

Wechseljahre: Hype oder Versorgungslücke? Gesellschaftspolitische Hintergründe

Dr. Maria Beckermann, Frauenärztin/Psychotherapie, Köln
Arbeitskreis Frauengesundheit in Medizin, Psychotherapie
und Gesellschaft, AKF e.V.

Persönlicher Hintergrund

- Dr. med. Maria J. Beckermann,
Frauenärztin/Psychotherapie
- 33 Jahre frauenärztliche Tätigkeit in Klinik
und Praxis
- 15 Jahre unabhängige Gutachterin bei Stiftung
Warentest
- Von 2006-2020 Mitglied der S3-
Leitlinienkommission zu Peri- und Postmenopause
- Von 2008-2014 Vorsitzende des AKF (Arbeitskreis
Frauengesundheit in Medizin, Psychotherapie und
Gesellschaft e.V.)
- Keine Interessenkonflikte

Vorbemerkung

- Der Hype um Wechseljahre und Hormontherapie in den 1990er Jahren ging von Professoren im Verbund mit der Pharmaindustrie aus und entpuppte sich als folgenreicher Arzneimittelversuch mit Frauen
- Der Hype heute geht von betroffenen Frauen aus, von Influencerinnen und Frauen in den Schaltzentralen und Redaktionen der Medien – meistens ebenfalls im Verbund mit der Arzneimittelindustrie

„Volkswirtschaftlicher Schaden“ ??

Ein Forschungsteam der Hochschule für Wirtschaft und Recht Berlin (HWR Berlin) hat zum ersten Mal abgeschätzt, welche gesamtwirtschaftliche Konsequenzen sich aus Wechseljahresbeschwerden am Arbeitsplatz ergeben. Professorin Andrea Rumler und Professor Till Strohsal beziffern die volkswirtschaftlichen Kosten auf rund 9,4 Milliarden Euro pro Jahr beziehungsweise fast 40 Millionen Arbeitstage. Dabei berücksichtigt diese Schätzung nicht die Effekte durch vorzeitigen Ruhestand, reduzierte Arbeitszeit und ausgeschlagene Beförderungen betroffener Frauen. Auch die Kosten für medizinische Behandlungen sind, anders als zum Beispiel in Berechnungen für die USA, nicht einbezogen.

Die Umfrageergebnisse der Studie MenoSupport der HWR Berlin zeigen, dass die Auswirkungen am Arbeitsplatz aufgrund gesundheitlicher Einschränkungen durch die Menopause bei deutschen Frauen im Umfang vergleichbar sind mit denen von Frauen aus Großbritannien (UK) oder den USA. Untersuchungen aus UK legen nahe, dass Frauen durch die Symptome der Wechseljahre durchschnittlich eine halbe Stunde ihrer wöchentlichen Arbeitszeit nicht arbeitsfähig sind. Hochgerechnet auf die ca. 6,7 Millionen erwerbstätigen Frauen in Deutschland im Alter zwischen 50 und 65 Jahren ergibt sich ein beachtlicher Verlust durch nicht produziertes Bruttoinlandsprodukt



- Die Zahlen werden als „Minimum“ dargestellt, der wirkliche Schaden sei noch viel höher...



- Die halbe Stunde ist aus dem UK-Review auf **alle** erwerbstätigen Frauen in D zwischen 50 und 65 Jahren übertragen

Mediale Verbreitung

- https://www.antidiskriminierungsstelle.de/SharedDocs/forschungsprojekte/DE/Studie_Wechseljahre_am_ArbPlatz.html
- <https://www.aerztezeitung.de/Medizin/Studie-Wechseljahre-am-Arbeitsplatz-haben-erhebliche-volkswirtschaftliche-Auswirkungen-454516.html>
- <https://www.zm-online.de/news/detail/das-kosten-die-wechseljahre-die-deutsche-wirtschaft>
- <https://www.hwr-berlin.de/aktuelles/neuigkeit/detail/3719-volkswirtschaftlich-brisant-wechseljahre-am-arbeitsplatz>
- <https://www.tagesschau.de/wirtschaft/verbraucher/wechseljahre-frauen-100.html>
- <https://www.mdr.de/nachrichten/deutschland/gesellschaft/frauen-wechseljahre-fachkraeftemangel-100.html>
- <https://www.bild.de/leben-wissen/wechseljahre-kosten-volkswirtschaft-9-4-milliarden-euro-6739acbc47294e7a6bfebe5a>
- https://www.radioeins.de/programm/sendungen/die_profis/archivierte_sendungen/beitraege/welttag-der-menopause.html
- <https://blog.hwr-berlin.de/menosupportaustria/>

