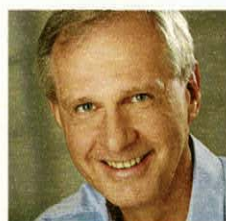


Einfach
Gesund

Sind Tampons gefährlich?

Immer wieder werden neue
Schock-Meldungen bekannt.
Aber was ist da wirklich dran?



**Unser
Experte
Prof. Bernd
Kleine-Gunk**

Gynäkologe am Metro
Medical Center Nürnbe.

Für die meisten Frauen sind sie selbstverständlicher Bestandteil der Monatshygiene, doch in letzter Zeit geraten Tampons immer mehr in Verruf: Sie sollen lebensgefährliche Infektionen auslösen. Wir haben mit Professor Bernd Kleine-Gunk, Gynäkologe und Präsident der Deutschen Gesellschaft für Prävention und Anti-Aging Medizin (GSAAM e.V.) darüber gesprochen:

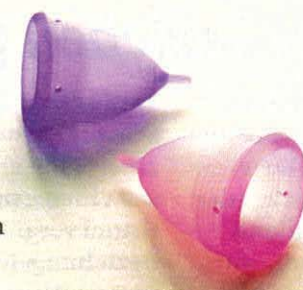
Professor Kleine-Gunk, können uns Tampons tatsächlich schaden?

„Es gibt in der Tat ein durch Tampons hervorgerufenen Krankheitsbild, das glücklicherweise sehr selten ist, dafür aber schwerwiegende, im Extremfall sogar tödliche Folgen haben kann: das sogenannte toxische Schocksyndrom (TSS). Dahinter verbirgt sich folgender Sachverhalt: Wird ein Tampon unsauber eingeführt und dann

sehr lange in der Scheide belassen, können sich bestimmte Bakterien, vor allem Streptokokken und Staphylokokken, dort vermehren. Der mit Blut vollgesogene Tampon ist ein idealer Nährboden für derartige Keime. Über kleinste Verletzungen können diese dann in den Körper eindringen und eine Blutvergiftung, das TSS, hervorrufen.“

Was ist bei der Anwendung zu beachten?

„Zwei Dinge sind für das TSS entscheidend. Zum einen die Verunreinigung des Tampons. Daher Tampons nur dann einführen, nachdem sie zuvor aus der Plastikfolie ausgepackt wurden. Zum anderen brauchen Bakterien Zeit, um sich zu vermehren. Deshalb gilt: Tampons nach spätestens acht bis maximal zehn Stunden wechseln. Wer sich daran hält, für den ist das Risiko eines TSS gleich null.“



Die Menstruationstasse sollte
zwei- bis viermal täglich
gewechselt werden – spätestens
nach zwölf Stunden

Wer sollte auf Tampons besser verzichten?

„Bei Mädchen, die noch Jungfrauen sind, oder Frauen mit einer sehr engen Scheide kann es Probleme beim Einführen geben. Dann besteht die Gefahr, dass die Scheidenhaut ein wenig verletzt wird – was das Eindringen von Keimen begünstigt. In diesem Fall sollten Frauen auf Tampons verzichten.“

Lohnt es sich, auf Biotampons umzusteigen?

„Nein, aus medizinischer Sicht macht das keinen Sinn. Das TSS wird durch Bakterien hervorgerufen. Die vermehren sich in Bioprodukten genauso wie in anderen. Entgegen der Werbung, die für diese Produkte gemacht wird, hat das TSS nichts mit Chemiestoffen oder Dioxinen zu tun.“

Welche Alternativen gibt es?

„Eine immer bekannter werdende Alternative ist die Menstruationstasse. Allerdings besteht auch hier bei mangelnder Hygiene oder seltenem Wechsel theoretisch die Möglichkeit einer bakteriellen Verunreinigung sowie der Vermehrung von Keimen im Menstruationsblut.“ ★

Katrin Gomer

**Laura
Info**

Sind Tampons mit Zusatzstoffen sinnvoll?

Prof. Kleine-Gunk: „Nein! In probiotischen Tampons vermehren sich Bakterien genauso gut wie in anderen. Im Übrigen ist jede gesunde Scheide in der Lage, die entsprechenden Laktobakterien selbst zu

produzieren. Diese müssen nicht durch teure besondere Tampons von außen zugeführt werden. Hier wird ganz eindeutig versucht, mit Begriffen wie ‚probiotisch‘ Kasse zu machen.“