

ICH BIN BIOLOGISCH KEIN MÄDCHEN UND HABE FRAGEN

Der Gynäkologe ist eine wichtige Anlaufstelle für alle Fragen in Bezug auf genitale und sexuelle Gesundheit, allerdings ist die Gynäkologie nur für den weiblichen Körper zuständig.

Wer kümmert sich z.B. um die Männer?

Es gibt durch aus so etwas wie „Männerärzte“. Das sind entweder Urologen oder Andrologen.

Urologen sind allerdings nicht nur für den männlichen Körper zuständig, sondern für die Geschlechtsorgane des Mannes und andere Organe, wie z.B. die Nieren, so dass diese Ärzte nicht nur Männer behandeln.

Andrologen hingegen sind alleine auf den männlichen Körper spezialisiert und können somit auch als „Männerarzt“ bezeichnet werden.

Vorsicht! Der Begriff

„Männerarzt“ ist anders als der Begriff „Frauenarzt“ nicht geschützt! Nicht jeder

„Männerarzt“ hat eine medizinische Ausbildung.

Deswegen achtet immer darauf, dass ihr zu einem Andrologen geht, dieser Begriff ist nämlich geschützt!

Dort könnt ihr euch regelmäßig durchchecken lassen und alle Fragen stellen, die euch beschäftigen.

Ansonsten könnt ihr alle immer eure Eltern, eure Bio- & Vertrauenslehrer oder z.B. auch bei Anlaufstellen, wie z.B. proFamilia Themen ansprechen, die euch beschäftigen!

JUNGFRÄULICHKEIT

Die eigene Jungfräulichkeit spielt für jeden –aus unterschiedlichen Gründen– eine unterschiedlich große Rolle. Wichtig ist, dass niemand sich in diesem Thema zu irgendetwas gedrängt fühlt und die Entscheidungen andere respektiert, genauso aber auch die eigene respektiert wird.

Wichtig zu verstehen ist, dass die Jungfräulichkeit nichts nachweisbares ist. Ein Arzt/eine Ärztin kann weder bei Frauen, noch bei Männern körperlich feststellen, ob diese Jungfrau sind oder nicht.

Bei Frauen wird oft versucht dies über den Hymen oder auch Jungfernhäutchen genannt, festzustellen. Dies ist ein kleines Häutchen in der Scheide, welches angeblich beim ersten Mal Sex reißen soll. Tatsache ist, dass dieses Häutchen beim Sport oder sogar bei einem Sturz reißen kann. Bei Manchen reißt es nie. Aus diesem Grund ist der Zustand des Hymens keinerlei Anhaltspunkt für die Jungfräulichkeit.



DARAN SOLLTE DEINE PERIODE DICH NIEMALS HINDERN...

...an deinem gewöhnlichen Alltag teilzunehmen. Deine Periode sollte niemals so stark sein, dass du auf Dauer nicht in der Lage bist, in die Schule, oder zur Arbeit zu gehen oder dich z.B. mit deinen Freundinnen & Freunden zu treffen. Es ist normal, dass man manchmal starke Schmerzen hat. Sobald diese aber für dich zu schwer erträglich sind oder du Symptome wie Ohnmacht, Fieber, Schweißausbrüche oder ähnlichen hast, solltest du zu deinem/r Frauenarzt/-ärztin gehen und mit ihr/ihm über PM(D)S reden.

PMS & PMDS

PMS steht für **prämenstruelles Syndrom** und beschreibt typische Symptome, welche oft vor oder während der Menstruation auftreten. Dazu gehören z.B.

Hautunreinheiten, erhöhter Appetit, Bauchschmerzen, Kopfschmerzen, Müdigkeit, Wassereintragen, Migräne oder depressive Phasen, Minderwertigkeitsgefühle etc.

Zahlen zu diesem Syndrom fallen sehr unterschiedlich aus, da auch die Schweregrade stark schwanken. Allgemein leiden 61% bis 86% junger Mädchen an dem Syndrom.

Unter PMDS Oder PMDD (Prämenstruelles dysphorisches Syndrom o. Premenstrual Dysphoric Disorder) leiden ungefähr 3%-8% der Frauen. Dieses Syndrom fällt nochmal stärker aus und zeigt Symptome wie z.B. Ohnmacht, starke Übelkeit oder Fieber. Dieses Syndrom muss nicht direkt mit der ersten Periode auftreten, sondern kann im Laufe des Lebens plötzlich auftreten.

