

Das erste Mal beim Frauenarzt

Das erste Mal zu einer Sprechstunde bei Frauenärztin oder Frauenarzt zu gehen, ist für Mädchen und junge Frauen meist besonders schwer. Oft ist der Besuch, im Nachhinein betrachtet, dann aber doch gar nicht so schlimm. Von Deinen Freundinnen hast Du vielleicht schon etwas über den Besuch dort erfahren, trotzdem sind sicher noch ganz viele Fragen unbeantwortet und ebenso auch Ängste vorhanden, so dass dem ersten Termin dann schon mit etwas Unbehagen entgegen gesehen wird. Damit Du aber siehst, dass Du mit Deinen Fragen, Ängsten und Problemen nicht alleine bist, kannst Du Dich nun hier auf dieser Seite informieren, was Dich ungefähr zu erwarten hat und nebenbei haben wir versucht, die wichtigsten Fragen vorab schon einmal zu beantworten:

- Wann ist der Besuch bei der Frauenärztin/beim Frauenarzt nötig?
- Wie finde ich die richtige Praxis?
- Was passiert beim ersten Besuch?
- Was möchte die Frauenärztin/der Frauenarzt von mir wissen?
- Wie läuft eine Untersuchung ab?
- Was erfahren meine Eltern?
- Ab wann bekomme ich die Pille verschrieben?

Wann ist der Besuch bei der Frauenärztin/beim Frauenarzt nötig?

Auch ohne akute körperliche Beschwerden kannst Du zu einer Frauenärztin oder zu einem Frauenarzt gehen, sobald Du das **Bedürfnis hast Fragen zu stellen** in Bezug auf Deinen Körper, Sexualität und Verhütungsmethoden. Dein Alter spielt dabei keine Rolle.

Dabei ist es ratsam, vorab telefonisch einen Termin für die so genannte Teenagersprechstunde zu vereinbaren. Das ist die Sprechstunde eigens für Mädchen und junge Frauen, wo Du Praxis und die Ärztin oder den Arzt in Ruhe kennen lernen kannst.

In besonders dringenden Fällen, wie z.B. Problemen mit Deiner Regel oder wenn diese bis zu Deinem 16. Lebensjahr ganz ausbleibt oder nur unregelmäßig auftritt oder bei Schmerzen in Unterleib oder Brust, kannst Du natürlich auch ohne Termin in eine Praxis Deiner Wahl gehen

Wie finde ich die richtige Praxis?

Da das Vertrauen zwischen Arzt/Ärztin und Patientin sehr wichtig ist, solltest Du genauestens überlegen, zu welchem Frauenarzt Du gehen möchtest. Auf keinen Fall solltest Du wahllos irgendeinen aufsuchen.

Wichtig ist auch, Dir zu überlegen, ob Du Dich von einem Mann (Frauenarzt) oder doch lieber von einer Ärztin untersuchen lassen möchtest. Ein Blick ins Internet lohnt meist,

denn da stellen sich viele Praxen vor, oftmals mit Foto der Praxis und des Praxisteam sowie einer Leistungsbeschreibung, in der dann auch die schon erwähnte **Teenagersprechstunde** aufgeführt sein sollte.

Bist Du noch unsicher, höre Dich doch einmal in Deinem Freundinnen- und Bekanntenkreis um. Oft war eine Freundin schon bei einer Frauenärztin/ Frauenarzt und weiß, wo eine Teenagersprechstunde angeboten wird und kann davon berichten. Aber auch Deine Mutter ist in jedem Fall als Rat-geberin denkbar. Eine persönliche Empfehlung ist meist sowieso besser als das Telefonbuch.

Was passiert beim ersten Besuch?

Bei Deinem ersten Besuch in der Frauenarztpraxis wird meist nur ein einleitendes **Gespräch** geführt und Du kannst Dir die Praxis anschauen. So wirst Du vielleicht nachher erleichtert feststellen, dass alles gar nicht so schlimm ist, wie Du es Dir ausgemalt hast.

Du kannst generell Deine Frauenärztin/Deinen Frauenarzt alles fragen. Alle Deine Fragen sind wichtig und werden dementsprechend auch ernst genommen und doofe Fragen gibt es gleich gar nicht. Am besten Du notierst vor Deinem Besuch all Deine Fragen, Ängste und/oder Bedenken. Schnell ist in der Aufregung etwas vergessen, was Du eigentlich schon immer mal fragen wolltest.

Es kann aber auch sein, dass gleich schon bei Deinem ersten Besuch eine Untersuchung durchgeführt wird. Dies ist nötig bei Schmerzen, oder wenn es um Verhütung geht. In diesem Falle brauchst du aber keine Angst zu haben, denn die Frauenärztin/der Frauenarzt erklärt Dir alles ganz genau und im Normalfall dauert die Untersuchung auch nicht lang. Sie dient lediglich dazu, zu überprüfen, ob alles in Ordnung ist und Du kannst dann erleichtert wieder heimgehen, wenn Dir gesagt wird, dass es gut um Deine Gesundheit steht.

