

LIEBER STRAFF.
Unfreiwilliger
Harnverlust und
zu wenig Empfin-
den beim Sex
müssen nicht
sein. Zwei neue
Methoden helfen.

Wir gehen das Thema jetzt mal ganz direkt an: **VAGINALVERJÜNGUNG.** Denn viel zu viele Frauen leiden unter Inkontinenz, trockener Scheide, Infektionen oder fehlendem Lustempfinden. Jetzt versprechen zwei neue Behandlungen Hilfe.

Vaginal-Treatment

Reden wir..endlich DARÜBER!

Klar, über Sex sprechen viele von uns häufig und recht offen. Doch wenn es um die Probleme geht, die man beim Sex haben kann, dann wird es auf einmal erstaunlich ruhig. Dabei sollte man genau darüber sprechen. Ist die Vagina infolge natürlicher Geburten ausgeleiert und der Beckenboden erschlafft, mindert das das Lustempfinden stark. Eine trockene Scheide – etwas, das viele Frauen nach dem Wechsel kennen – macht das Liebesspiel schmerzhaft und Frauen anfällig für Verletzungen und Infektionen. Unglaubliche 30 Prozent aller Frauen zwischen 30 und 60 wissen, was es bedeutet, beim Lachen oder Laufen ein paar Tröpfchen zu verlieren – oder auch durch die Erschütterung beim Sex. Das fördert die Hingabe nicht unbedingt. Die gute

Nachricht: Zwei neue Treatments, Radiofrequenz und PixelLaser, versprechen Hilfe. Wir haben zwei Ärztinnen gefragt, wie das funktioniert. Und um eines gleich klarzustellen: Nein, wir tun das nicht, damit wir untenrum für die Männer schön sind. Hier geht es ausschließlich um das weibliche Wohlbefinden!

ALTERUNG. Wie jedes Gewebe ist auch die Scheide einem natürlichen Alterungsprozess unterworfen. „Vaginale Geburten oder massive Gewichtsschwankungen lassen Muskeln und

Gewebe im Beckenboden erschlaffen. Dadurch kann die Harnröhre hypermobil werden, bei Erschütterungen hält sie nicht mehr ganz dicht“, kennt Allgemeinärztin Dr. Jasmin Darabnia die Problematik. „Ein großes Thema ist auch der sinkende Östrogenspiegel im Wechsel. Das führt oft zu ausgeprägter Scheidentrockenheit.“ Herkömmliche Behandlungsmethoden wie Scheidencremes oder Beckenbodentraining bringen oft nur wenig, wie Gynäkologin Dr. Maria Riedhart-Huter aus ihrer Praxis weiß. „Viele meiner Patientinnen sind sehr sportlich, haben eine ausgeprägte Tiefenmuskulatur und kennen das Problem trotzdem. Es ist auch relativ altersunabhängig. Meine jüngste Patientin ist 30.“

»Es geht hier nicht um Schönheitsideale, sondern um besseres Empfinden.«

DR. JASMIN DARABNIA,
PRAKTISCHE ÄRZTIN

BEAUTY-METHODEN. Lange Zeit wurde das Problem totgeschwiegen, doch schließlich entdeckte man Möglichkeiten zur Behandlung – und zwar unter den Methoden der Schönheitsmedizin. Immerhin geht es im Gesicht genauso wie in der Vagina um Verjüngung und mehr Straffheit. *ThermiVa* bzw. *FemiLift* nennen sich zwei Treatments, mit denen die Ärztinnen arbeiten (siehe Info rechts). „Bei *ThermiVa* werden über einen zeigefingergroßen Applikator mit Radiofrequenz die gesamte Innenfläche der Vagina, außerdem die Klitoris und die äußeren Schamlippen auf etwa 43 bis 46 Grad erhitzt. Die Wärme geht direkt in tiefe Gewebeschichten und animiert die Kollagenfasern, sich zu straffen und neue zu bilden“, erklärt Riedhart-Huter. „Das verdickt und stärkt die Scheidenwand, neue Schleimhaut beginnt sich aufzubauen. Das Prinzip ist genau das gleiche wie bei *Thermage*, die zur Gesichtstraffung angewendet wird.“

Auch das Prinzip von *FemiLift* ist ähnlich. Hier kommt ein Laser zum Einsatz: „Dieser Pixel-CO₂-Laser ist das derzeit Beste, was man aus der Gesichtstraffung kennt“, betont Dr. Darabnia. „Ein spezieller Applikator, ähnlich dem Ultraschallkopf beim Gynäkologen, wird in die Vagina eingeführt und erzeugt dort minimale Verletzungen. Die regen das Gewebe zu Selbstheilung, innerer Straffung und zum Aufbau neuer Schleimhaut an. Die dabei entstehende Wärme führt zu einem Shrinking-Effekt.“ Beide Methoden sind beinahe schmerzfrei, die Behandlung wird ambulant und ohne Betäubung durchgeführt. Die Wärme ist im Inneren der Vagina gut verträglich, wie Dr. Riedhart-Huter aus eigener Erfahrung bestätigt.