Diese Symptome sind behandelbar, oft wird vor allem jungen Frauen zur Behandlung die Pille verschrieben, allerdings gibt es auch nicht-hormonelle Behandlungsmöglichkeiten, sowohl für PMS als auch für PMDS.

DU MOCHTEST MEHR WISSEN?

Du möchtest deinen Zyklus im Überblick behalten und immer wieder über deine Symptome und andere wichtige Aspekte deiner Periode informiert werden? Flo trackt deine Menstruation und gibt nicht nur Auskunft über körperliche, sondern auch über psychische Symptome. Kostenlos Erhältlich, sowohl im Play als auch Apple Store.



(Keine Werbung! Persönliche Empfehlung)

Bei Fragen kannst du immer zu einem Arzt/einer Ärztin oder einer Vertrauensperson gehen. Auch Anlaufstellen wie Profamilia beraten dich anonym und kostenlos bei Fragen rund um Sexualität, Verhütung etc.

Das gilt für alle, die Fragen haben.

TELL TELL ME ABOUT ABOUT

FRAUENARZT/MÄNNERARZT?!

LET ME TELL YOU ABOUT

Die positive Resonanz zur letzten Broschüre hat gezeigt, dass ein großer Redebedarf bei Themen, wie z.B. Frauenhygiene und anderen ähnlichen Bereichen besteht. Aus diesem Grund wird mit dieser Broschüre versucht weitere Fragen zu beantworten. Dabei erhebt sie ebenfalls keinerlei Anspruch auf Vollständigkeit, sondern soll wieder zur gesellschaftlichen Weiterbildung animieren.

DER ERSTE FRAUENARZTBESUCH

Das erste Mal zum Frauenarzt/-ärztin: Für viele Mädchen, aber auch Frauen ist das häufig noch ein Horrorthema. Doch woran liegt das?

Vor allem Unwissenheit sorgt für die Furcht vor dem ersten Besuch. Auch Geschichten von Horrorärzten und die Vorstellung, dass der Arzt/ die Ärztin einen direkt untersuchen möchten spielen ebenfalls ins Gewicht.

WARUM GEHT JEMAND ZUM FRAUENARZT?

Der Frauenarzt/die Frauenärztin hat die Aufgabe zu beraten, zu begleiten und zu behandeln.

Zum Beispiel berät er/sie einen bei allen Fragen, die man sich zu seiner genitalen und sexuellen Gesundheit stellt, wie z.B. Fragen zur Pubertät, zur Periode und auch Fragen zu Sex & zur Verhütung.

Kommt ihr z.B. mit dem Wunsch nach Verhütung zu eurem Frauenarzt/-ärztin wird diese/r euch über eure Möglichkeiten aufklären, beraten und auch während dieser Zeit begleiten.

Begleiten bedeutet, dass man seinen Arzt/ seine Ärztin regelmäßig aufsucht

(zu Beginn meist alle 3 Monate) und besprochen wird, wie ihr euch mit der Verhütungsmethode fühlt und ob ihr sie eventuell ändern wollt/müsst.

Der Gynäkologe ist auch euer Ansprechpartner, wenn ihr Beschwerden, wie z.B. zu starke Schmerzen während eurer Periode habt und behandelt diese auch.

WANN GEHT JEMAND ZUM ERSTEN MAL ZUM FRAUENARZT?

Der Frauenarzt/die Frauenärztin kann ab Beginn der Pubertät besucht werden. Davor ist der Kinderarzt im allgemeinen zuständig. Es ist nie zu spät das erste Mal hinzugehen. Frauenärzte/-innen begleiten Frauen ihr ganzes Leben, so dass man selbst im hohen Alter das erste Mal gehen kann. Durchschnittlich beginnt die Pubertät mit 12 Jahren. Ab diesen Zeitpunkt macht es Sinn sich Gedanken zu machen, wann man das erste Mal gehen möchte.

WAS ERWARTET EINEN BEIM FRAUENARZT?

Oft hört man von furchtbaren Geschichten, dass man sich jedes mal komplett ausziehen muss, man angefasst wird und die Eltern dabei zuschauen. Um das hier ganz klar festzuhalten: So laufen keine Arztbesuche ab.

Ihr müsst euch keine Sorgen machen, denn egal bei welchem Arzt ihr seid: Niemand macht mit euch irgendetwas, ohne dass ihr nicht ausdrücklich zugestimmt habt. Besucht ihr nun zum ersten Mal einen Gynäkologen werdet ihr meist nur ein Gespräch führen. Bei diesem wird nach eurer medizinischen Vorgeschichte gefragt, wenn diese nicht bereits durch Geschwister oder die Mutter vorliegt. Auch werdet ihr gefragt, ob ihr raucht oder regelmäßig Drogen konsumiert. Diese Fragen solltet ihr unbedingt ehrlich beantworten, da diese spätere Behandlungen beeinflussen können.

