

# Menstruationsbeschwerden und Endometriose bei Jugendlichen

## Theoretische Grundlagen, Datenerhebung im Kanton Zürich und der Beginn eines Aufklärungsprojekts

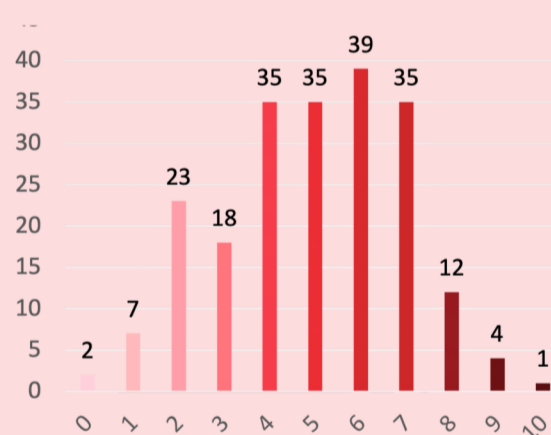
### 1. Theoretischer Hintergrund

In diesem Teil wurden die medizinischen Grundlagen von Endometriose und Menstruationsbeschwerden sowie gesellschaftliche, kulturelle, wirtschaftliche und wissenschaftliche Aspekte untersucht. Diese bildeten die Basis für die weiteren Teile der Arbeit.

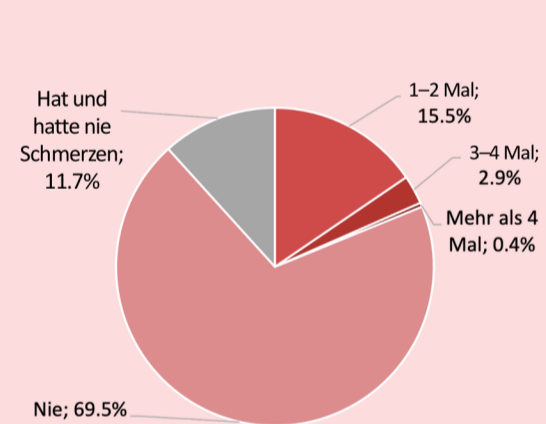
### 2.1 Wichtige Resultate

Die Ergebnisse zeigen, dass viele Jugendliche durch ihre Menstruation stark eingeschränkt sind und, dass basierend auf Literaturwerten zwischen 5–15 % Symptome aufweisen, die mit Endometriose in Verbindung gebracht werden könnten. Offenbar wurden aber nur wenige ärztliche Abklärungen diesbezüglich durchgeführt.

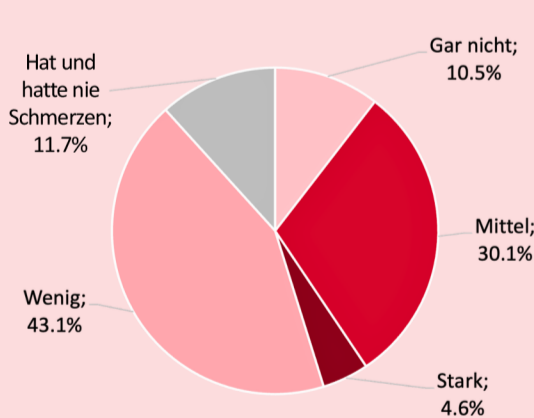
Wie stark sind deine Menstruationsschmerzen meistens?  
(0 = keine, 10 = unaushaltbar)



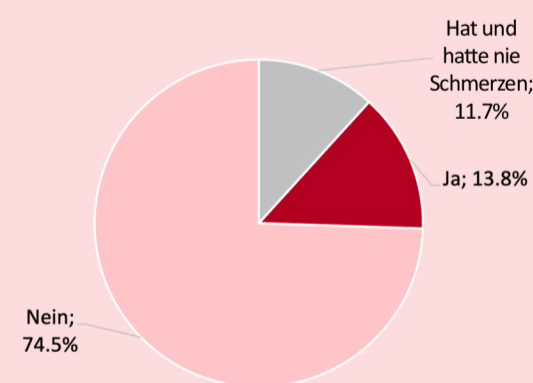
Wie oft hast du in den letzten 3 Monaten wegen Menstruationsbeschwerden in der Schule gefehlt?



Wie sehr beeinträchtigen dich Menstruationsbeschwerden insgesamt im Alltag (Schule, Sport, Freizeit...)?



