



nicht einschränken lassen. Aber es gibt Tage, an denen ich mich einschränken muss. Besonders während meiner Periode. Wenn das Aufstehen wieder ein Kampf ist und es nur eine bequeme Position gibt. Ich schätze mich jedoch als glücklich, denn ich leide sicherlich nicht so schlimm wie andere. Das bedeutet jedoch nicht, dass ich keine schlechten Tage habe. Um meine Periode so angenehm wie möglich zu machen, helfe neben Schmerzmitteln und Magnesium auch eine warme Bettflasche, Tees und ein kleines Menstruationspad. Dieses strahlt Wärme und kleine Vibrationen aus, wenn ich es auf meinen Unterleib klebe. Schmerzfrei sind meine Tage nicht, aber ich kann es wenigstens aushalten.

«Tu nicht so, es kann nicht so schlimm sein»

Meine Familie ist sehr verständnisvoll. Alle wissen, dass ich während meiner Tage eine andere Person bin. Ich reagiere schnell gereizt (wer wäre das nicht, wenn er konstant Schmerzen hat?) und eher launisch. Leider bekommen sie das am meisten zu spüren. Nur selten gab es Kommentare wie: «Tu nicht so, es kann nicht so schlimm sein.» Seit der Diagnose haben solche Aussagen gänzlich aufgehört.

Vor der Operation kam ein Kommentar, der mir wehtat. Meine Mutter sagte mir, sie rechne damit, dass ich keine Endometriose habe und meine Schmerzen normal seien. Als junge Frau habe sie ebenfalls schmerzhafte Perioden gehabt und die Schmerzen würden mit der Zeit weggehen. Ich fühlte mich, als würde sie mir nicht glauben. Jetzt, mit etwas Distanz betrachtet, weiss ich, dass sie es nicht so meinte. Sie sprach wohl als eine Mutter, die nicht will, dass ihre Tochter an einer chronischen Krankheit leidet. Welche Mutter will das schon?

Seit der Diagnose stosse ich auf mehr Verständnis

Seit meiner Diagnose hat sich mein Leben nicht gross verändert. Aber nun, da ich einen Grund für meine Schmerzen habe – dem Ganzen einen Namen geben kann –, fühle ich mich etwas leichter. Ich kann anderen Menschen sagen, dass ich an einer chronischen Krankheit namens Endometriose leide. Vielen muss ich zwar erklären, was das ist, aber ich merke, dass ich auf mehr Verständnis stosse als früher, als ich einfach Schmerzen während meiner Tage hatte.

Ich habe auch beschlossen, dass für mich ein offener Umgang mit dem Thema der richtige Weg ist. Endometriose ist ein Teil von mir und bis jetzt gibt es keine Heilung. Je mehr darüber gesprochen wird, desto eher können andere Menschen realisieren, dass es einen Grund für ihre Regelschmerzen gibt und dass es nicht normal ist, jeden Monat Höllenqualen zu leiden. Und auch, dass man mit den Schmerzen nicht allein ist.

.....
*Melanie Köchli, 25, kommt aus Sarmenstorf und ist Praktikantin bei CH Media.

Melanie Köchli:
«Endometriose definiert mich nicht, aber es hilft, eine Diagnose zu haben.»

Bild: Sandra Ardizzone



Direkt nach der Bauchspiegelung: Ich fühlte mich miserabel, aber erleichtert. Foto: mek

schlafen und mich immer noch müde fühlen. Endometriose führt bei vielen Frauen auch zu Problemen beim Schwangerwerden. Ja, ich möchte irgendwann Kinder, aber dieses Problem muss ich wohl in der Zukunft angehen. Vielleicht habe ich Glück und sehe mich mit keinerlei Schwierigkeiten konfrontiert. Da ich es nicht weiss, geistern mir diese Gedanken immer wieder im Kopf herum und stimmen mich nachdenklich – ändern kann ich es nicht.

Ich will mich nicht einschränken lassen

Blähungen gehören ebenfalls zu meinem Alltag. Zudem kann es vorkommen, dass ich aus dem Nichts Schmerzen im Unterleib verspüre, obwohl ich meine Tage nicht habe. Die Depressionen, die mich seit Jahren begleiten, sind nicht nur auf die Endometriose zurückzuführen, aber die regelmässigen Schmerzen helfen sicher nicht.

Trotzdem lebe ich ein normales Leben. Ich treffe mich mit Freunden, arbeite, habe Hobbys und mache Sport. Ich will mich

Psychiatrische Dienste melden Höchstwerte

Die PDAG hatten noch nie so viele Patienten wie 2021.

