



## ENTSCHEIDUNGSHILFE

### Myome der Gebärmutter: Welche Behandlungsmöglichkeiten habe ich?

Bei Ihnen wurden Myome festgestellt. Myome sind gutartige Geschwulste in oder an der Gebärmutter. Sie können starke Regelblutungen sowie Schmerzen oder Druckgefühle im Unterleib verursachen. Bestimmte Myome können auch die Fruchtbarkeit einschränken.

Es gibt verschiedene Wege, Myome zu behandeln. Hormonbehandlungen können Beschwerden lindern und das Wachstum der Myome bremsen. Es ist aber auch möglich, die Myome mit einem Eingriff zu entfernen oder zu verkleinern – oder die Gebärmutter ganz zu entfernen.

Diese Entscheidungshilfe soll Sie dabei unterstützen, sich gemeinsam mit Ärztinnen und Ärzten für eine geeignete Behandlung zu entscheiden. Wenn Ihre Ärztin oder Ihr Arzt Ihnen eine Gebärmutterentfernung empfohlen hat, haben Sie das Recht auf eine unabhängige zweite ärztliche Meinung.

#### ES GIBT FOLGENDE BEHANDLUNGSMÖGLICHKEITEN:

|                                 |   |
|---------------------------------|---|
| <b>Hormon-<br/>behandlungen</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>hormonelle Verhütungsmittel (Pille und Hormonspirale)</li><li>GnRH-Agonisten und -Antagonisten</li></ul>                              |
| <b>Eingriffe</b>                | <ul style="list-style-type: none"><li>Myomembolisation per Katheter</li><li>Entfernung der Myome (Myomektomie)</li><li>Entfernung der Gebärmutter (Hysterektomie)</li></ul> |

*Die Vor- und Nachteile dieser Behandlungen sind auf den folgenden Seiten beschrieben.*

Daneben gibt es weitere Verfahren, um Myome gezielt mit Hitze zu zerstören. Ihre Vor- und Nachteile sind noch nicht ausreichend untersucht. Vorübergehend können auch Schmerzmittel bei akuten Beschwerden helfen. Der Nutzen anderer Behandlungen, zum Beispiel aus der Naturheilkunde, ist nicht nachgewiesen.

#### INFORMIERT ENTSCHEIDEN

Diese Entscheidungshilfe enthält wahrscheinlich nicht alle Informationen, die für Sie wichtig sind. Sie kann ein Gespräch mit der Ärztin oder dem Arzt nicht ersetzen, soll es aber unterstützen. Die Behandlungsentscheidung hängt unter anderem davon ab,

- welche Beschwerden sich bessern sollen,
- wie viele Myome Sie haben, wie groß sie sind und wo sie sich befinden,
- wie alt Sie sind und
- ob Sie noch Kinder bekommen möchten.



Auch wenn Ihre Beschwerden Sie sehr belasten: Nehmen Sie sich die Zeit, sich in Ruhe zu informieren, und lassen Sie sich bei Ihrer Entscheidung nicht unter Druck setzen.

## VOR- UND NACHTEILE DER HORMONBEHANDLUNGEN

|  | Pille   | Hormonspirale  | GnRH-Agonisten   | GnRH-Antagonisten   |
|--|---|--|--|---|
| <b>Wie läuft die Behandlung ab?</b>                | Die Pille wird täglich eingenommen. Entweder mit einer monatlichen Einnahmepause oder durchgehend ohne Pause („Langzyklus“).                                      | Die Hormonspirale wird in die Gebärmutter eingesetzt und kann 3 bis 8 Jahre lang dort bleiben.                       | Hormonspritzen, die im Abstand von 1 oder 3 Monaten gegeben werden. Nur zur kurzfristigen Behandlung (bis 6 Monate) geeignet.  | Eine Tablette wird täglich eingenommen.                     |
| <b>Für wen kommt die Behandlung infrage?</b>       | Für Frauen ohne aktuellen Kinderwunsch.   | Für Frauen ohne aktuellen Kinderwunsch.<br><br>Nur möglich, wenn die Myome nicht zu groß sind.                       | Für Frauen ohne aktuellen Kinderwunsch. Meist dient diese Behandlung der Vorbereitung einer Operation.   | Für Frauen ohne aktuellen Kinderwunsch.                     |
| <b>Wie gut kann die Behandlung helfen?</b>         | Kann eine starke Periode abschwächen und einer Blutarmut (Anämie) vorbeugen. Ob sie durch Myome bedingte Schmerzen und Krämpfe lindert, ist nicht gut untersucht. | Kann eine starke Periode abschwächen und einer Blutarmut vorbeugen. Hat keinen Einfluss auf Beschwerden durch Myome. | Kann eine starke Periode abschwächen und die Myome können schrumpfen. Verkleinerte Myome können schonender operiert werden. Nach Ende der Einnahme wachsen die Myome erneut. Meist treten auch wieder Beschwerden auf. | Kann eine starke Periode abschwächen und Schmerzen lindern. |
| <b>Welche Nachteile kann die Behandlung haben?</b> | Kopfschmerzen, Schwindel, Spannungsgefühle in der Brust, Stimmungsschwankungen.<br><br>Die Pille erhöht das Thromboserisiko.                                      | Akne, Zwischenblutungen, Stimmungsschwankungen und Spannungsgefühle in der Brust.                                    | Hitzewallungen, Schweißausbrüche oder Scheidenentzündungen.  | Kopfschmerzen, Hitzewallungen oder Zwischenblutungen.       |

