Stichwortverzeichnis

A
Ablation 43, 57
Achtsamkeit 65
Adenomyose 10, 17, 57, 117
Akupunktur 87
Amenorrhö
– therapeutische 22, 29, 31, 33
Anti-Müller-Hormon 43, 116
Antioxidanzien 105
Antreiber, innere 65
Archimetra-Theorie 11
Aromatherapie 107
Atemübungen 82

B
Ballaststoffe 89
Bauchspiegelung 14, 22, 42
Beckenboden 52, 77
Beckenvenenstauungssyndrom 23
Begleiterkrankungen 62
Bewegungstherapie 76
Biomarker 15
Blähbauch 54
Bluttest 15

C
Colon-Massage 56

D
Darmflora 89
Diagnose 14
Dienogest 31
Dreimonatsspritze 33
Dunbar-Syndrom 23
Dyschezie 12
Dysmenorrhö 12, 61
Dyspareunie 12, 55
Dysurie 12

E
Eisenbedarf 58
Eisenmangel 57
Endo-Belly 54
Endometriose
– Gen 24
– Herde 10
– ovarielle 17
– peritoneale 17
– tiefinfiltrierende 15, 17, 42
Endometrium 10
– Ablation 43, 57
ENZIAN-Klassifikation 17
Ernährung 88
– mediterrane 88
Erschöpfung 58

F
Fatigue 58
Fertilitätsprotektion 43, 117
FODMAP 91
Fruktose 90

G
Gebärmutter
– Höhle 10
– Schleimhaut 10
Gefäßerkrankungen 23
Genitopelvine Schmerz-Penetrationsstörung 55
Gestagen 31, 32, 35, 112
Gesundheitsanwendungen, digitale 46
Gluten 90
GnRH-Analoga 38
GnRH-Rezeptor-Antagonisten 37
Grüntee-Extrakt 105

H
Heilpflanzensäfte 55
Heilsversprechen 25
Heublumensack 52
Hirtentäschelkraut 106
Histamin 90
Hormon
– follikelstimulierendes (FSH) 37
– luteinisierendes (LH) 37
Hormonspiralen 35
Hormontherapie 29
Hysterektomie 57

I
Ingwer 107

K
Kältetherapie 86
Kalzium 105
Kinderwunsch 29, 42, 115
Klopfakupressur 87
Ko-Analgetika 46
Kombinationspille 32
Komorbiditäten 62
Kurkuma 107

Liebe Leserin, lieber Leser,

hat Dir dieses Buch weitergeholfen? Für Anregungen, Kritik, aber auch für Lob sind wir offen.
So können wir in Zukunft noch besser auf Deine Wünsche eingehen.
Schreibe uns, denn Deine Meinung zählt!

Dein TRIAS Verlag

support.thieme.com/de-DE • thieme.com/produktsicherheit

/trias.tut.mir.gut

/trias_verlag

natuerlich.thieme.de/natuerlich-gesund

www.trias-verlag.de/newsletter

Adler, Frauengesundheit: Endometriose (ISBN 9783432118420) © 2026 TRIAS Verlag

L
Laktose 90
Langzyklus 32
Laparoskopie 14, 22, 42
Leibwickel 52
Leinsamen 56
Levonorgestrel 35
Low-FODMAP 91

M
Magnesium 104
Mariendistel 107
Massagen 86
May-Thurner-Syndrom 23
Medical Freezing 43, 117
Meditation 82
Menarche 30, 112
Menopause 30, 122
Menstruation 29, 30
– retrograde 10
Metamizol 45
Metaplasie-Theorie 10
Mikrobiom 89
Mikro-RNA 16
Mikroverletzungen 11
Minipille 33
Monatshygiene 52
Mönchspfeffer 106
Muskelentspannung, progressive 80
Myometrium 11
Myom, Gebärmutter 38

N
Nahrungsergänzungsmittel 104
Nahrungsmittelunverträglichkeiten 90
Nerven-Endometriose 44
Neuraltherapie 87
Neuropelveologie 44
Nichtsteroidale Antirheumatika (NSARs) 45
Nordic Diet 88
Nutcracker-Syndrom 23

O
Omega-3-Fettsäuren 104
Operation 42
Orthorexie 88
Osteopathie 84
Östrogen 12, 22, 29, 32, 37, 38, 112

P
Pacing 59
Paracetamol 45
Pelvic Congestion Syndrome 23
Perimenopause 30
Physiotherapie 77
Phytopharmaka 54
Phytotherapie 51, 105
Präbiotika 89
Probiotika 89
Prostaglandine 61
Psychotherapie 71

R
Regelblutung 112
Regelschmerz
– normal 12
Regelschmerzen 61
Rehabilitation 71
Reizdarm 54
Reizstromgeräte, elektrische 51
Rezepte
– Apfelkuchen mit Cranberrys 100
– Asiatisches Pfannengemüse 99
– Energiebällchen 102
– Gefüllte Paprika mit Hirse 94
– Gemüse-Kartoffel-Auflauf 95
– Goldene Milch 108
– Kürbis-Apfel-Suppe 92
– Pfannkuchen 102
– Polenta mit Ofengemüse 98
– Spaghetti mit Paprikasauce 96

S
Schafgarbenkraut 106
Schlaf 83
Schmerz 60
– neuropathischer 61
– noziplastischer 53, 61
– nozizeptiver 61
Schmerzgedächtnis 61
Schmerzmittel
– opiathaltige 45
Schmerztherapie 22, 44, 50
Schwerbehindertenausweis 74
Selbstfürsorge 65
Selbsthilfegruppen 68
Sensibilisierung 60
Sensitivierung, zentrale 60
Sex
– Schmerzen 52
Sexualität 53
Sitzbad 52
Spasmolytika 46
Speicheltest 16
Symbiotika 90
Symptome 12

T
TENS-Geräte 51, 78
Therapiekonzept
– multimodales 48
Therapieverfahren, körperorientierte 75
Tumormarker CA-125 15

U
Ultraschall
– rektaler 15
– vaginaler 14

V
Vaginismus 55
VAS-Schmerzskala 12, 15
Verhütungsimplantat 33
Verhütungspillen 32
– Nebenwirkungen 40
Vitamin D 104
Vollbad 52
Vulvavarikosis 23

W
Wärmetherapie 84
Wechseljahre 30, 122

Y
Yoga 79

Z
Zinksulfat 105
Zöliakie 90
Zyklus
– natürlicher 30
– normaler 31

Adler, Frauengesundheit: Endometriose (ISBN 9783432118420) © 2026 TRIAS Verlag