

Wir können uns auch selbst untersuchen

Autor(en): **[s.n.]**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Emanzipation : feministische Zeitschrift für kritische Frauen**

Band (Jahr): **6 (1980)**

Heft 4

PDF erstellt am: **22.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-359244>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

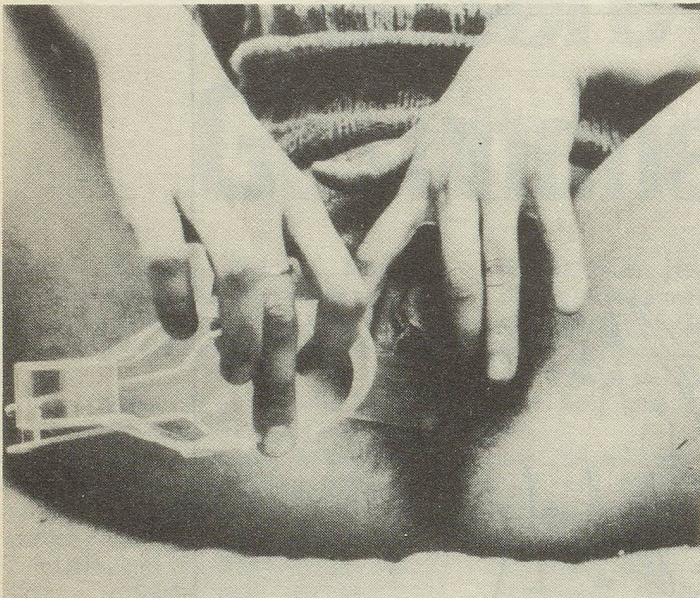
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Wir können uns auch selbst untersuchen

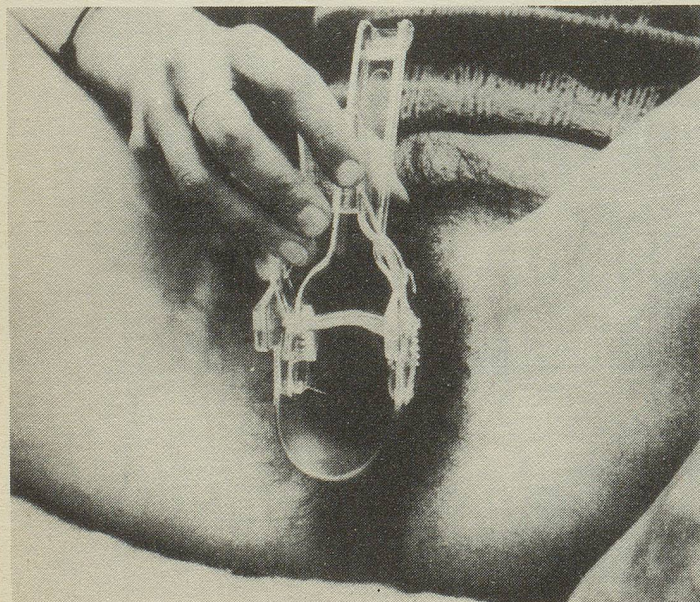


zu Bild 1

Zur Selbstuntersuchung brauchen wir ein Plastikspekulum, einen Spiegel und eine Taschenlampe.

Wir legen uns entspannt hin und stützen dazu unseren Oberkörper mit einem Kissen im Rücken ab. Wir winkeln die Beine leicht an und heben beim Einführen des Spekulum nicht den Kopf, damit die Bauchmuskulatur nicht angespannt wird. Wir haben zwei Möglichkeiten, das Spekulum einzuführen: entweder mit dem Griff nach oben oder mit dem Griff seitlich und drehen dann den Griff nach oben. Seitlich ist es einfacher, da sich dann das Spekulum der Scheidenmuskulatur angleicht. Beim Einführen schliessen wir die Spekulumspitzen und entfalten mit der Hand die Venuslippen. Dann schieben wir das Spekulum vorsichtig in die Scheide.

Den Spiegel und die Lampe haben wir griffbereit neben uns. Wir öffnen das Spekulum stufenweise (meistens bis zur 3. Raste, das genügt).



