



Kurzinformation

Zu unterstützenden Maßnahmen für Frauen in den Wechseljahren

Frauen erleben zumeist im Alter zwischen 45 und 55 Jahren die Wechseljahre, auch Klimakterium genannt. Etwa ein Drittel von ihnen fühlt sich dabei durch Beschwerden wie insbesondere Hitzewallungen und Schlafstörungen beeinträchtigt.¹ Nachfolgend werden verschiedene Aspekte im Zusammenhang mit den Wechseljahren, vor allem unterstützende Maßnahmen, vorgestellt.

Breit angelegte Sensibilisierungskampagnen zum Thema Wechseljahre wurden in Deutschland bisher nicht durchgeführt. Die Deutsche Menopause Gesellschaft e. V. (DMG) führte im Jahr 2018 eine Sensibilisierungskampagne für Frauen mit Körperbehinderung durch.² Aktuell startete die Initiative „BlickWechsel“ für berufstätige Frauen in den Wechseljahren mit dem Ziel der Aufklärung und Etablierung Wechseljahresfreundlicher Arbeitsbedingungen in Unternehmen.³ Weitere Unternehmen setzen sich dafür ein, Mitarbeiterinnen, die unter Wechseljahresbeschwerden leiden, aktiv z. B. durch flexibles Arbeiten in Bezug auf Ort, Zeit oder Freistellung von Terminen zu unterstützen.⁴ Ein bundesweites, standardisiertes Verfahren, das es Frauen ermöglicht, aufgrund der Wechseljahre den Arbeitsalltag zu ändern, existiert nicht. Arbeitgeber haben aber im Rahmen ihrer Fürsorgepflicht Leben und Gesundheit der Arbeitnehmenden zu schützen. So zielt das derzeit betriebene Forschungsprojekt „MenoSupport“ darauf ab, „*Frauen in der Zeit hormoneller*

-
- 1 Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Frauengesundheitsportal, Wechseljahre, abrufbar unter <https://www.frauengesundheitsportal.de/themen/wechseljahre/>. Dieser sowie alle weiteren Links wurden zuletzt abgerufen am 1. September 2023.
 - 2 DMG, Fundraising für Frauen in Not, abrufbar unter <https://www.menopause-gesellschaft.de/fuer-arzte/aktuelles/>.
 - 3 Initiative Blickwechsel: Erfolgreich, stark und informiert in den Wechseljahren, Pressemitteilung vom 1. Juni 2023, abrufbar unter <https://www.initiative-blickwechsel.de/presse/initiative-blickwechsel/>.
 - 4 Röttig, Bettina, Menopause am Arbeitsplatz, in: Lebensmittel Praxis, 10. April 2023, abrufbar unter <https://lebensmittelpraxis.de/menopause/menopause-am-arbeitsplatz.html>.

Umstellung zu unterstützen und für Arbeitgeber innovative Maßnahmen zur betrieblichen Gesundheitsförderung für Frauen in den Wechseljahren zu entwickeln“.⁵ Zudem regelt das Allgemeine Gleichbehandlungsgesetz (AGG)⁶ in den §§ 1 und 2, dass Benachteiligungen aus Gründen des Geschlechts vor allem am Arbeitsplatz und bei Alltagsgeschäften unzulässig sind und soll damit auch Frauen in den Wechseljahren vor Diskriminierung schützen.

Allgemein zugängliche Informationen zur Thematik finden sich z. B. in dem von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) betriebenen Portal Frauengesundheit⁷, dem Portal Frauenärzte im Netz, herausgegeben vom Berufsverband der Frauenärzte e. V. in Zusammenarbeit mit der Deutschen Gesellschaft für Gynäkologie und Geburtshilfe e. V.⁸ oder auf der vom Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen angebotenen Website Gesundheitsinformation.de⁹. Für die Ärzteschaft stehen verschiedene Fachzeitschriften bereit, die über Entwicklungen zur Diagnostik und Behandlung von Wechseljahren informieren: So etwa die Zeitschrift Deutsches Ärzteblatt¹⁰, Gynäkologische Endokrinologie¹¹ oder MSD Manual¹².