WIE FUNKTIONIERT DIE HAUPTUNTERSUCHUNG?

Viele haben Angst vor der Hauptuntersuchung. Bei dieser sieht sich der Arzt/die Ärztin sowohl eure äußeren, als auch die inneren Geschlechtsteile an. Das sind die Brüste, die Vulva und die Vagina.

Diese Hauptuntersuchung wird eigentlich erst durchgeführt, nachdem ihr das erste Mal Sex hattet. Davor ist der einzige Grund, weshalb dies Sinn ergibt durch Beschwerden, die ihr haben könntet, wie z.B. Schmerzen oder Ausschläge.

Doch wie läuft das Ganze ab? Während der Untersuchung bist du alleine mit deiner Frauenärztin oder deinem Frauenarzt zusammen mit einer weiblichen Arzthelferin im Untersuchungszimmer. Du wirst gebeten meist erstmal deine untere Kleidung auszuziehen, damit deine Vulva (äußeren Geschlechtsteile) und deine Vagina (inneren Geschlechtsteile) untersucht werden können.

Du wirst dich auf einen Untersuchungsstuhl setzen und dein Arzt/ deine Ärztin werden diese dann durch betrachten, abtasten und meistens durch einen Abstrich untersuchen. Danach wirst du dich unten herum wieder anziehen können und dich oben herum ausziehen, damit deine Brüste abgetastet werden können. Während der gesamten Zeit sollte man dir erklären, was genau passiert, damit du dich wohlfühlst.

WAS SOLLTE BEIM FRAUENARZT BEACHTET WERDEN?

Gynäkologen unterscheiden sich von anderen Ärzten, die wir regelmäßig besuchen, wie z.B. dem Haus- oder Zahnarzt. Durch ihr Aufgabefeld dringen sie in sehr intime Bereiche ein und das erfordert besonderes Vertrauen. Aus diesem Grund solltet ihr euch bei eurem Gynäkologen immer zu 100% sicher und Ernst genommen fühlen.

Ihr solltet euch bei Terminen niemals unwohl oder zu irgendetwas gedrängt fühlen. Beispiele dafür sind, dass wenn ihr euch noch nicht untersuchen lassen wollt, dass dies respektiert wird, oder dass ihr bei dem Wunsch zu verhüten nicht nur die Pille aufgedrängt bekommt, sondern spätestens bei Nachfrage weitere Informationen zu anderen Möglichkeiten bekommt. Euer Arzt/ Eure Ärztin sollte sich immer genügend Zeit für euch nehmen, euch genau zuhören und ihr solltet immer das Gefühl haben eure Wünsche frei äußern zu können, genauso wie Fragen offen zu stellen. Ihr solltet niemals das Gefühl haben, dass euer Arzt/eure Ärztin euch für eure Entscheidungen verurteilt. Ihr seid nicht zur Ehrlichkeit verpflichtet. Zwar solltet ihr immer ehrlich zu jeder Art von medizinischen Personal sein, wenn es um eure oder jemand anderes Gesundheit geht, allerdings müsst ihr Fragen, die keine medizinische Relevanz haben oder euch unangenehm sind weder ehrlich oder überhaupt beantworten.

Denkt daran: Sobald ihr euch mit eurem Arzt/ eurer Ärztin nicht mehr wohlfühlt, könnt ihr diese/n jeder Zeit wechseln oder euch eine zweite Meinung bei einem anderem Arzt / einer anderen Ärztin einholen!

WAS IST MIT MEINEN ELTERN?

Du kannst deine Eltern oder eine Vertrauensperson immer zu einem Termin mitnehmen. Wenn du nicht möchtest, dass diese bei einer Untersuchung selbst dabei sind, dann sag das einfach! **Müssen meine Eltern wissen, wenn ich zum Gynäkologen gehe?** Das hängt vom Alter ab. Unter 14 Jahren gilt die ärztliche Schweigepflicht nicht für deine Eltern und der Arzt/ die Ärztin muss Auskunft über deinen Gesundheitszustand geben. Zwischen 14 und 16 Jahren entscheidet die Praxis nach eigenem Ermessen. Ab 17 gilt für dich die ärztliche Schweigepflicht und dein Arzt/ deine Ärztin dürfen keinerlei Auskunft über dich oder deine Gesundheit geben.

