

Vulvodynie: Welche nicht medikamentösen Behandlungsmöglichkeiten helfen?

Betroffene könnten von extrakorporaler Stoßwellentherapie, Physiotherapie oder Online-Akzeptanz- und Commitmenttherapie profitieren.

Im Auftrag des Instituts für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) hat ein interdisziplinäres Team von Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftlern unter der Federführung des Instituts für Forschung in der Operativen Medizin, Universität Witten/Herdecke, den Nutzen nicht medikamentöser Verfahren wie u. a. Beckenbodentherapie oder Psychotherapie bei der Behandlung von Vulvodynie (Juckreiz und Schmerzen im Vulvabereich) untersucht. Das Wissenschaftsteam verglich diese Ansätze mit medikamentösen Behandlungen, anderen nicht medikamentösen Verfahren, Placebos, einer Wartekontrollgruppe oder dem Verzicht auf eine Behandlung.

Betroffene könnten demnach vom Einsatz der extrakorporalen Stoßwellentherapie, einer Physiotherapie oder der Online-Akzeptanz- und Commitmenttherapie profitieren. Diese Interventionen zeigten positive Effekte hinsichtlich ausgewählter patientenrelevanter Endpunkte, etwa der Sexualfunktion.

Für viele der untersuchten Interventionen lässt sich das Schadenspotenzial jedoch nicht sicher einschätzen. Für Betroffene kann es mit Blick auf den meist langen Leidensweg hilfreich sein, mögliche Therapieansätze danach auszuwählen, welche Beschwerden für sie besonders belastend sind.

Chronische Schmerzen in der Vulva

Vulvodynie ist eine multifaktoriell bedingte Erkrankung, die sich durch chronischen Schmerz im Bereich der Vulva äußert. Betroffene verspüren u. a. Juckreiz, Brennen, Stechen und Schmerzen, die wie elektrische Stromstöße beschrieben werden. Betroffene sind in ihrer Lebensqualität häufig stark eingeschränkt, da Schmerzen teils bereits bei leichten Berührungen auftreten und Aktivitäten wie Fahrradfahren unmöglich machen. Vulvodynie ist eine noch recht unbekannte Erkrankung.

Die Behandlung von Vulvodynie umfasst medikamentöse, nicht medikamentöse und operative Verfahren. Viele Betroffene probieren verschiedene Therapien aus. Dies führt neben einer emotionalen Belastung häufig auch zu finanziellen Herausforderungen, weil die gesetzliche Krankenversicherung die Kosten nicht für alle Therapieoptionen trägt.

Betroffene könnten von extrakorporaler Stoßwellentherapie, Physiotherapie und Online-Akzeptanz- und Commitmenttherapie profitieren

Die Autorinnen und Autoren des Berichts identifizierten 17 randomisierte kontrollierte Studien zu nicht medikamentösen Verfahren zur Behandlung der Vulvodynie. Diese Studien wiesen jedoch überwiegend erhebliche methodische Mängel auf.

Betroffene könnten die Entscheidung für einen bestimmten Therapieansatz danach treffen, welche Beschwerden für sie besonders belastend sind. So deuten Studien darauf hin, dass sich vor allem die Endpunkte Schmerzen, Sexualfunktion und sexuelle Belastung durch eine Physiotherapie,

extrakorporale Stoßwellentherapie oder psychotherapeutische Verfahren (z. B. Online-Akzeptanz- und Commitmenttherapie) verbessern lassen. Der Bericht zeigt auch, dass für eine Vielzahl der Interventionen, die zur Behandlung der Vulvodynie angeboten werden und deren Kosten zum Teil durch Betroffene selbst getragen werden müssen, keine Nutzen- bzw. Schadenaussagen getroffen werden können. Das heißt, man weiß nicht, ob sie wirksam sind und ob sie schaden können.

Vulvodynie kann für die Betroffenen wegen der Symptome, der oft langen Zeit bis zur Diagnosestellung und der häufig fehlenden Erfolge von Therapien sehr belastend sein. Zusätzlich leiden viele unter emotionalem und sozialem Druck. Da häufig berichtet wird, dass Wissen zu der Erkrankung fehle und sich Betroffene stigmatisiert fühlen, ist es wichtig, die Erkrankung in Aus- und Weiterbildung stärker zu thematisieren. Eine einfühlsame und respektvolle Kommunikation hilft, Schamgefühle zu vermeiden. Sofern Betroffene das wünschen, kann auch der Einbezug von Partnerinnen oder Partnern hilfreich sein.

Der ThemenCheck Medizin

Interessierte können im Rahmen des ThemenCheck Medizin Vorschläge für die Bewertung von medizinischen Verfahren und Technologien einreichen. In einem zweistufigen Auswahlverfahren, an dem auch Bürgerinnen und Bürger mitwirken, werden aus den eingereichten Vorschlägen pro Jahr mehrere neue Themen ausgewählt, die für die Versorgung von Patientinnen und Patienten von besonderer Bedeutung sind.

Den vorläufigen Bericht „Vulvodynie (Juckreiz und Schmerzen im Bereich der Vulva): Welche nicht medikamentösen Behandlungsmöglichkeiten sind erfolgsversprechend?“ - mit der Frage, welche nicht medikamentösen Behandlungsmöglichkeiten Betroffenen helfen - hatte das Institut im Dezember 2025 als vorläufigen ThemenCheck-Bericht veröffentlicht und zur Diskussion gestellt. Nach Abschluss des Stellungnahmeverfahrens wurde der Bericht überarbeitet und jetzt in seiner finalen Fassung veröffentlicht.