Zwar ist die Frauenheilkunde fester Bestandteil jeder medizinischen Ausbildung (§ 27 Abs. 1 S. 4 Nr. 7 Approbationsordnung für Ärzte, ÄApprO¹³). Ausdrücklich erwähnt wird das Klimakterium aber vor allem in den Weiterbildungsordnungen zur Fachärztin bzw. zum Facharzt für Frauenheilkunde und Geburtshilfe¹⁴. An allgemeinbildenden Schulen ist das Thema Wechseljahre

-
- 5 Institut für angewandte Forschung Berlin, MenoSupport, Entwicklung innovativer BGM-Maßnahmen für Frauen in der Menopause, abrufbar unter <https://www.ifaf-berlin.de/projekte/menosupport/>.
 - 6 Allgemeines Gleichbehandlungsgesetz vom 14. August 2006 (BGBl. I S. 1897), zuletzt geändert durch Artikel 4 des Gesetzes vom 19. Dezember 2022 (BGBl. I S. 2510; in englischer Sprache abrufbar unter https://www.gesetze-im-internet.de/englisch_agg/englisch_agg.html).
 - 7 BZgA, Frauengesundheitsportal, Wechseljahre, abrufbar unter <https://www.frauengesundheitsportal.de/themen/wechseljahre/was-sind-die-wechseljahre/>.
 - 8 Frauenärzte im Netz, Wechseljahre & Wechseljahresbeschwerden, abrufbar unter <https://www.frauenaerzte-im-netz.de/koerper-sexualitaet/wechseljahre-klimakterium/>.
 - 9 Gesundheitsinformation.de, Wechseljahresbeschwerden, abrufbar unter <https://www.gesundheitsinformation.de/wechseljahrsbeschwerden.html>.
 - 10 Deutsches Ärzteblatt, Menopause, abrufbar unter <https://www.aerzteblatt.de/nachrichten/sw/Menopause>.
 - 11 DMG, Zeitschrift „Gynäkologische Endokrinologie“, abrufbar unter <https://www.menopause-gesellschaft.de/fur-arzte/zeitschrift-gynakologische-endokrinologie/>.
 - 12 MSD Manual, Menopause, abrufbar unter <https://www.msmanuals.com/de-de/profi/gyn%C3%A4kologie-und-geburtshilfe/menopause/menopause?query=Menopause>; in englischer Sprache abrufbar unter <https://www.msmanuals.com/professional/gynecology-and-obstetrics/menopause/menopause>.
 - 13 Approbationsordnung für Ärzte vom 27. Juni 2002 (BGBl. I S. 2405), zuletzt geändert durch Artikel 2 der Verordnung vom 7. Juni 2023 (BGBl. 2023 I Nr. 148).
 - 14 Siehe z. B. Weiterbildungsordnung 2020 der Landesärztekammer Brandenburg, S. 82 und 84, abrufbar unter https://www.laekb.de/fileadmin/user_upload/Weiterbildung/20201030-WBO.pdf.

nicht Bestandteil des Lehrplans.¹⁵ Ob dazu im Rahmen des Themengebietes Sexualität, Fortpflanzung und Entwicklung unterrichtet wird, hängt von der Einschätzung der jeweiligen Lehrkräfte ab. In den Lehrplänen beruflicher Schulen im Gesundheitsbereich wird das Thema Wechseljahre zum Teil explizit als Lehrgegenstand im Rahmen des weiblichen Zyklus erfasst und behandelt.¹⁶

