

Berlin, 6.3.2018

„Zu oft werden weibliche Patienten wie männliche behandelt.“

Erkranken Frauen anders als Männer? Ja, sagt Dr. med. Anne-Kathrin Collisi und erklärt, warum der geschlechterspezifische Blick auf die Gesundheit so wichtig ist. Ein Gespräch anlässlich des internationalen Frauentags am 8.März 2018.

Dr. med. Anne-Kathrin Collisi ist Fachärztin für Innere Medizin mit Schwerpunkt Präventionsmedizin. Bei ias PREVENT untersucht und berät sie berufstätige Frauen und Männer im Rahmen von Gesundheits-Check-ups.

Frau Collisi, erkranken Frauen anders als Männer?

Ja, Frauenmedizin auf Gynäkologie zu beschränken, ist zu kurz gedacht. Der Unterschied zwischen Männern und Frauen geht dabei weit über Geschlechtsmerkmale hinaus und lässt sich auch in Organen und Zellen feststellen.

Sind damit die Zeiten von „eine Behandlung“ für alle vorbei?

Durchaus. Das Thema Frauengesundheit ist schön länger im Fokus und nimmt auch gesellschaftlich einen anderen Stellenwert ein. Die Gendermedizin berücksichtigt nicht nur medizinische Faktoren, sondern auch das soziale Umfeld. Es gibt bereits eine Vielzahl an forschungsgestützten Informationen über die geschlechterspezifischen Unterschiede der Gesundheit. 2019 soll (beauftragt vom Bundesministerium für Gesundheit) ein neuer Frauengesundheitsbericht erscheinen. Der wird Themen untersuchen, die für die Frauengesundheit im Lebensverlauf besonders wichtig sind.

Das klingt spannend...

...und ist (überlebens)wichtig. Zum Beispiel: Insbesondere in der zweiten Lebenshälfte erkranken Frauen anders als Männer. Bedingt durch die Wechseljahre/den Östrogenmangel steigt bei Frauen das Infarktrisiko ab 60 Jahren deutlich an. Wir werfen daher einen besonderen Blick auf die Risikofaktoren wie Bluthochdruck, Blutfettwerte, Diabetes, Familienvorgeschichte etc. Auch lasse ich häufig ein Hormonprofil erstellen.

Zu oft werden weibliche Patienten wie männliche behandelt. Dabei zeigen Frauen und Männer andere Symptome und reagieren unterschiedlich auf Therapien. Der weibliche Körper verstoffwechselt Medikamente anders. Frauen benötigen oft eine viel geringere Dosierung. Konsequenterweise müsste jedes Medikament sowohl an Männer und Frauen getestet werden. Bei unseren Gesundheits-Check-ups betrachten wir Frauen (aber auch Männer) daher durch eine geschlechterspezifische Brille. Übrigens: Unterschiede zwischen den Geschlechtern lassen sich auch in der Psyche beobachten.

Gehen Frauen anders mit Stress um als Männer?

Im Vergleich zu Männern reagieren Frauen oft emotionaler. Viele Frauen denken, sie müssen immer funktionieren. Läuft etwas nicht perfekt, suchen Frauen die Gründe eher bei sich und können sich schlechter abgrenzen. Das hat gesundheitliche Folgen, wenn die Belastung überhandnimmt – was bei berufstätigen Frauen der Fall sein kann.

Mit welchen Schwierigkeiten kämpfen Frauen?

Neben ihren beruflichen Verpflichtungen übernehmen viele Frauen nach wie vor als Ehefrau, Mutter oder Tochter die Mammutaufgabe der sogenannten „Fürsorgearbeit“. Dazu zählen Haushalt, Kindererziehung sowie die Pflege von Angehörigen. Das ist ein großer Spagat und bei dem Versuch, alle Bälle in der Luft zu halten, werden Frauen zu wahren Akrobatinnen.

Sprechen Frauen offen über diese Doppelbelastungen?