MenoSupport ist keine Studie und kein Forschungsprojekt, sondern eine online-Befragung

- Es wurden überwiegend Frauen rekrutiert, die mit hoher Wahrscheinlichkeit Menopausenbeschwerden hatten - aus Social-Media-Posts und medizinischen Zusammenhängen
- Durch das Selektionsbias ist die Befragungsgruppe nicht repräsentativ. Die Ergebnisse gelten nicht für die Gesamtgruppe ‚Frauen in den Wechseljahren‘.
- Es gibt keine Methodenbeschreibung und keine Kontrollgruppe.
- Der Symptomenkatalog des MRS II wurde ohne Validierung ausgeweitet
- Es wurden Suggestivfragen gestellt (Wissen Sie, dass folgende Beschwerden zu den Wechseljahren gehören?)
- Die Empfehlungen in Menopause@work sind nicht evaluiert auf Effektivität, Nutzen und Schaden

Die (falschen) Postulate führen zu einer dramatischen Problem- Überschätzung

- Hohe Betroffenheit von Beschwerden (95%)
- Breite Symptompalette (mehr als 34 Symptome)
- Große Leistungseinschränkungen, z.B. „Brainfog“
- Hoher volkswirtschaftlicher Schaden (9,4 Mrd. Verlust)
- Hohe Arbeitsunfähigkeitszahlen (40 Mio fehlende Arbeitstage)

Menopause in the Workplace
Literature Review - GOV.UK, Juli
2025

- 42 Studien werden in den Review aufgenommen
- Die Quantifizierung der Kosten beruht auf einer einzigen Studie, die eine erste Einschätzung vornimmt – ohne Anspruch auf akzeptables Evidenzlevel

Vier Schlüsselfragen

1. Was bedeutet die Menopause für Frauen in Bezug auf ihre Arbeit und ihr Anstellungsverhältnis?

2. Welche Unterstützung bieten Arbeitgeber*innen und wie effektiv ist sie?

3. Was sind die volkswirtschaftlichen Kosten in Abhängigkeit von den Menopausen-Erfahrungen von Frauen am Arbeitsplatz?

4. Welche Erkenntnislücken gibt es, und welche Empfehlungen leiten sich daraus für die Zukunft ab?

Schlüsselergebnisse (1)

++ **Einige** Frauen erleben während der Menopause Symptome, die ihr Selbstvertrauen und Wohlbefinden auf der Arbeit sowie in geringerem Ausmaß ihre Leistungsfähigkeit beeinträchtigen.

- Es gibt **kaum** Studien, die **über positive oder unerhebliche** Erfahrungen in der Menopause berichten, obwohl nachgewiesen ist, dass manche Frauen die Wechseljahre positiv erleben. Es sind andere Studiendesigns erforderlich, um dieser Frage nachzugehen.

++ Arbeits- und Umgebungsbedingungen **beeinflussen das Erleben** der Wechseljahre, z.B. die Pflicht, eine Uniform zu tragen oder die Möglichkeit, die Arbeitsbedingungen zu

Schlüsselergebnisse (2)

++ Das Erleben der Menopause ist **auch abhängig** von dem weiteren Umfeld der Frauen, ihrer finanziellen Situation, der Sicherheit ihres Arbeitsplatzes, ihres allgemeinen gesundheitlichen Zustands.

- Die Studien berücksichtigen nicht den potenziellen Nutzen, wenn Frauen Stunden reduzieren oder kündigen, um unbezahlte (Care-) Arbeit zu leisten

++ Die **geschlechtsabhängige Altersdiskriminierung** begrenzt die Chancen am Arbeitsmarkt und kann das Selbstvertrauen der Frauen vermindern.

