



## Frauen und Hormone: Hier muss dringend etwas geschehen!

**Arbeitskreis  
Frauengesundheit**  
in Medizin,  
Psychotherapie und  
Gesellschaft e.V.

**unabhängig - überparteilich**

Berlin, zum 8. März 2018

Am 2. März 2018 gab der Berufsverband der Frauenärzte eine Pressemitteilung zu „Hormone und Psyche – Prämenstruelles Syndrom, Wechseljahre und Co.“ heraus<sup>1</sup>.

Der Arbeitskreis Frauengesundheit in Medizin, Psychotherapie und Gesellschaft e. V. bedankt sich anlässlich des Internationalen Frauentags öffentlich beim Berufsverband der Frauenärzte. Ohne das Engagement des Berufsverbands und insbesondere seines Vorsitzenden, Herrn Dr. Christian Albring, würde nämlich *das Ausmaß der hormonellen Herausforderungen*, die das Leben von Millionen von Frauen unausweichlich begleiten, überhaupt nicht wahrgenommen und auch nicht mit den richtigen Mitteln angegangen.

Liebe Frauen, es geht dabei um nichts weniger als unser Leben! Damit Ihr euch selbst ein Bild von der Dramatik der Lage machen könnt, haben wir die Darlegungen des Berufsverbandes zusammengestellt:

„Sieben von zehn Frauen nehmen die körperlichen und psychischen Veränderungen in der zweiten Zyklushälfte als unangenehm wahr“. Prämenstruelles Syndrom (PMS), und in der schweren Ausprägung prämenstruelle dysphorische Störung (PMDS) werden diese Krankheitsbilder genannt. „Weiterhin“, so die Mitteilung, „führen *hormonelle Einflüsse* bei nicht wenigen Frauen zu psychischen Problemen“. Als Beispiele für *hormonelle Einflüsse* werden Schwangerschaft, Wochenbett, Stillzeit, Wechseljahre, aber auch die Verwendung hormoneller Verhütungsmittel oder antihormoneller Therapien im Rahmen einer Brustkrebsbehandlung von Frauen genannt.

Was heißt das in Zahlen: In Deutschland leben etwa 40 Millionen Frauen. Von diesen sind wiederum Millionen im gebärfähigen Alter. Bei durchschnittlich 1,4 Kindern pro Frau und einer angenommenen Stillzeit von nur 3 Monaten fallen etwa zwei Jahre eines Frauenlebens unter die hormonell schwierigen Bedingungen von Schwangerschaft, Wochenbett und Stillen.

Auch die Einnahme der Pille nützt nichts. Zwar wird frau dann nicht schwanger, aber die Pille selbst ist wiederum ein *hormoneller Einfluss* und damit mit Nebenwirkungen auf Psyche und Körper behaftet. Auch ohne Kinder und ohne Pille entkommt frau den psychischen Beeinträchtigungen nicht. Sie bleibt den zyklischen

---

<sup>1</sup> Berufsverband der Frauenärzte: Hormone und Psyche - Prämenstruelles Syndrom, Wechseljahre und Co. Pressemitteilung vom 2.3.2018. [https://www.frauenaerzte-im-netz.de/de\\_news\\_652\\_1\\_1789\\_hormone-und-psyche-pr-menstruelles-syndrom-wechseljahre-und-co-.html](https://www.frauenaerzte-im-netz.de/de_news_652_1_1789_hormone-und-psyche-pr-menstruelles-syndrom-wechseljahre-und-co-.html)



hormonellen Schwankungen unterworfen, „wie 70% bis 90% aller Frauen vor den Wechseljahren“. Sie wird also von Reizbarkeit und psychischen Störungen in der Hälfte ihrer Lebenszeit heimgesucht.