Hast du wegen deinen Beschwerden schon mal eine\*n Ärzt\*in aufgesucht?



### Fazit und Ausblick

Endometriose wird häufig spät erkannt und unterschätzt. Die Ergebnisse meiner Umfrage zeigen einen klaren Bedarf an besserer Aufklärung und mehr Sensibilisierung in Gesellschaft, Schulen und aber auch im Gesundheitswesen. Diese Arbeit leistet dazu einen ersten Beitrag und schafft eine Grundlage für weitere Forschung und Aufklärungsarbeit.

### Was ist Endometriose?

Endometriose ist eine Erkrankung, bei der sich gebärmutter Schleimhautähnliches Gewebe an verschiedenen Orten im Körper ansiedelt. Dies kann starke Schmerzen und vielfältige Beschwerden verursachen. Etwa jede 10. Frau im reproduktionsfähigen Alter ist betroffen. Dennoch ist die Krankheit noch wenig erforscht — es gibt weder eine einfache Diagnose noch eine heilende Therapie.

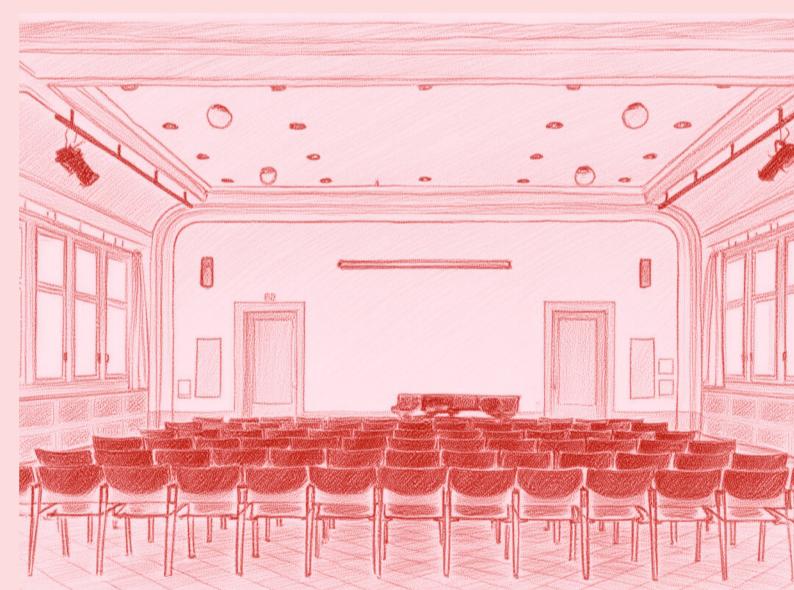
### 2. Umfrage

Es wurde eine Online-Umfrage durchgeführt, um zu untersuchen, wie Jugendliche im Kanton Zürich ihre Menstruation erleben und wie häufig mögliche Anzeichen von Endometriose auftreten. Es wurden an der Hohen Promenade 270 und im Kanton Zürich weitere 537, also insgesamt 807 Antworten gesammelt. In meiner Arbeit habe ich mich auf die Auswertung der 270 Antworten der Hohen Promenade konzentriert. Alle 807 werden im Verlauf des Jahres noch mit Prof. Dr. Patrick Imesch professionell statistisch ausgewertet und publiziert.

### 3. Aufklärungsprojekte

#### YouTube-Video

Ein 8-minütiges Video erklärt die wichtigsten Grundlagen und Symptome von Endometriose. Es ermutigt dazu, über Menstruationsbeschwerden zu sprechen und bei Bedarf fachliche Hilfe zu suchen.



#### Info-Präsentationen über Endometriose

An zwei öffentlichen Präsentationen in der Aula wurde Endometriose vorgestellt. Nach einer theoretischen Einführung berichteten Betroffene von ihren persönlichen Erfahrungen.

#### Büchertisch

Ein Büchertisch in der Mediothek bot Informationen zu Endometriose und Menstruationsgesundheit — mit Büchern, einfachen Erklärungen und einem Modell zur Veranschaulichung. Zusätzlich waren verschiedene Flyer, beispielsweise von Endo-Help ([www.endo-help.ch](http://www.endo-help.ch)) ausgelegt.



#### Modul SuperXund

Endometriose wird nun auch Inhalt eines Wahl-Moduls an den SuperXund Gesundheitstagen der Hohen Promenade.

+ Flyer und mehr → Kapitel 4 und Anhang der Maturarbeit.