Übrigens darfst Du selbstverständlich von einer Person Deiner Wahl zum Gespräch begleitet werden.

Was möchte die Frauenärztin/der Frauenarzt von mir wissen?

Bei Deinem ersten Besuch in der Teenagersprechstunde musst Du normalerweise ein **Formular ausfüllen** mit Deinem Namen, Alter und Adresse. Weiterhin, damit die Frauenärztin/der Frauenarzt Dich kennen lernen kann, werden einige Fragen zu Deiner (Kranken-) Vorgeschichte gestellt:

- Welche Krankheiten, auch Kinderkrankheiten hast Du in Deinem Leben durchgemacht und wurdest Du schon einmal an der Brust oder im Unterbauch operiert? Nimmst Du regelmäßig Medikamente ein?
- Haben oder hatten Deine Eltern schwere Krankheiten?
- Besitzt Du einen Impfausweis?
- Wann hattest Du zum ersten Mal Deine Menstruationsblutung und wann war die letzte Blutung?
- Ist Deine Blutung regelmäßig oder unregelmäßig. Führst Du einen Regelkalender?
- Hast Du momentan Beschwerden und wenn ja, welche?



Wie läuft eine Untersuchung ab?

Eine spezielle Vorbereitung ist für die Untersuchung nicht nötig. Wasche Dich normal, möglichst nur mit reinem Wasser und zieh Dir möglichst bequeme Kleidung an, wie z.B. ein langes T-Shirt, ein weiter Rock oder ein Kleid, damit Du Dich auch ausgezogen einigermaßen wohl fühlst.

Im Untersuchungszimmer gibt es eine Umkleidekabine, dahin kannst Du Dich zum An- und Ausziehen zurückziehen. Du kannst sogar Deine Kleidung während der Untersuchung anlassen, es reicht den Slip auszuziehen. Gerade bei der ersten Untersuchung fühlst Du Dich dann nicht allzu nackt. Es gibt auch keinen Grund sich unwohl zu fühlen, bedenke dass die Ärztin/der Arzt täglich solche Untersuchungen durchführen und es demzufolge sehr normal ist für sie/ihn.

Liegst Du dann auf dem Untersuchungsstuhl, dem gynäkologischen Stuhl, ist es ratsam, an etwas ganz anderes zu denken, damit Du so unverkrampft wie möglich bleibst. Sobald Dir etwas weh tut, oder Dir was unangenehm ist, sagst Du sofort Bescheid und es wird abgebrochen.

Die reine **Untersuchung ist schon nach wenigen Minuten beendet** und falls die Brust noch untersucht wird, kannst Du Dir schon „untenrum“ was drüber ziehen, während Du dich „obenrum“ frei machst. Auch das ist nach kurzer Zeit überstanden und Du kannst Dich vollständig wieder anziehen.

Was erfahren meine Eltern?

Vor Deinem 14. Geburtstag muss die Ärztin/der Arzt **Deinen Eltern auf Anfrage Auskunft** erteilen. Im Alter **zwischen 14 und 16 liegt es dann an Deiner Ärztin/Deinem Arzt**, ob in bestimmten Situationen Deine Eltern mit in die Praxis kommen sollen. Sage aber der Ärztin/dem Arzt unbedingt Bescheid, wenn Deine Eltern nichts über Deinen Besuch in der Praxis erfahren sollen. So kannst Du beruhigter aus der Sprechstunde gehen. Sobald Du dann aber **16** bist, gilt die **ärztliche Schweigepflicht** und niemand wird von Deinem Besuch beim Arzt erfahren – es sei denn Du willst es.

Ab wann bekomme ich die Pille verschrieben?

Bist Du **unter 14 Jahren**, darf Dir Deine Frauenärztin/Dein Frauenarzt die Pille **nicht ohne Einwilligung Deiner Eltern** oder eines Elternteils verschreiben, sonst macht sie/er sich strafbar. **Zwischen 14 und 16 liegt es dann im Ermessen Deiner Ärztin/Deines Arztes** ob sie ohne elterliche Einwilligung verschrieben wird. Vielleicht wird daher während der Sprechstunde ein Gespräch mit Dir geführt, worin abgeklärt werden soll, ob Du wirklich schon die Reife besitzt um Geschlechtsverkehr zu haben. Dies gilt auch, wenn Du unter 14 bist und die Pille haben möchtest.

Ab 16 entscheidest du dann komplett selbst, ob Du Dir die Pille verschreiben lassen willst und es gilt die ärztliche Schweigepflicht, d.h. Deine Eltern dürfen nichts davon erfahren, wenn du es nicht ausdrücklich erlaubst.