Weitere Millionen von Frauen in Deutschland sind zwischen 45 und 65 Jahre alt, also von den Wechseljahren betroffen. Nur ein Drittel der Betroffenen erlebt diese Zeit störungsfrei. Zwei Drittel dieser Frauen leiden also mehr oder weniger an Hitzewallungen, Schlafstörungen, Stimmungsschwankungen. „Klimakterische Prozesse“ aber empfinden Frauen, laut Berufsverband der Frauenärzte, als „Zeichen des Alterungsprozesses“. Dieses Empfinden wiederum schränkt „Selbstwertgefühl, Leistungsfähigkeit und Lebensqualität „empfindlich“ ein, „vor allem dann, wenn die Frau eine Hormonersatztherapie ablehnt“.

Also mit oder ohne „Hormonersatztherapie“, vor, während oder nach den Wechseljahren: Frauen werden das Problem psychischer Affektionen aufgrund ihrer jeweiligen hormonellen Lage einfach nicht los.

Machen wir uns nichts vor: Es trifft jede von uns, mehr oder weniger, irgendwie, irgendwann! Frau sein an sich scheint das Problem zu sein. Bei den hormonell bedingten psychischen Störungen handelt es sich offenbar - da Frauen etwa 50% der Spezies Mensch ausmachen - um eine ausgewachsene Pandemie! Das muss man erst mal auf sich wirken lassen und mal ehrlich: Diese Botschaft ist kaum auszuhalten!

Es kommt noch schlimmer: Diese Frauen sind ein Risiko für ihre Umwelt! Denn sie ziehen andere mit in den hormonellen Depri-Sumpf: „Konflikte im sozialen und familiären Umfeld können zu erheblichem Leidensdruck bei den Frauen und ihren Familien führen.“ Vermutlich nicht nur das. Wir befürchten, dass hier, in der prämenstruellen Dysphorie und Aggressivität von Millionen von Frauen – völlig unerkannt und unerforscht - die eigentlichen Ursachen von Staatskrisen und Kriegen zu finden sind.

Die Schlussfolgerung, bei der wir uns dem Berufsverband der Frauenärzte uneingeschränkt anschließen, kann angesichts der Lage nur lauten: **Frauen und Hormone: Hier muss dringend etwas geschehen!**

Denn nicht nur sind die globalen Folgen der hormonell bedingten psychischen Störungen unerforscht, auch Diagnosekriterien für das prämenstruelle dysphorische Syndrom liegen nicht vor. Das heißt, die Krankheit ist nicht amtlich, es gibt sie nicht: „Man könnte auch sagen, dass hierzulande die Störung PMDS, an deren Existenz Fachleute nicht zweifeln, bisher fast unbekannt ist.“ Der Autorin scheint, der Berufsverband der Gynäkologen entdeckt gerade schwerwiegende Probleme mit bisher völlig unbezifferbaren Konsequenzen.

Jetzt aber endlich die gute Nachricht: Die Krankheit, die es nicht gibt und die man nicht anhand von Diagnosekriterien diagnostizieren kann, ist behandelbar. Es muss also kein Skandal bleiben, „dass die Mehrzahl betroffener Frauen keine angemessene Therapie erhält“. Antidepressiva von Typ der Serotonin-Wiederaufnahmehemmer sind die Zaubersubstanzen, die so ziemlich gegen alles helfen, was Frauenleben schwer macht.

Die zweite gute Nachricht ist, es gibt Profis, die sich um die Probleme kümmern: Insbesondere in der Führungsriege des Berufsverbands der Frauenärzte und an den gynäkologischen Lehrstühlen, von denen die sogenannte „Meinungsbildung“ ausgeht, sind dies ganz überwiegend Männer. Sie müssen es wissen. Denn



sie sind von keinem hormonellen Bias beeinflusst. Nur sie haben die professionelle Distanz der Nicht-Betroffenen, die es ihnen erlaubt, ohne hormonell bedingte Sichtverschleierung den Durchblick zu behalten. Auch dafür sei dem Berufsverband der Frauenärzte gedankt. Er stiehlt sich hier nicht aus der Verantwortung, sondern sagt, was gesagt werden muss und verschreibt, was Frauen schlucken sollen!