++ Je stärker die Beschwerden, umso höher sind die ökonomischen Kosten

Einige spezifische Ergebnisse

- Am meisten stören bei der Arbeit: Müdigkeit, Hitzewallungen, Konzentrationsstörungen, Ängste und Schlafstörungen
- Beschwerden können das Selbstvertrauen tangieren und dazu führen, dass Frauen Angst haben, Fehler zu machen
- Frauen können Scham und Peinlichkeit empfinden und versuchen, ihre Beschwerden zu verbergen
- Manche Frauen berichten über positive Empfindungen, sie fühlen sich befreit von weiblichen Funktionen und Verpflichtungen
- Psychologische Probleme, aber nicht vasomotorische Probleme können zu einem Wunsch nach Arbeitszeitverkürzung oder Stellenwechsel

Schlechtere Bewältigungsstrategien korrelieren:

- Mit prekären finanziellen Verhältnisse
- Gesundheitlichen Einschränkungen (Selbsteinschätzung)
- Depressionen
- Hohen psychosoziale Anforderungen (im Gegensatz zu körperlichen Anforderungen)
- Unsicheren Jobs, wenig Anerkennung, Unzufriedenheit
- Hoher Arbeitsbelastung, viel unbezahlter Care-Arbeit

Bewertung von Interventionen am Arbeitsplatz

Quantitative und qualitative Studien zeigen, dass einige Interventionen am Arbeitsplatz dazu führen können, dass es menopausalen Frauen besser geht.

Aber keine Studie konnte den Beweis erbringen, dass sich durch Interventionen ihre Leistungsfähigkeit verbessert, dass sie bereit sind, mehr Stunden zu arbeiten oder weniger oft den Arbeitsplatz wechseln.

Kostenschätzung

- UK: Laut Longitudinalstudie (British Cohort Study BCS Wave 10) schätzen die Autor*innen, dass es in den UK 60.000 Frauen gibt, die wegen Menopausenbeschwerden nicht arbeiten gehen. Sie multiplizieren diese Zahl mit dem durchschnittlichen Gehalt von Frauen und kommen zu dem Ergebnis, dass die Volkswirtschaft um 1,5 Milliarden £ pro Jahr anwachsen könnte, würden diese Frauen wieder arbeiten gehen.
- Frauen mit starken Beschwerden fehlen sieben Tage im Jahr deswegen auf der Arbeit, das kostet 191 Mio £ pro Jahr.
- Frauen, die am Arbeitsplatz durch Beschwerden beeinträchtigt sind, kosten 22,4 Mio £ pro Jahr

Ländervergleich: Folgen Menopausaler Beschwerden

HWR Berlin für Deutschland (83.58 Mio)	Menopause in the workplace für UK (69,55 Mio)
	1,5 Milliard. £ pro Jahr für 60.000 Frauen, die nicht arbeiten gehen
	191 Mio £ pro Jahr für 7 Fehltage pro Jahr
9,4 Milliard. € pro Jahr = 40 Mio. Arbeitstage = eine halbe Stunde pro Woche durch Beeinträchtigung am Arbeitsplatz bei 6,7	22,4 Mio £ (=25,6 €) pro Jahr für Beeinträchtigung am Arbeitsplatz

Kostenvergleich verschiedener Erkrankungen

	Deutschland	UK
Menopausale Arbeits-Beeinträchtigung	9,4 Milliard. pro Jahr (420fach)	22,4 Mio. £ pro Jahr
Menopause: Fehltage		191 Mio. £ pro Jahr
Dysmenorrhoe: Fehltage		10,6 Milliard. £ pro Jahr (55fach)
Dysmenorrhoe:Arbeits- -Beeinträchtigung		833 Mio £ pro Jahr (37fach)
Mental health (m und w): Arbeitsbeeinträchtigung plus Fehltage		110 Milliard. £ pro Jahr
Geschlechtsspez. Gewalt	68 Milliard. € pro Jahr	
Partnerschaftsgewalt	32 Milliard. € pro Jahr	

Mein Resümee

- Die öffentliche Beschäftigung mit Wechseljahren kann dazu beitragen, das Thema aus der Tabuzone und aus der Stigmatisierung zu holen – das ist überfällig!
- Frauen, die heute in den Wechseljahren sind, sind nicht „alt“, sie haben noch eine lange Lebensphase vor sich. Wir freuen uns, wenn sie sich und die Wechseljahre feiern!
- Beschwerden müssen ernst genommen und differenziert behandelt werden
- Spezifische Bedürfnisse von Frauen sollen am Arbeitsplatz mehr Berücksichtigung finden (die drei M: Menstruation, Mutterschaft, Menopause) – ohne Nachteile

Meine Vorbehalte

Methodische und inhaltliche Verzerrungen müssen vermieden, zumindest aber transparent kommuniziert werden, um die erneute Pathologisierung und Medikalisierung einer Lebensphase zu vermeiden

Das ist bei der MenoSupport-Erhebung nicht der Fall und daher unseriös

Interessenskonflikte müssen bedingungslos offengelegt werden