

## Geringeres Risiko für Endometriose nach langer Stillzeit

**Datum:** 01.09.2022

**Original Titel:**

History of breast feeding and risk of incident endometriosis: prospective cohort study

**DGP - Die Studie deutet an, dass das Endometrioserisiko durch eine lange Stillzeit vermindert werden kann. Da auch nach einer Schwangerschaft erneut eine Endometriose auftreten kann, könnte Stillen als wichtige Möglichkeit gelten, um das Risiko zu verringern.**

---

Endometriose ist eine chronische Erkrankung bei Frauen, bei der Gebärmuttergewebe auch außerhalb der Gebärmutter wächst. Endometriose wird im gebärfähigen Alter diagnostiziert und betrifft etwa 10 % aller Frauen. Symptome können neben Bauch- und Rückenschmerzen auch Entzündungen, Vernarbungen, Verklebungen und Zystenbildung sein. Damit ist die Krankheit auch eine der wichtigsten Ursachen für Unfruchtbarkeit bei Frauen.

### **Die Studie untersuchte über 70.000 Frauen**

Eine groß angelegte US-amerikanische Studie hat nun den Zusammenhang zwischen Stillen und einer Erkrankung an Endometriose untersucht. Für die Studie wurden Daten von 72394 Frauen untersucht, die mindestens einmal in ihrem Leben für mindestens 6 Monate schwanger gewesen waren. 3296 der Frauen hatten eine durch eine Bauchspiegelung belegte Endometriose.

### **Bei langer Stillzeit verringerte sich das Risiko für Endometriose um 40 %**

Bei Frauen, die in ihrem Leben insgesamt weniger als einen Monat gestillt hatten, traten 453 Fälle von Endometriose pro 100000 Personenjahren auf. Personenjahre beschreibt, wie viele Patienten für insgesamt wie viele Jahre Teil der Studie waren. Bei Frauen, die insgesamt mindestens 36 Monate gestillt hatten, traten nur 184 Fälle von Endometriose pro 100000 Personenjahren auf. Sie hatten damit ein um 40 % verringertes Risiko an Endometriose zu erkranken, als Frauen, die nur einen Monat gestillt hatten. Dabei war dieser schützende Effekt 5 Jahre nach der Geburt am stärksten. Die Forscher konnten auch sehen, dass das Ausbleiben der Regelblutung während der Stillzeit einen positiven Effekt auf das Endometrioserisiko hat.

Die Studie deutet an, dass das Endometrioserisiko durch eine lange Stillzeit vermindert werden kann. Da auch nach einer Schwangerschaft erneut eine Endometriose auftreten kann, könnte Stillen als wichtige Möglichkeit gelten, um das Risiko zu verringern.

**Referenzen:**

Farland LV, Eliassen AH, Tamimi RM, Spiegelman D, Michels KB, Missmer SA. History of breast feeding and risk of incident endometriosis: prospective cohort study. *BMJ* 2017;358:j3778 (Published 29 August 2017)

# MERKZETTEL

für das Gespräch mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt

Damit Sie viel aus dem Gespräch mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt mitnehmen, empfehlen wir Ihnen, Ihre Beschwerden, aber auch Ihre Behandlungsziele sowie alle Ihre Fragen zu notieren. Wichtig für das Arztgespräch ist eine Liste der **Medikamente oder Nahrungsergänzungsmittel**, die sie derzeit verwenden. Über eventuelle **Allergien und Unverträglichkeiten** sollten Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt ebenfalls immer informieren. Nutzen Sie hierfür unseren Vordruck „Meine Medikations- und Behandlungsübersicht“.

## Meine Beschwerden und/oder Behandlungsziele

---

---

---

## Meine Fragen

---

---

---

## Folgende Themen/Studien möchte ich besprechen

Welches Thema beschäftigt Sie? Was haben Sie z. B. in aktuellen Studien gelesen?

---

---

---

## Notieren Sie die wichtigsten Punkte des Arztgesprächs

So bemerken Sie schnell, ob Sie alles richtig verstanden haben und ob Fragen unbeantwortet blieben

Meine Notizen zum Gespräch am \_\_\_\_\_:

---

---

---

---

---

Weitere Tipps für das Arztgespräch finden Sie unter „Materialien für den Arztbesuch“