

Newsletter April 2022

Frauengesundheit

BZgA
Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung



Liebe Leserinnen und Leser,

momentan suchen viele Menschen in Deutschland Schutz vor dem Krieg in der Ukraine. Wir haben Ihnen daher in dieser Newsletterausgabe eine Übersicht zu Beratungs- und Unterstützungsangeboten zusammengestellt.

Die Coronavirus-Pandemie ist noch nicht vorbei. Durch Einhaltung der AHA+L+A-Formel können wir uns nach wie vor schützen: 1,5 Meter Abstand zu anderen halten, Hygieneregeln beachten, im Alltag Maske tragen, Innenräume regelmäßig Lüften und die Corona-Warn-App nutzen. Wer zudem die Corona-Schutzimpfung und die Auffrischimpfung wahrnimmt, schützt sich und seine Mitmenschen bestmöglich. Die BZgA informiert auf [infektionsschutz.de](https://www.infektionsschutz.de) zum Alltag mit Corona und gibt Tipps, wie man sich und andere schützen kann.

Weitere wichtige Informationen rund um die Gesundheit von Frauen, aktuelle Meldungen und Veranstaltungshinweise haben wir Ihnen in dieser Newsletterausgabe zusammengestellt.

Gern können Sie uns Anregungen, Hinweise und Termine aus Ihrem Arbeitsbereich oder Ihrer Institution mitteilen. Senden Sie uns dafür einfach eine E-Mail an [frauengesundheit\(at\)bzga.de](mailto:frauengesundheit(at)bzga.de).

Einen gesunden Start in den Frühling wünscht Ihnen
die Redaktion

Inhalt

- [Aktuelles aus der BZgA](#)
- [Informationen für geflüchtete Menschen aus der Ukraine](#)
- [Darmkrebs](#)
- [Gesund älter werden](#)
- [Gewalt](#)
- [Herz-Kreislauf-Gesundheit](#)
- [Krebserkrankungen](#)
- [Sexuelle Gesundheit](#)
- [Termine](#)

Aktuelles aus der BZgA



Neu: Impulsgeber Bewegungsförderung

Schritt für Schritt zu einer bewegungsfreundlichen Kommune

Stadtteilspaziergänge, Bewegungskurse, barrierefreie Wanderwege oder Boule-Plätze – Kommunen können viel dafür tun, das Lebensumfeld ihrer älteren Bürgerinnen und Bürger bewegungsfreundlicher und damit gesünder zu gestalten. Um sie dabei zu unterstützen, entsprechende Strukturen aufzubauen und Bewegungsanreize zu schaffen, hat die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) den „Impulsgeber Bewegungsförderung“ entwickelt: Das digitale Planungstool begleitet interessierte Städte und Gemeinden Schritt für Schritt von der Planung über die praktische Umsetzung bis zur Evaluation. Der kostenlose Impulsgeber Bewegungsförderung ist wie ein Baukasten angelegt, aus dem sich die Kommunen je nach ihren Erfordernissen und Gegebenheiten bedienen können. Er wurde im Rahmen des BZgA-Programms „Älter werden in Balance“ entwickelt, das durch den Verband der Privaten Krankenversicherung e.V. (PKV) finanziell unterstützt wird.

Zur Pressemitteilung: www.frauengesundheitsportal.de/...

Informationen für geflüchtete Menschen aus der Ukraine



NZFH: Ukrainische Informationen für geflüchtete Familien

Viele der Menschen, die vor dem Krieg in der Ukraine Schutz in Deutschland suchen, sind vor allem Mütter mit Kindern und Schwangere. Das Nationale Zentrum Frühe Hilfen (NZFH) hat für diese Zielgruppe eine Übersicht zu Beratungs- und Unterstützungsangeboten auf Ukrainisch erstellt. Die Auflistung auf der Website www.elternsein.info enthält neben Angeboten in ukrainischer Sprache auch Informationen in den Sprachen Deutsch, Russisch und Englisch. Die Übersicht ist in der Rubrik „Alltag mit Kind“ auf www.elternsein.info zu finden und wird ständig aktualisiert.

Zur Meldung: www.frauengesundheitsportal.de/...



BZgA-Informationsmaterialien in ukrainischer Sprache zum Schutz vor dem Coronavirus

Im Rahmen der gesundheitlichen Versorgung für nach Deutschland geflüchtete Menschen aus der Ukraine stellt die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) Informationsmaterialien zur Corona-Schutzimpfung, zu Tests auf das Coronavirus und zu Hygienemaßnahmen in ukrainischer Sprache zur Verfügung. Für aus der Ukraine in Deutschland eintreffende Menschen, die in Teilen über einen noch nicht ausreichenden Impfschutz vor dem Coronavirus SARS-CoV2 verfügen, sind der Schutz vor einer Corona-Infektion und die Corona-Schutzimpfung besonders wichtig.

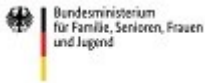
Zur Meldung: www.frauengesundheitsportal.de/...



Fragen und Antworten zur medizinischen Hilfe für Ukrainerinnen und Ukrainer

Deutschland unterstützt die medizinische Versorgung in der Ukraine und gewährleistet eine vollumfängliche Krankenversorgung von Geflüchteten in Deutschland. Das Bundesministerium für Gesundheit hat die wichtigsten Informationen zusammengestellt.

[Zu den FAQs](#)



Hilfe und Unterstützung für geflüchtete Menschen aus der Ukraine

Millionen Menschen aus der Ukraine sind auf der Flucht, darunter vor allem Frauen, Kinder und Jugendliche. Für ihre Unterbringung und Versorgung sind in Deutschland die Länder und Kommunen zuständig. Das Bundesfamilienministerium unterstützt sie bei dieser Aufgabe.