Viele Frauen berichten mir von Schlafstörungen, die ein Vorbote für Depressionen oder schwere Erschöpfungssyndrome sein können. Um die Ursachen für diese und andere Beschwerden zu ergründen, frage ich immer nach beruflichen und privaten Belastungen und biete den Frauen einen geschützten Raum, in dem sie sich Sorgen und Nöte von der Seele reden können. Dabei zeigt sich: Viele Erkrankungen und Beschwerden sind stressbedingt. Auch Angsterkrankungen oder Muskel-Skelett-Erkrankungen treten auf und das viel häufiger als bei Männern. Ein weiterer Trend: Frauen sind zunehmend anfälliger für Suchterkrankungen, greifen häufiger zu Medikamenten oder rauchen verstärkt.

Was können Frauen konkret tun, um der Stressspirale zu entfliehen?

Hier vier konkrete Maßnahmen, die ich meinen Probanden bespreche:

Unterstützung einfordern: Ob in der Familie, im Freundeskreis oder beim Arbeitgeber – für jede Frau gibt es Anlaufstellen. Ganz wichtig: Um Hilfe zu bitten, ist keine Schwäche, sondern ein Zeichen von Reife, Verantwortung und Selbstfürsorge. Jeder Mensch hat Grenzen, der Kluge kennt sie.

An sich denken: Kinder, Mann, Haushalt, Beruf ... und wo bleiben Sie? Viele Frauen stellen ihre Bedürfnisse hinten an. Was möchten Sie gern für sich tun? Was gibt Ihnen Kraft? Wir sprechen ausführlich über Ressourcen und wie diese im Alltag eingebaut werden können.

Messlatte herunterschrauben: Die meisten Frauen haben einen hohen Perfektionsanspruch an sich selbst. Hinterfragen Sie: Was sind die eigenen Ansprüche? Lassen sich hier Abstriche machen? Statt dem selbstgebackenem Kuchen für den Kindergeburtstag, reicht eben manchmal auch der aus dem Supermarkt.

Angebote im Betrieb wahrnehmen: Frauen (und Männer) sollten die betrieblichen Angebote des Arbeitgebers im Bereich Gesundheit, Bewegung, Ernährung nutzen.

Wie kann der Arbeitgeber helfen?

Ob Teilzeit, Gleitzeit oder Home Office – wer seine Zeit flexibel einteilen kann, bringt Kind und Kegel leichter unter einen Hut. Auch eine temporäre Auszeit/ Kur hilft beim Auftanken. Das ist zwar nicht die Lösung aller Probleme, aber ein Anfang, um grundsätzlich etwas zu ändern.

Zudem ist eine betriebliche Sozialberatung eine erste Anlaufstelle für Mitarbeiter. Sozialberater bieten auch Seminare zum Stressmanagement oder Entspannungstraining an und können Betroffene bei Bedarf an weiterführende Betreuungsangebote vermitteln.

Mich freut, dass mehr und mehr Arbeitgeber erkennen, dass Präventionsangebote wie Gesundheits-Check-ups oder eine Sozialberatung eine Win-Win-Situation für alle Seiten sind. Frauen werden entlastet und können – trotz Mehrfachbelastung – langfristig gesund, motiviert und leistungsfähig für das Unternehmen tätig sein.

Über ias PREVENT– ein Unternehmen der ias-Gruppe:

Die ias PREVENT GmbH ist einer der führenden auf Gesundheits-Check-ups spezialisierten Anbieter in Deutschland. Seit über 35 Jahren bietet ias PREVENT eine auf individuelle Bedürfnisse zugeschnittene Gesundheitsberatung sowie eine klassische fachärztliche Diagnostik mit modernster Medizintechnik. Die acht Diagnostikzentren von ias PREVENT bieten Kunden eine bundesweite Verfügbarkeit mit hohen Qualitätsstandards im exklusiven Ambiente. ias PREVENT ist ein Unternehmen der ias-Gruppe. Mehr unter: www.ias-prevent.de; Pressekontakt: nadine.sieders@ias-gruppe.de, dorit.mikula@ias-gruppe.de