Interessenkonflikte:

Die Autorin ist 54 Jahre alt, Fachärztin für Innere Medizin, Psychotherapie und Ärztliches Qualitätsmanagement. Sie hat zwei Kinder, und sie hat, wie alle Frauen, diverse „hormonelle Herausforderungen“ erlebt. Sie weiß also, wovon sie spricht. Derzeit schwitzt sie ab und zu ein bisschen und bildet sich ein, weder in ihrer intellektuellen, noch in ihrer körperlichen und psychischen Leistungsfähigkeit eingeschränkt zu sein. Das kann allerdings nicht ganz stimmen, da sie auf Pressemitteilungen des Berufsverbands der Frauenärzte, die das Leben von Frauen unangemessen pathologisieren, äußerst gereizt reagiert. Das war aber auch schon früher so. Eine Abhängigkeit von der Zyklushälfte ließ sich dabei nicht feststellen.

#### **Anlässlich des Internationalen Frauentags fordert der Arbeitskreis Frauengesundheit in Medizin, Psychotherapie und Gesellschaft e.V.:**

- Pathologisierung und Medikalisierung physiologischer Vorgänge und Lebensphasen von Frauen müssen beendet werden. Zyklische Prozesse mit all ihren natürlichen Schwankungen wie Zyklus, Schwangerschaft oder Wechseljahre, die Frauen eigen sind, sind die Normalität.
- Geschlechtergerechtigkeit statt Antidepressiva und Hormonersatztherapie! Das „perfekte Funktionieren“ von Frauen kann kein Behandlungsziel sein.
- Die tatsächlichen Mängel in der gesundheitlichen Versorgung (z.B. keine evidenzbasierten Informationen zu Verhütungsmitteln) und die tatsächliche Unterversorgung von Frauen in wichtigen Lebensphasen (z.B. Unterversorgung schwangerer Frauen infolge fehlender Hebammen) müssen behoben werden.
- Diagnose, Therapie und Rehabilitation müssen evidenzbasiert sein und unter Abwägung von Nutzen und Risiko durchgeführt werden. Der selbstbestimmten Entscheidung von Frauen ist Respekt entgegen zu bringen.
- Die interessen geleitete Zusammenarbeit von FrauenärztInnen mit der Pharmaindustrie, die der Erweiterung von Märkten und damit der Gewinnorientierung dient anstatt dem Wohl der Patientinnen, ist offenzulegen und zu beenden.
- Gynäkologische Lehrstühle sind mit Frauen zu besetzen und gynäkologische und geburtshilfliche Abteilungen in Krankenhäusern sollen durch Chefärztinnen geleitet werden.

Autorin: Dr. Dagmar Hertle. Sie war 1. Vorsitzende des Arbeitskreises Frauengesundheit in Medizin, Psychotherapie und Gesellschaft von 2014 bis 2017 und ist seit 1993 AKF- Mitglied.

Für den AKF-Vorstand: Prof. Dr. Ingrid Mühlhauser, 1. Vorsitzende des Arbeitskreises Frauengesundheit in Medizin, Psychotherapie und Gesellschaft seit 2017

Der Arbeitskreis Frauengesundheit in Medizin, Psychotherapie und Gesellschaft e.V. (AKF<sup>®</sup>) ist der größte Zusammenschluss von unabhängigen Frauengesundheitsorganisationen im deutschsprachigen Raum. Der AKF organisiert Hebammen, Ärztinnen, Psychologinnen und Pädagoginnen, Heilpraktikerinnen, in den Pflegeberufen Tätige, Selbsthilfe und Gesundheitswissenschaftlerinnen, vereint Berufsverbände und Organisationen, Frauenberatungsstellen, Frauen-



gesundheitszentren und Selbsthilfeverbände und vertritt die Interessen von Frauen als Patientinnen, als Expertinnen und als Bürgerinnen. Der AKF ist anerkannt gemeinnützig und besteht seit 1993. Internet: [www.akf-info.de](http://www.akf-info.de)