## VOR- UND NACHTEILE VERSCHIEDENER EINGRIFFE

|   | Myomembolisation  | Myomentfernung   | Gebärmutterentfernung  |
|---|---|--|--|
| <b>Wie läuft die Behandlung ab?</b>                       | Bei der Myomembolisation wird unter Röntgenkontrolle ein Katheter über die Beckenarterie bis zum Myom vorgeschoben. Die Blutgefäße des Myoms werden mit kleinen Kügelchen verschlossen. Dadurch schrumpft das Myom. | Die Myome werden bei einer Operation entfernt. Es wird über einen großen Schnitt durch die Bauchdecke, eine Bauchspiegelung oder die Vagina (Scheide) operiert. Die Gebärmutter bleibt erhalten. | Die Gebärmutter samt Myomen wird über die Bauchdecke, durch eine Bauchspiegelung oder durch die Vagina entfernt.   |
| <b>Für wen kommt die Behandlung infrage?</b>              | Für Frauen mit bestimmten Myomen als Alternative zur Myom- oder Gebärmutterentfernung. In der Regel nur für Frauen ohne Kinderwunsch.   | Für die meisten Frauen mit Myomen. Bei sehr großen und sehr vielen Myomen ist der Eingriff unter Umständen nicht möglich.  | Für Frauen, die sich keine Kinder (mehr) wünschen. Für Frauen mit sehr vielen und großen Myomen, welche sich anders nicht behandeln lassen.                    |
| <b>Wie gut kann die Behandlung helfen?</b>                | Bei etwa 80 bis 90 von 100 Frauen bessern sich die Beschwerden – manchmal aber nur vorübergehend. Etwa 15 von 100 Frauen werden innerhalb weniger Jahre erneut behandelt.   | Bei etwa 90 von 100 Frauen bessern sich die Beschwerden. Myome können aber nachwachsen und Beschwerden erneut auftreten. Das passiert bei bis zu 25 von 100 Frauen.                              | Nach der Operation haben die Frauen keine Myom-Beschwerden mehr.   |
| <b>Kann ich nach der Behandlung noch Kinder bekommen?</b> | Ja, aber die Fruchtbarkeit kann verringert sein. Zudem steigt das Risiko für eine Fehlgeburt.   | Ja   | Nein   |
| <b>Welche Nachteile kann die Behandlung haben?</b>        | Schmerzen, Gefäßverletzungen, Entzündungen, Ausstoß des Myoms. Man erholt sich schneller als nach einer Myom- oder Gebärmutterentfernung.   | Verletzungen im Bauchraum oder andere Komplikationen (bei etwa 5 von 100 Operationen). Allgemeine Operationsrisiken wie Infektionen oder Wundheilungsprobleme.                                   | Verletzungen im Bauchraum oder andere Komplikationen (bei etwa 5 von 100 Operationen). Allgemeine Operationsrisiken wie Infektionen oder Wundheilungsprobleme. |

## IHRE ENTSCHEIDUNG

Nun können Sie die Vor- und Nachteile der jeweiligen Behandlungen für sich bewerten. Welche passt am ehesten zu Ihnen und Ihrer Lebenssituation – und welche eher nicht?

### WAS IST IHNEN BEI DER ENTSCHEIDUNG WICHTIG?

Hier können Sie festhalten, was Sie bei der Wahl der Behandlung besonders beschäftigt. Welche Überlegungen spielen für Ihre Entscheidung eine Rolle? Wie wichtig sind sie Ihnen? Kreuzen Sie die Aussagen an, die auf Sie zutreffen, und ergänzen Sie bei Bedarf eigene Aussagen. Sie können eine Reihenfolge festlegen: Markieren Sie die für Sie besonders wichtigen Aussagen zum Beispiel mit einer 1, die etwas weniger wichtigen mit einer 2 und so weiter.

