



## Prävention – ein Thema für Gynäkologen?

Das vorliegende Heft behandelt auf den ersten Blick ein Thema, das eigentlich nicht die Kernkompetenz von Gynäkologen trifft. Auf den zweiten Blick hingegen wird klar, dass sämtliche Artikel dieses Heftes Bereiche behandeln, mit denen wir alle täglich in der praktischen Arbeit konfrontiert werden. Zudem sind Gynäkologen häufig die einzigen ärztlichen Ansprechpartner, die Patientinnen über viele Jahre hinweg begleiten: Meist beginnt dies in der Adoleszenz und setzt sich über den gesamten fertilen Zeitraum bis in die Postmenopause fort. Viele junge Frauen haben heute keinen klassischen Hausarzt mehr. In Kindheit und Jugend sind es die Pädiater, die präventive Maßnahmen im Blick haben und dahingehend beraten ... danach kümmert sich häufig jahrzehntlang niemand mehr darum, über Risiken aufzuklären und Krankheiten vorzubeugen. Das Problembewusstsein tritt auf Seiten der Patientinnen oft erst dann auf, wenn eine behandlungsbedürftige Erkrankung festgestellt wird – sei es ein erhöhter Blutdruck, ein Diabetes mellitus oder ein Knochenbruch auf dem Boden einer Osteoporose.

### » Häufig sind Gynäkologen lange die einzigen ärztlichen Ansprechpartner

Dabei bieten sich im gynäkologischen Praxisalltag viele Gelegenheiten, mit der Patientin über individuelle Krankheitsrisiken und Maßnahmen zur Vorbeugung zu sprechen: Zyklusstörungen oder ein polyzystisches Ovarsyndrom machen dies nahezu zwingend erforderlich. Auch bei der Risikoanamnese im Rahmen der

Kontrazeptionsberatung zeichnen sich häufig Probleme ab, die präventivmedizinisch angegangen werden sollten. Dem Schreckgespenst des metabolischen Syndroms, das weltweit auf dem Vormarsch ist, sollte frühzeitig begegnet werden. Bei immer noch steigender Lebenserwartung gilt es, Risiken für die typischen altersassoziierten Erkrankungen (z. B. Osteoporose, Atherosklerose, Karzinome etc.) frühzeitig zu erkennen und rechtzeitig zu intervenieren – wie auch immer dies im Einzelfall aussehen mag. Letztlich geht es darum, sich bei guter Gesundheit eines möglichst langen Lebens zu erfreuen.

### » Bei Risiken altersassoziierten Erkrankungen ist früh zu intervenieren

Der Grundstein für spätere Adipositas (die per se einen wesentlichen Risikofaktor für eine Vielzahl von Erkrankungen darstellt) wird meist in jungen Jahren gelegt. Wie man dem entgegenwirken kann und welche Maßnahmen zielführend sind – sowohl was körperliche Aktivität als auch was Ernährungsstrategien angeht – zeigt der Artikel von A. Wirth auf. Häufig stellt eine übermäßige Gewichtszunahme in der Schwangerschaft ein langfristig für die Patientin schwer rückgängig zu machendes Problem dar. Oftmals wird den Schwangeren aber von Bewegung aller Art abgeraten, die dies verhindern könnte. Wie groß das präventive Potenzial regelmäßiger körperlicher Aktivität in der Schwangerschaft hingegen ist und welche Sportart in welchen Situationen sinnvoll und vertretbar ist,

wird in der Arbeit von N. Ferrari und C. Graf differenziert diskutiert.

Viele Frauen glauben, dass allein durch die Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln der Prävention genüge getan ist. Dass die richtige Ernährung und der richtige Lebensstil meist wichtiger sind wird oft verdrängt, und man glaubt nur allzu gern den Werbeversprechen, welche die vermeintlichen Segnungen aller möglichen Präparate anpreisen. B.-C. Zyriax macht in ihren Ausführungen deutlich, dass vor allem eine adäquate Ernährung und ein gesunder Lebensstil das Risiko für Krebs und kardiovaskuläre Erkrankungen wirksam beeinflussen können. Nahrungsergänzungsmittel können durchaus in einzelnen Fällen zusätzlich sinnvoll sind.

Selbst wenn alles oben Gesagte von Frauen berücksichtigt und umgesetzt wird, kann – insbesondere im fortgeschrittenen Lebensalter – eine Hyperlipidämie ein medikamentöses Eingreifen notwendig machen, um Morbidität und Mortalität durch kardio- und zerebrovaskuläre Erkrankungen arteriosklerotischer Genese so gering wie möglich zu halten. Welche therapeutischen Interventionen in welchen Situationen eingesetzt werden können oder sollen, ist Thema des Artikels von E. Windler.

