

Wie wird man als Mann Autor
von einem Buch zu diesem Thema?

Na ja,

- wenn man Frauenarzt ist,
- einiges an Selbsterfahrung mitbringt
- und sich für dieses Thema aufgrund der ersten beiden Gründe spezialisiert hat.

Ich bin 35 Jahre alt und leide seit mindestens 15 Jahren unter einer chronischen Scheidenpilzkrankung. Ich habe wirklich keine Idee mehr, was ich tun soll. Der Pilz kommt in der letzten Zeit fast jeden Monat wieder. Meine Ernährung habe ich schon vor einem Jahr umgestellt. Wir essen zu Hause keinen Zucker – das ist ganz schwer, weil zum Beispiel alle Wurst, jeder Schinken hat Zucker, sogar im Naturjoghurt ist Zucker drin. Wir nehmen kein Weißmehl, keine zuckerhaltigen Lebensmittel, viel Salat und Gemüse, am häufigsten Brokkoli und Kartoffel, Reis, etwa zweimal wöchentlich Nudeln und Fleisch. Natürlich habe ich – selten, aber doch – Gusto auf Kuchen oder Eis. So viel Genuss darf wohl sein im Leben, oder? Als Brot nehme ich Roggenbrot, gekocht wird mit Olivenöl. Ich versuche jeden Tag eineinhalb bis zwei Liter Wasser zu trinken. Kaffee trinke ich mit einem Schluck fast fettfreier Leichtmilch. Einmal habe ich eine einjährige Antipilzdiät gemacht, am Ende wog ich 48 Kilo. Das möchte ich nicht mehr machen. Jetzt bin ich auch schon so dünn. Ich betreibe keine übertriebene Intimhygiene, wasche nur mit Wasser, mache keine Spülungen und trotz Döderlein-Med-Scheidenkapseln, die ich ca. zwölf Tage nach-

einander eingesetzt habe, ist der Pilz wiedergekommen. Waschen auf 60° C, keine Slipeinlage und Tangaunterhose. Der Frauenarzt schreibt wie üblich Candibene Zäpfchen und Creme + Flucosept 150 mg 2 Stk. auf. Der Hausarzt sagt, es gibt keinen Zusammenhang mit Ernährung und mit Hormonen. Ich denke, die Ernährung ist wichtig, weil dieser Pilz vom Darm kommt. Mein Partner hat keine Beschwerden, aber er cremt auch fleißig ein, wenn ich Probleme habe. Ich nehme keine Pille, Blutzucker ist in Ordnung. Ich versuche noch eine Kapsel für gesunden Darm (Florea), dann sehen wir einmal, ob das hilft. Grapefruit- und Kernöltropfen trinke ich jeden Tag zweimal 25 Tropfen. Vielleicht haben Sie noch eine Idee, was ich noch anders machen könnte, dass der Pilz nicht so oft kommt. Ich wäre schon sehr froh, wenn ein halbes Jahr ohne Scheidenpilz irgendwie gehen würde ...“

E-Mails wie dieses bekomme ich sehr oft, das Kapitel „Erfahrungen aus dem Leben“ in diesem Buch zeigt eine Auswahl. Die Patientenfragen zeigen deutlich, wie ausweglos die Situation rund um eine chronische Vaginalinfektion sein kann. Darüber hinaus handelt es sich dabei um ein Tabuthema, weil niemand gern zugibt, an einer chronischen Infektion zu leiden. Im Internet gibt es zahllose Tipps und Tricks, hilfreich sind sie zumeist nicht. Der physische Leidensdruck führt schließlich zu einem psychischen, da das Sexualleben mächtig leidet und Partnerschaften gefährdet werden oder gar zu Ende gehen. Die chronische Vaginalinfektion ist (außer in manchen Fällen) nicht unbedingt gefährlich, aber sie ist äußerst lästig. Sie nervt die betroffene Person, den Partner und oft auch die behandelnden Ärzte. In den meisten Fällen führt sie zu wiederholtem Arztwechsel.

Das muss jedoch nicht sein! Und das soll in diesem Buch gezeigt werden. Viele Frauen, aber auch Männer – die leiden nämlich mit! – werden sich und ihre Probleme beim Lesen dieser Lektüre wiederfinden.

Ich bin überzeugt, dass dieses Buch die beiden von mir in Anspruch genommenen Ziele erreicht:

- Aufklärung über das Thema, die richtige Diagnose und die Therapie
- Enttabuisierung des Problems der chronischen Vaginalinfektion

Wissen Sie, warum ich dieses Buch sehr schnell schreiben konnte? Die Antwort ist einfach: Die täglichen Gespräche mit betroffenen Frauen

machten es mir leicht, die Worte zu Papier zu bringen. Im Prinzip wiederhole ich täglich die gleichen Erklärungen, Zusammenhänge, Strukturen und allgemeine Informationen. Diese habe ich nun zusammengefasst und bringe auf diese Weise sicherlich das nötige Licht ins Dunkel der chronischen Vaginalinfektion.

Andererseits ist mir ein echtes Anliegen, mit Halbwahrheiten, Behauptungen oder – besser gesagt – den vielen Märchen aufzuräumen, die rund um dieses Thema verbreitet werden. Viele, teilweise auch gut gemeinte Ratschläge oder jene Tipps, die durch mangelnde Prüfung beziehungsweise Unwissenheit weitergegeben werden, helfen in der Sache einfach nicht weiter und müssen vermieden werden.

Ich will Wege aufzeigen, wie man als Frau – aber auch als Partner von Betroffenen – mit einem Problem fertig wird, das nicht nur die Gesundheit beeinflusst, sondern auch den Alltag, die Psyche, die Sexualität und vor allem natürlich das Verhältnis zum Partner.