| Welche Aussagen treffen auf mich zu?  |                       | Meine Reihenfolge (1, 2, ...) |
|---|-----------------------|-------------------------------|
| Ich frage mich, ob mir hormonelle Mittel helfen können.   | <input type="radio"/> |                               |
| Ich habe Sorgen vor den Nebenwirkungen hormoneller Mittel.  | <input type="radio"/> |                               |
| Ich frage mich, ob mir eine Operation helfen kann.  | <input type="radio"/> |                               |
| Ich mache mir Sorgen wegen der Risiken einer Operation.   | <input type="radio"/> |                               |
| Ich möchte noch Kinder bekommen können.   | <input type="radio"/> |                               |
| Die Beschwerden sind so belastend, dass ich sie auf jeden Fall dauerhaft behandeln lassen möchte. | <input type="radio"/> |                               |
| Ich habe bereits Medikamente ausprobiert, sie haben aber nicht ausreichend geholfen.              | <input type="radio"/> |                               |
| Ich habe bereits eine Operation hinter mir, sie hat aber nicht ausreichend geholfen.              | <input type="radio"/> |                               |
|   | <input type="radio"/> |                               |
|   | <input type="radio"/> |                               |

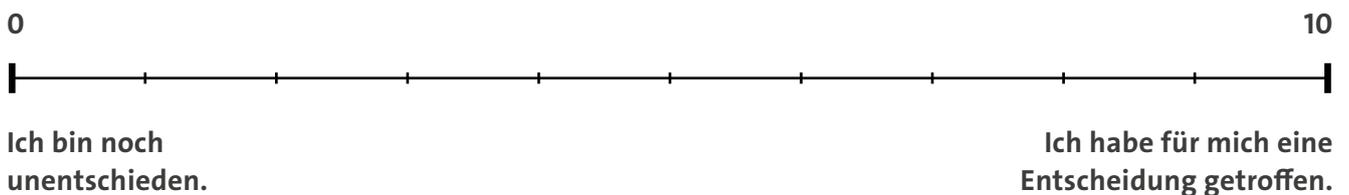
## WELCHE BEHANDLUNG KOMMT FÜR SIE INFRAGE?

Hier können Sie die einzelnen Behandlungen einschätzen. Kreuzen Sie in der Tabelle an, welche Behandlungsmöglichkeit Sie sich vorstellen können, und tragen Sie ein, was für Sie dafür und dagegen spricht.

| Welche Behandlung kommt für mich infrage? |                          | Was spricht für mich dafür? | Was spricht für mich dagegen? |
|---|--------------------------|-----------------------------|-------------------------------|
| Pille                                     | <input type="checkbox"/> |                             |                               |
| Hormonspirale                             | <input type="checkbox"/> |                             |                               |
| GnRH-Agonisten                            | <input type="checkbox"/> |                             |                               |
| GnRH-Antagonisten                         | <input type="checkbox"/> |                             |                               |
| Myomembolisation                          | <input type="checkbox"/> |                             |                               |
| Myomentfernung                            | <input type="checkbox"/> |                             |                               |
| Gebärmutterentfernung                     | <input type="checkbox"/> |                             |                               |

## WIE WEIT SIND SIE MIT IHRER ENTSCHEIDUNG?

Hier können Sie eintragen, wie weit Sie mit Ihrer Behandlungsentscheidung sind. Markieren Sie den Stand Ihrer Entscheidung auf der Skala von 0 bis 10.



Wenn Sie noch unentschieden sind und weitere Unterstützung brauchen, finden Sie auf den nächsten Seiten Hinweise und weitere Informationen.

## WAS BRAUCHEN SIE NOCH FÜR IHRE ENTSCHEIDUNG?

Angesichts der verschiedenen Vor- und Nachteile kann es schwerfallen, sich für eine Behandlung zu entscheiden. Falls Sie weitere Unterstützung brauchen, können Sie Folgendes tun:

|  |  |
|--|--|
| <b>Wissen</b><br>Wenn Sie das Gefühl haben, nicht ausreichend informiert zu sein                         | <input type="checkbox"/> Schreiben Sie Ihre Fragen auf.<br><input type="checkbox"/> Notieren Sie, wo Sie die Antworten darauf bekommen können (zum Beispiel im Internet, in einer Bücherei, einer Arztpraxis oder einer Beratungsstelle).<br><input type="checkbox"/> Bei Gebärmutterentfernung: Sie haben das Recht auf eine zweite ärztliche Meinung. Dazu finden Sie Hinweise auf der nächsten Seite.<br><input type="checkbox"/> Auf der nächsten Seite finden Sie außerdem Links zu weiteren Informationen.   |
| <b>Bewertung</b><br>Wenn Sie sich nicht sicher sind, welche Vor- und Nachteile Ihnen am wichtigsten sind | <input type="checkbox"/> Sprechen Sie mit Menschen, die die Vor- und Nachteile aus eigener Erfahrung kennen.<br><input type="checkbox"/> Sprechen Sie mit anderen, die eine solche Entscheidung bereits getroffen haben.<br><input type="checkbox"/> Lesen Sie Erfahrungsberichte darüber, was für andere besonders wichtig war.<br><input type="checkbox"/> Besprechen Sie mit anderen, was für Sie selbst am wichtigsten ist.  |
| <b>Unterstützung</b><br>Wenn Sie das Gefühl haben, nicht ausreichend unterstützt zu werden               | <input type="checkbox"/> Besprechen Sie die verschiedenen Möglichkeiten mit einer Vertrauensperson (zum Beispiel Ihrer Ärztin, jemandem aus Ihrer Familie oder einem Freund).<br><input type="checkbox"/> Nehmen Sie diese Entscheidungshilfe zu Ihrem nächsten Arzttermin mit und besprechen Sie sie mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt.<br><input type="checkbox"/> Wenden Sie sich an eine Patientenberatungsstelle oder Selbsthilfegruppe. Dazu finden Sie ebenfalls Hinweise auf der nächsten Seite.<br><input type="checkbox"/> Suchen Sie sich Unterstützung für Ihre Wahl (zum Beispiel finanzielle Unterstützung, Transport oder Begleitung bei nötigen Wegen, Kinderbetreuung).                |
| Wenn Sie sich von anderen unter Druck gesetzt fühlen, sich für eine bestimmte Möglichkeit zu entscheiden | <input type="checkbox"/> Konzentrieren Sie sich auf die Meinungen der wichtigsten Personen.<br><input type="checkbox"/> Besprechen Sie diese Entscheidungshilfe mit anderen.<br><input type="checkbox"/> Bitten Sie andere darum, diese Entscheidungshilfe auszufüllen. In welchen Punkten stimmen Sie überein? Wenn Sie sich bei den Fakten nicht einig sind, beschaffen Sie weitere Informationen. Wenn Sie über die wichtigsten Punkte nicht derselben Ansicht sind, denken Sie über die Meinung der anderen Person nach. Hören Sie sich wechselseitig zu, was Ihnen am wichtigsten ist.<br><input type="checkbox"/> Suchen Sie sich eine neutrale Person, die Ihnen und anderen Beteiligten hilft. |

## AUSFÜHRLICHE INFORMATIONEN ZU FOLGENDEN THEMEN FINDEN SIE IM INTERNET:

|   |   |
|---|---|
|  | <b>Myome und ihre Behandlungsmöglichkeiten</b><br><a href="http://www.gesundheitsinformation.de/myome-der-gebaermutter">www.gesundheitsinformation.de/myome-der-gebaermutter</a>  |
|  | <b>Im Krankenhaus</b><br><a href="http://www.gesundheitsinformation.de/im-krankenhaus">www.gesundheitsinformation.de/im-krankenhaus</a>   |
|  | <b>Operationen</b><br><a href="http://www.gesundheitsinformation.de/operationen">www.gesundheitsinformation.de/operationen</a>  |
|  | <b>Ärztliche Zweitmeinung</b><br><a href="http://www.gesundheitsinformation.de/zweitmeinung">www.gesundheitsinformation.de/zweitmeinung</a>   |
|  | <b>Patientenberatungsstellen und Selbsthilfegruppen</b><br><a href="http://www.gesundheitsinformation.de/selbsthilfegruppen-und-beratungsstellen">www.gesundheitsinformation.de/selbsthilfegruppen-und-beratungsstellen</a> |

## HILFE FÜR DAS ARZTGESPRÄCH

Welche Fragen sind noch offen? Was beschäftigt Sie noch? Notieren Sie sich Ihre Fragen oder eigenen Überlegungen für das Gespräch.

Hier finden Sie eine Liste möglicher Fragen:

[www.gesundheitsinformation.de/frageliste](http://www.gesundheitsinformation.de/frageliste)

---

---

---

---

---

---

---

## HERAUSGEBER

Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im  
Gesundheitswesen (IQWiG)

[www.gesundheitsinformation.de/ueber-uns](http://www.gesundheitsinformation.de/ueber-uns)

Stand: 03/2025

---

Das Format dieser Entscheidungshilfe basiert auf folgenden Vorarbeiten:

- Ottawa Personal Decision Guide. O'Connor, Stacey, Jacobsen 2012. Ottawa Hospital Research Institute and University of Ottawa, Canada. [Deutsche Übersetzung und Adaption: IQWiG 2013]
- MAKING SDM A REALITY – Vollimplementierung von Shared Decision Making im Krankenhaus – G-BA Innovationsfonds 2023
- Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG). Erstellung einer Entscheidungshilfe zu Gebärmutterentfernungen: Rapid Report; Projekt P18-01. 2019.