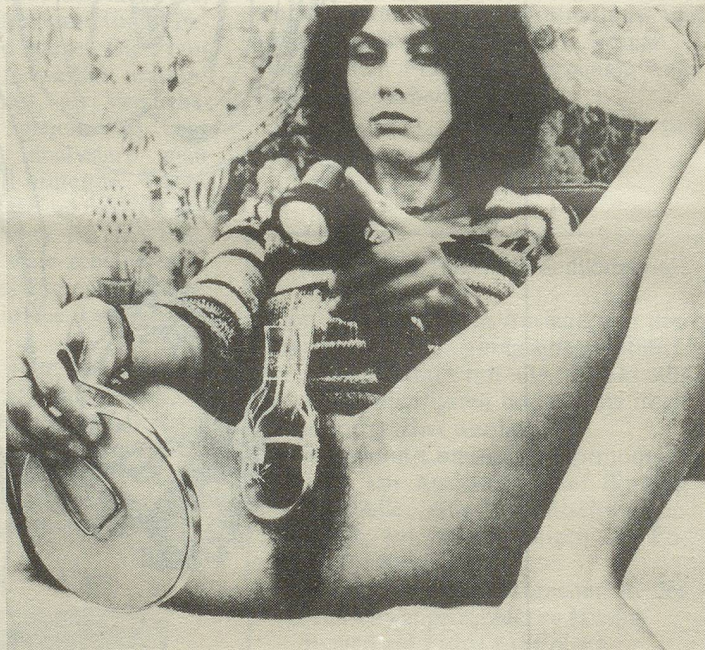
zu Bild 3

Ist das Spekulum festgestellt, können wir mit der einen Hand den Spiegel halten und mit der Taschenlampe entweder in den Spiegel oder in die Vagina leuchten.

Manchmal ist der Muttermund nicht sofort sichtbar. Das kann daran liegen, dass du noch ungeübt bist oder dass er im Augenblick ungünstig liegt. Oft rutscht er an die richtige Stelle, wenn wir das Spekulum ein Stückchen herausziehen und die Bauchdecke mit der Hand leicht herunterdrücken oder kurz husten. Eine andere Frau kann uns behilflich sein.

Nach der Untersuchung müssen wir beim Herausziehen unbedingt darauf achten, dass das Spekulum geöffnet bleibt, da wir sonst die Schleimhautfalten einklemmen, was sehr weh tut. Danach säubern wir das Spekulum mit heissem Wasser und ab und zu, besonders wenn wir eine Infektion haben, legen wir es in Desinfektionslösung, z.B. Desogen.

Am besten hat jede Frau ihr eigenes Spekulum.



Mit der Selbstuntersuchung lernen wir herauszufinden, was für uns individuell normal ist, d.h. wir haben durch Vergleiche in der Gruppe gelernt, dass bei jeder Frau der Muttermund eine unterschiedliche Farbintensität hat. Wenn wir uns regelmässig untersuchen, können wir kleinste Veränderungen sofort sehen; denn nur wir wissen wie unser Muttermund normalerweise aussieht.

Frauen haben festgestellt, dass sich die Farbe nach der Befruchtung verändert, sie wird dunkler, bläulicher. Das kann kein Frauenarzt, der uns einmal pro Jahr sieht, beurteilen. Daher ist das auch im medizinischen Lehrbuch als unsicherer Schwangerschaftsnachweis beschrieben.

TABELLE ZUR SELBSTUNTERSUCHUNG: BEISPIEL

DATUM ZYKLUS- TAG	ALLGEMEINZUSTAND (Medikamente)	VAGINA	GEBÄRMUTTERHALS		MUTTERMUND		ZEICH- NUNG	
			Farbe	Schleim	Lage	Farbe		Öffnung
1.4.76 12	nervös, viel Stress	bräunlich- rosa	hell gelblich, etwas mehr als gestern dünnflüssig	genau in der Mitte	hell und klar	kleiner, roter Rand	rund	noch im Mutter- mund