Sowohl die gesetzlichen Krankenkassen als auch private Krankenversicherungen übernehmen in der Regel Leistungen gegen Wechseljahresbeschwerden, wenn sie von einer Ärztin bzw. einem Arzt verordnet werden.¹⁷ Die Leistungspflicht gesetzlicher Krankenkassen ist beschränkt auf solche Maßnahmen, die zweckmäßig und wirtschaftlich sind (§§ 2, 12 Fünftes Sozialgesetzbuch – Gesetzliche Krankenversicherung, SGB V¹⁸). Auch Hormontherapien sind grundsätzlich nicht ausgeschlossen.¹⁹ In jedem Fall ist eine Einzelfallprüfung hinsichtlich des Erfolgsversprechens einzelner Behandlungsansätze erforderlich.²⁰ Darüber hinaus bieten einige Kliniken in Deutschland spezielle Sprechstunden an, etwa das Universitäts-Klinikum Frankfurt der Goethe-Universität²¹ oder in Berlin das Zentrum für Seelische Frauengesundheit des Vivantes Netzwerk für Gesundheit GmbH²². Auch verschiedene Rehabilitationskliniken sind auf Wechseljahrbeschwerden spezialisiert.²³

-
- 15 Die Lehrpläne der einzelnen Bundesländer sind abrufbar unter https://www.bildungsserver.de/Lehrplaene-400-de.html#Rheinland_Pfalz.
- 16 So etwa im Lehrplan beruflicher Gymnasien des Landes Baden-Württemberg im Hinblick auf Sozial- und Gesundheitswissenschaftliche Gymnasien, abrufbar unter https://www.bildungsplaene-bw.de/site/bildungsplan/get/documents_E-1637651569/lbw/Bildungsplaene-BERS/BG2021/PDFs/39-TB03-Inhalt-Band%20a-SGG-2%20Gesundheit%20und%20Biologie.pdf (S. 42).
- 17 Siehe hierzu §§ 31 Abs. 1, 92 Abs. 1 SGB V in Verbindung mit der Arzneimittelrichtlinie des G-BA bzw. §§ 1 und 4 Musterbedingungen Krankheitskosten- und Krankenhaustagegeldversicherung (MB/KK).
- 18 Das Fünfte Buch Sozialgesetzbuch – Gesetzliche Krankenversicherung – (Artikel 1 des Gesetzes vom 20. Dezember 1988, BGBl. I S. 2477, 2482), zuletzt geändert durch Artikel 9 des Gesetzes vom 16. August 2023 (BGBl. 2023 I Nr. 217).
- 19 Techniker Krankenkasse (TK), Wechseljahre: Wenn die Hormone sich verändern: *„Einer Auswertung der TK zufolge nehmen heute nur noch etwa sechs Prozent der erwerbstätigen Frauen zwischen 45 und 65 Jahren Hormonpräparate gegen Beschwerden in den Wechseljahren ein - im Jahr 2000 waren es noch 37 Prozent.“*
- 20 Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften e.V. (AWMF), S3-Leitlinie, Peri- und Postmenopause – Diagnostik und Interventionen, Stand: 1. Januar 2020, S. 24, abrufbar unter https://register.awmf.org/assets/guidelines/015-062l_S3_HT_Peri-Postmenopause-Diagnostik-Interventionen_2021-01.pdf.
- 21 Universitäts-Klinikum Frankfurt der Goethe-Universität, Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe, Menopause, abrufbar unter <https://www.kgu.de/einrichtungen/kliniken/klinik-fuer-frauenheilkunde-und-geburtshilfe/gynaekologische-endokrinologie-und-reproduktionsmedizin/schwerpunkt-hormonsprechstunde/menopause>.
- 22 Vivantes Netzwerk für Gesundheit GmbH, Wechseljahre: In Sachen Hormone, abrufbar unter <https://www.vivantes.de/blog/gesundheit-gesellschaft/wechseljahre-hilfe-bei-hormonschwankungen>.
- 23 Etwa die Städtischen Rehakliniken Bad Waldsee <https://www.rehakliniken-waldsee.de/ihre-reha/wechseljahrbeschwerden/>