Jahresbericht Wie die meisten Institutionen im Gesundheitswesen waren die PDAG 2021 durch die Coronavirus-Pandemie mit grossen Herausforderungen konfrontiert, heisst es in der Mitteilung. Knapp 25 000 Patientinnen und Patienten wurden 2021 behandelt – ein neuer Höchstwert. Negative Auswirkungen haben trotz der grossen Herausforderungen eingedämmt werden können. Der Jahresgewinn der PDAG beläuft sich auf 7,2 Millionen Franken. Dennoch resultierten auf finanzieller Seite ein Mehraufwand und Mindererträge, heisst es weiter.

Der Kanton Aargau hat für die Auswirkungen von Covid-19 eine Abgeltung von 1,9 Millionen Franken geleistet. Dieser Betrag sei, relativ zu den anderen Spitälern im Kanton, unterdurchschnittlich, wie es in der Mitteilung weiter heisst. Die Coronavirus-Pandemie führte auch zu mehr und oft zu schwerer erkrankten Patientinnen und Patienten. Die PDAG hätten jedoch eine gute Balance gefunden, um sowohl

den Schutz von Patientinnen, Patienten und Mitarbeitenden zu gewährleisten als auch das Behandlungsangebot in hoher Qualität sicherzustellen. 2021 wurden die Ambulatorien an den Standorten Aarau, Baden und Rheinfelden ausgebaut, ebenso das Home Treatment. Bereits jetzt erfolgen drei Viertel aller Behandlungen ambulant, die Nachfrage steige. Dadurch würden die Wartezeiten reduziert, so die PDAG.

Im stationären Bereich erhöhen durch den Erweiterungsbau der Forensischen Psychiatrie drei zusätzliche Stationen die raren Behandlungsplätze für psychisch kranke Straftäterinnen und Straftäter. Dank der Ebitda-Marge von 8,7 Prozent sind die PDAG in der Lage, Investitionen in den Ausbau der integrierten Versorgung, zeitgemässe Räumlichkeiten, die zum Wohlbefinden beitragen, und in Innovations- und Digitalisierungsprojekte für einfachere und kürzere Abläufe auch zukünftig aus der eigenen Ertragskraft zu finanzieren. (az)

Zeugenaufruf: Familie zu Hause gefesselt und ausgeraubt

Jonen Am 23. Mai meldete ein 26-jähriger Mann gegen 12.30 Uhr, dass seine Grossmutter, seine Cousine und er überfallen worden sind. Zwei männliche Personen hätten sich Zutritt zum Wohnort an der Weingasse in Jonen verschafft und dabei Schmuck und Bargeld entwendet. Die unbekannte Täterschaft flüchtete. Die zwei Männer werden wie folgt beschrieben: Männliche Person, ca. 190 cm gross, ca. 45 Jahre alt, kurze, helle Haare, festere Statur, Muttermal unter der Lippe, braune Augen, rasiert im Gesicht, graues T-Shirt, helle Jeans, schwarze Schuhe, sprach gebrochen Deutsch, unmaskiert, bewaffnet. Die zweite Person: Männlich, ca. 172–175 cm gross, ca. 25 Jahre alt, dunkle Haare, magere Statur, auffällig buschige Augenbrauen, grüne oder blaue Augen, blaues Langarmhemd, kurze Jeans, weisse halbhohe Schuhe, grauer kleiner Rucksack, sprach Englisch, maskiert mit einer schwarzen Sturmhaube. Personen, die Angaben zum Vorfall machen können, werden gebeten, sich mit der Zentralen Ermittlung (Tel. 062 835 81 81) in Verbindung zu setzen. (az)

ANZEIGE

Jetzt bewerben!

Das Förderprogramm der AKB unterstützt Ideen für eine nachhaltige Zukunft.



Anmeldeschluss:
24. Juli 2022

Eine Zusammenarbeit der Aargauischen Kantonalbank (AKB) und der Hochschule für Wirtschaft FHNW für die nachhaltige Zukunft in unserer Region. Ausgewählte Unternehmen werden in ihren Nachhaltigkeitsbestrebungen unterstützt. Damit wird in der Region Wirkung erzielt, die Mensch, Natur und Wirtschaft zugutekommt. Teilnehmende Unternehmen profitieren von einem massgeschneiderten Massnahmenpaket.



Weitere Informationen und Anmeldung unter akb.ch/foerderprogramm

n|w

Fachhochschule Nordwestschweiz
Hochschule für Wirtschaft

Am
nichtigen
Ort.ch



Aargauische
Kantonalbank