VIELE INDIKATIONEN. Wer ist nun die typische Patientin für dieses Treatment? Bereits erwähnt wurden Frauen mit leichter bis mittlerer Inkontinenz, für die es bisher nur operative Alternativen gab (bei schwerer Inkontinenz ist das immer noch so). Auch Frauen nach dem Wechsel, die mit starker Scheidentrockenheit zu kämpfen

haben, sind, laut Ärztin, hochzufrieden mit der Methode. „Ich behandle auch Frauen mit Brustkrebs, die keine Hormone nehmen dürfen“, erwähnt Riedhart-Huter eine weitere Patientinnen-Gruppe. „Für die war die trockene Scheide bisher tatsächlich ein unlösbares Problem.“ Sogar bei chronischen Blasenentzündungen und Stuhlinkontinenz nach Geburten hat sie schon Erfolge erzielt. Und auch das Lost-Penis-Syndrom, wenn nach einer vaginalen Geburt alles so geweitet ist, dass beim Sex keine Reibung mehr entsteht, bessert sich massiv.

»Beckenbodentraining hilft natürlich. Aber es kann das Problem nicht immer lösen.«

DR. MARIA RIEDHART-HUTER,
GYNÄKOLOGIN

TRAINING. Eine natürliche Rückbildung ersetzt die Methode natürlich nicht. „Der Körper braucht etwa genauso lang wie die Schwangerschaft, rund neun Monate, um sich zu regenerieren. Rückbildungstraining ist dabei unglaublich wichtig“, betont die Gynäkologin. Wenn danach ein

oder mehrere der beschriebenen Symptome noch vorhanden sind, kann man über ein Treatment nachdenken. In anderen Ländern ist das übrigens schon länger üblich: „In den USA, Argentinien, Italien oder Slowenien bieten Gynäkologen das ihren Patientinnen aktiv an“, weiß Dr. Darabnia. Jetzt entsteht auch bei uns ein erstes Problembewusstsein. Deshalb sollten wir darüber reden! **PIA KRUCKENHAUSER** ■

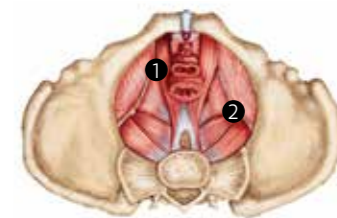
THERMIVA STRAFF MIT RADIOFREQUENZ

Das Treatment. Mit einem speziellen, etwa zeigefingergroßen Applikator wird das Gewebe rund um die Vagina mit Radiofrequenz auf 43 bis 46 °C erwärmt. Diese Erhitzung stimuliert eine Gewebstraffung und die Neubildung von Kollagen. Die Scheidenwand wird enger, die Harnröhre fester, Schleimhaut bildet sich neu. Auch die Klitoris und die äußeren Schamlippen werden gestrafft, das steigert das Lustempfinden.

Für wen es passt. Für Frauen mit zu weiter Scheide, zu wenig Lustempfinden, unkontrolliertem Harnverlust oder trockener Scheide. **Info.** Die Behandlung tut nicht weh, es wird lediglich etwas warm. Empfohlen werden drei Anwendungen, zumindest zwei sollten es sein. Erste Erfolge stellen sich nach vier bis sechs Wochen ein, das Endergebnis vier Wochen nach der letzten Anwendung. Wird ambulant ohne Betäubung durchgeführt, keine Ausfallzeiten. Kosten: € 900,-/Sitzung.



GYNÄKOLOGIN. Dr. Maria Riedhart-Huter erzielt in ihrer Praxis in Wörgl in Tirol mit Thermiva tolle Erfolge. vaginalstraffung-inkontinenz-tirol.at



MUSKELN. Die Vagina und die Harnröhre (1) sind eingebettet in den Beckenboden (2). Ist dieser schlaff oder ausgeleiert, gibt er nicht genügend Halt, die Harnröhre tropft.

FEMILIFT EIN LASER REGT DIE KOLLAGENNEUBILDUNG AN

Das Treatment. Ein Pixel-CO₂-Laser wird über einen speziellen Applikator in die Vagina eingeführt und macht mikroskopisch kleine Löcher in das die Scheide umschließende Gewebe. Gleichzeitig gibt er Wärme direkt in tiefere Schichten ab. Diese Minimalverletzungen regen einen Heilungsprozess an, der die Kollagenfasern strafft, die Scheidenwand verdickt und für neue Schleimhautbildung sorgt. **Für wen es passt.** Die Behandlung ist für alle Frauen geeignet, die unter Stressinkontinenz, Scheidentrockenheit und erschlaffter Vaginawand leiden. **Info.** Das Treatment ist praktisch schmerzfrei, leichtes Ziehen, ähnlich

leichten Regelschmerzen, ist möglich, ebenso etwas Ausfluss. Drei Tage sollte man keinen Geschlechtsverkehr haben. Mindestens zwei Anwendungen sind nötig, empfohlen werden drei im Abstand von je vier Wochen. Der Behandlungserfolg stellt sich nach einigen Wochen ein. Kosten: Die zwei ersten Anwendungen je € 900,-, die dritte € 600,-.

EXPERTIN. Dr. Jasmin Darabnia ist Allgemeinärztin und ordnet im Wiener Moser Milani Medical Spa. medspa.cc

