen Gründen: Jede Menstruation ähnelt einer Entzündung. Läuft sie zu extrem ab, ist medizinische Hilfe angebracht. Die Palette kann von Fischöl bis eben zu hormonellen Behandlungen reichen, die natürlich große Manipulationen des Körpers sind. Die Vor- und Nachteile muss jede Frau selbst abwägen.

Woman: Was halten Sie von der These, zu viele Menstruationszyklen würden das Brustkrebsrisiko erhöhen?

Huber: Ob das Unterdrücken der Periode mit Hormonen oder das völlige Ausschalten der Eierstöcke tatsächlich eine Prävention darstellen, konnte die Wissenschaft bisher nicht eindeutig belegen. Das sind nur Vermutungen.

Woman: Wie funktioniert nun die künftige „Anti-Regel-Pille“?

Huber: So genannte Antigestagene stel-

krämpfe habe – ich würde die Periode nicht hergeben wollen. Wenn sie keinen Sinn hätte, gäbe es sie wohl nicht. Hormonpräparate zu schlucken ist mir hochgradig suspekt. Schließlich steuern Hormone viele Dinge – Aggression, Depression, Freude und Angst. Wenn ich meinen Körper künstlich manipulierte, bin ich nicht mehr die-

JOHANNES HUBER, 55, Hormonexperte
„Bei starken Regelschmerzen ist die Blockade der Periode eine Option.“



selbe. Das weiß ich noch von der „Pille“, die ich kurzzeitig genommen habe. Ich bekam sofort Heißhungerattacken und Depressionen. Und die Lust auf Sex war obendrein weg.

Eder: Ich bin im Zwiespalt: Natürlich wäre es schön, die extremen Stimmungsschwankungen, unter denen ich einmal monatlich leide, und die körperlichen Schmerzen, die stressbedingt zunehmen, für immer los zu sein. Aber nicht zum Preis von künstlichen Hormonen. Das ist mir zu körperfremd.

Woman: Frau Thurner, wie sieht das eine Alternativmedizinerin?

Thurner: Johannes Huber vergleicht die Regel mit einer Entzündung. Die medizinische Sprache sollte vorsichtiger sein. Wenn die Regel in die Nähe von etwas Krankhaftem gerückt wird, ist der Ruf nach Medikamenten die logische Konsequenz. Dabei gibt es sehr viele alternative Behandlungsmöglichkeiten bei Regelschmerzen. Nur kennt sie leider keiner, weil sie nicht propagiert werden.

Woman: Frau Pröll, in Ihrem Buch wollen Sie Frauen einen positiven Zugang zur Menstruation vermitteln. Wie funktioniert das im Falle großer Schmerzen?

Pröll: Die Regel ist trotz der Beschwerden ein Prozess der inneren Reinigung, aus der Frauen emotional und spirituell Kraft schöpfen können. Psychische Verlet-

GABRIELE PRÖLL, 43, Sachbuchautorin
„Die Wissenschaft bastelt dauernd am weiblichen Körper herum.“



len bei regelmäßiger Zuführung die Gebärmutterschleimhaut ruhig, sodass es zu keiner Blutung kommt.

Woman: Bietet das Medikament gleichzeitig einen Empfängnischutz?

Huber: Nicht hundertprozentig. Im Gegensatz zur Anti-Baby-Pille ist ein Eisprung nicht ausgeschlossen.

Woman: Frau Konrad: „Nie wieder Regel“, wie klingt das für Sie?

Konrad: Obwohl ich oft furchtbare Bauch-

zungen und aufgestaute Probleme kommen in dieser Zeit ans Tageslicht. Diese positiven Seiten der Menstruation muss die Gesellschaft erst wieder entdecken. Derzeit kommt das Thema in der Öffentlichkeit nur im Rahmen von Binden- oder Tamponwerbung oder im Bezug auf Medikamente vor. Frauen erhalten die Botschaft, Medikamente zu schlucken, damit die Leistungsfähigkeit nicht leidet und um sich nichts anmerken zu lassen. Frauenrechtlerinnen sagen, wir haben

ANDREA KONRAD, 28,
Bühnenausstatterin

„Wenn ich meinen Körper manipulierte, bin ich nicht mehr dieselbe.“



unseren Körper an die Wissenschaft abgeben, die nun ständig daran herumbastelt. Da ist viel Wahres dran.

Turner: Das hat auch damit zu tun, dass den Männern die Regel nicht ganz geheuer ist. Weil sie Blut nur mit Verletzung assoziieren. Als Partner machen die meisten sexuell einen großen Bogen um die Frau, die sie während der Periode als launisch, unberechenbar und sehr kraftvoll wahrnehmen. Viele Frauen haben aber gerade während der Regel ein gesteigertes Lustempfinden.

Woman: Besteht ein Zusammenhang zwischen Menstruationsbeschwerden und einem gestörten Verhältnis zur Weiblichkeit?

EVA THURNER, 44,
Alternativmedizinerin

„Männern sind menstruierende Frauen nicht ganz geheuer.“



Konrad: Regelbeschwerden sind zum Teil sehr wohl psychosomatisch. Ich habe die Erfahrung gemacht: Je mehr ich mich dagegen wehre, umso stärker werden die Krämpfe. Ich hatte bereits eine Phase, wo die Regel stressbedingt ausblieb. Das war ein Alarmsignal für mich: Ich stand so unter Druck, dass ich gar nicht mehr wahrgenommen habe, dass ich neben dem Job auch noch eine Frau bin.

Turner: Zu sagen, dass alle Frauen mit Menstruationsbeschwerden auch Probleme mit ihrer Identität als Frau haben, greift zu weit. Eine große Rolle spielt aber, wie die eigene Mutter als primäres Identifikationsobjekt ihre Periode wahrgenommen hat. Diese Haltung wird dann von den Töchtern leider oft nachgelebt.

MODERATION: A. KRIEGER, S. SKLENAR ■

Mein starkes Schmerzmittel

Kopfschmerzen

Zahnschmerzen

Regelschmerzen



NEU



2-Phasen-Gelkapsel



Hoch dosierter Wirkstoff:

flüssig = schnell schmerzfrei
fest = lange schmerzfrei

Über Wirkung und möglicherweise unerwünschte Wirkungen informieren Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker.

Bayer