

08/2019 - Psyche und Endometriose

Psyche und Endometriose

Chronische Schmerzen wie bei der Endometriose sind eine große Belastung für die Psyche und die seelische Gesundheit. Auf der anderen Seite können auch Depressionen Schmerzen verstärken. Das konnten Wissenschaftler aus Schweden zeigen: sie untersuchten Ergebnisse aus 24 Studien und konnten sehen, dass Frauen mit Endometriose häufiger an Depressionen leiden als gesunde Frauen.

Depressionen äußern sich durch eine innere Leere, durch Hoffnungslosigkeit und Energiemangel. Eine Depression kann jedoch durch Medikamente und Psychotherapie behandelt und gelindert werden. Eine andere Studie beschäftigt sich mit verschiedenen Bewältigungsstrategien bei Endometriose. Vor allem Verhaltenstherapien zeigten einen positiven Einfluss auf Depressionen und Angststörungen im Zusammenhang mit Endometriose. Alkoholkonsum, Verdrängung oder sozialer Rückzug waren hingegen ungeeignet, um mit der Erkrankung richtig umzugehen.

Hier die Studien im Detail:

- [Bewältigungsstrategien bei Endometriose](#)
- [Schmerzen erhöhen das Risiko für Depressionen](#)