Metformin, ein altes und wohlbekanntes Medikament, das lange Zeit nur zur Therapie des Typ-2-Diabetes eingesetzt wurde, hat – neben seiner mittlerweile im Rahmen der Kinderwunschbehandlung beim PCOS anerkannten Wirksamkeit – großes präventives Potenzial. Dies betrifft nicht nur die Diabetesprävention. K. Rett geht in seinem Artikel u. a. der Frage nach,



**Abb. 1** ◀ Die Herausgeberinnen des Leitthemenhefts „Prävention“ Dr. A. Schwenkhagen (links) und Dr. K. Schaudig (rechts)

welche Rolle Metformin auch in der Prävention und Therapie von Karzinomen spielt und ob eine Metforminbehandlung mit einem generellen Überlebensvorteil bzw. einer verlängerten krankheitsfreien Lebensspanne einhergeht.

Bei allgemein steigender Lebenserwartung wird das Thema Osteoporose in den kommenden Jahrzehnten ein zunehmendes Problem werden. Auch hier gilt es, frühzeitig Risiken zu erkennen und entsprechend zu reagieren. Welche Maßnahmen hierbei sinnvoll und empfehlenswert sind, wird von *K. Breitenbach*, *F. Kleinsorge* und *V. Seifert-Klauss* differenziert erörtert.

Eine „gesunde“ Lebensführung zu Vorbeugung alters- und ernährungsbedingter Erkrankungen – diese einfache Präventionsmaßnahme gilt gleichermaßen für Behandelnde und Patientinnen. In der Gynäkologie sollte man sich dessen bei der Betreuung und Beratung von Frauen aller Altersklassen bewusst sein und sich der daraus erwachsenden großen Verantwortung stellen.

Diese Ausgabe von *Der Gynäkologe* ist so etwas wie ein aktueller Reiseführer durch den Dschungel der Präventionsmöglichkeiten. Die Autoren haben sich viel Mühe gemacht, um nicht nur unsere Patientinnen, sondern auch uns selbst in Zukunft noch besser ans Ziel kommen zu lassen. Dafür gebührt ihnen unser allerherzlichster und kollegialer Dank (▣ **Abb. 1**).

Katrin Schaudig

Anneliese Schwenkhagen

**Korrespondenzadresse**

**Dr. K. Schaudig**

Praxis für gynäkologische Endokrinologie, HORMONE HAMBURG, Gynaekologikum Altonaer Str. 59, 20357 Hamburg, Deutschland info@hormone-hamburg.de

**Dr. A. Schwenkhagen**

Praxis für gynäkologische Endokrinologie, HORMONE HAMBURG, Gynaekologikum Altonaer Str. 59, 20357 Hamburg, Deutschland info@hormone-hamburg.de

**Interessenkonflikt.** K. Schaudig und A. Schwenkhagen geben an, dass kein Interessenkonflikt besteht.

**Psychosoziale Beratung bereits vor der Geburt**



© SeeYou/Hamburg

Ab sofort haben Medizinische Fachangestellte bei der Stiftung „SeeYou“ die Möglichkeit, im Rahmen einer Schulung das Fachzertifikat „Frühe Hilfen in der Frauenarztpraxis“ zu erwerben. Die Teilnahme an dem Kurs soll Medizinische Fachangestellte in die Lage versetzen, niedrigschwellig und wertschätzend mit Patientinnen in Kontakt zu kommen und Bedarfe festzustellen, um diesen adäquat selbst abzuwehren bzw. in Einzelfällen mit erhöhtem sozialpädagogischen Beratungsbedarf an Babylotsen überzuleiten.

Das Programm „Babylotse ambulant“ der Stiftung „SeeYou“ wird seit 2012 in gynäkologischen Praxen in Hamburg umgesetzt. Werdende Mütter erhalten schon zu Anfang ihrer Schwangerschaft die Möglichkeit, sich im vertrauten Umfeld ihrer Frauenarztpraxis freiwillig und kostenlos beraten zu lassen. In den Jahren 2014 und 2015 wurden so in enger Kooperation mit 15 Hamburger Gynäkologen und deren Praxisteam 895 Frauen beraten und bei Bedarf gezielt an geeignete Institutionen und Angebote vermittelt.

Kontakt:  
Dr. Sönke Siefert  
s.siefert@seeyou-hamburg.de

Quelle: [www.babyotse.de/fortbildung/](http://www.babyotse.de/fortbildung/)