Zur Meldung: www.frauengesundheitsportal.de/...



Germany4Ukraine.de: Hilfe-Portal für Geflüchtete aus der Ukraine

Germany4Ukraine.de ist ein Informationsangebot des Bundesministeriums des Innern und für Heimat (BMI) für geflüchtete Menschen aus der Ukraine. Sie erhalten so eine vertrauenswürdige, sichere, digitale Anlaufstelle mit den wichtigsten ersten Infos nach ihrer Ankunft in Deutschland. Die Informationen und Leistungen des Portals sind auf Ukrainisch, Russisch, Englisch und Deutsch verfügbar.

Zur Meldung: www.frauengesundheitsportal.de/...



Ukrainische Krebspatientinnen und Krebspatienten auf der Flucht

Der Krebsinformationsdienst am Deutschen Krebsforschungszentrum bietet Informationen für krebserkrankte Flüchtlinge aus der Ukraine sowie deren Angehörige und beantwortet Anfragen in Deutsch, Ukrainisch, Russisch und Englisch.

Zur Meldung: www.frauengesundheitsportal.de/...



Ukraine: Hilfen für Geflüchtete

Wo bekommen Geflüchtete aus der Ukraine, die mit HIV leben, Infos und Versorgung? Wohin können sich Menschen in Opioid-Substitutionstherapie (OST) wenden? Die Deutsche Aidshilfe informiert zu diesen und anderen Fragen.

Zur Meldung: www.frauengesundheitsportal.de/...

Darmkrebs



Darmkrebsrisiko steigt mit jedem übergewichtigen Lebensjahr

Die Anzahl an Lebensjahren, in denen ein Mensch Übergewicht auf die Waage bringt, hat höhere Aussagekraft für das Darmkrebsrisiko als eine einmalige Messung des Körpergewichts. Dies veröffentlichen nun Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler vom Deutschen Krebsforschungszentrum (DKFZ). Im Vergleich zu Menschen, die ihr Leben lang Normalgewicht gehalten haben, erkranken dauerhaft Übergewichtige sogar bis zu zweieinhalbmal häufiger an Darmkrebs. Damit kommt der Vermeidung des Übergewichts eine noch wichtigere Rolle in der Krebsprävention zu als bislang angenommen.

Zur Pressemitteilung: www.frauengesundheitsportal.de/...



Darmkrebs: Gesunder Lebensstil kann schützen

Pro Jahr erkranken in Deutschland rund 510.000 Menschen neu an Krebs, etwa 58.100 von ihnen erhalten die Diagnose Darmkrebs. Übergewicht, Rauchen oder übermäßiger Alkoholkonsum erhöhen die Gefahr, an dieser Krebsart zu erkranken. Mit einer gesunden Lebensweise lässt sich das Krebsrisiko also verringern. Regelmäßige Früherkennungsuntersuchungen helfen zudem, Krebs oder Vorstufen frühzeitig zu erkennen und zu behandeln.

Zur Pressemitteilung: www.frauengesundheitsportal.de/...

Gesund älter werden



Ist Alzheimer weiblich? Warum Frauen häufiger an Alzheimer erkranken

Frauen erkranken deutlich häufiger an Alzheimer als Männer. Rund zwei Drittel der 1,2 Millionen Alzheimer-Erkrankten sind weiblich. Lange ist man davon ausgegangen, dass die längere Lebenserwartung von Frauen der Grund ist, denn das Risiko an Alzheimer zu erkranken steigt mit zunehmendem Alter. Doch auch wenn man die höhere Lebensdauer herausrechnet, erkranken Frauen immer noch öfter an der häufigsten Form der Demenz. Heute geht man zunehmend davon aus, dass auch geschlechtsspezifische Unterschiede, besonders im Hormonhaushalt, dazu führen, dass Frauen häufiger von Alzheimer betroffen sind.

Zur Pressemitteilung: www.frauengesundheitsportal.de/...

Gewalt



Bremen richtet Gewaltschutzambulanz ein

Die staatliche Deputation für Gesundheit und Verbraucherschutz des Landes Bremen hat der Einrichtung einer zentralen Gewaltschutzambulanz für Betroffene von häuslicher und sexualisierter Gewalt zugestimmt. In Deutschland erfahren im Laufe ihres Lebens etwa 35 bis 40 Prozent aller Frauen körperliche oder sexualisierte Gewalt. Die Hälfte bis zwei Drittel dieser Frauen wird bei der Gewalttat körperlich so schwer verletzt, dass eine Akutversorgung notwendig wird.

Zur Pressemitteilung: www.frauengesundheitsportal.de/...



InterAktion: Modellprojekt gegen digitale Gewalt startet: Vernetzung von Beratung und IT

Sexualisierte Gewalt und Gewalt in Partnerschaften betrifft Frauen in erhöhtem Maße. Fachberatungsstellen unterstützen Frauen darin, aus der Gewalt zu entkommen und sie zu bewältigen. Zunehmend findet die Gewalt digital statt: Intime Bilder werden von Fremden aus der Cloud gestohlen und verbreitet; kontrollierende Ehemänner installieren Überwachungs-Software auf dem Smartphone ihrer Frau; Männer stehlen die Identität ihrer Ex-Partnerin. Auch in solchen Fällen muss es für Betroffene möglich sein, sich aus der Gewalt zu befreien. Dafür braucht es parteiliche psychosoziale Beratung sowie Kenntnisse im Umgang mit Smartphones, Laptops und digitalen Plattformen. Um Betroffene von digitaler Gewalt besser zu unterstützen, fördert der bff die Zusammenarbeit zwischen psychosozialer Beratung und IT-Fachkräften.

Zur Pressemitteilung: www.frauengesundheitsportal.de/...

Herz-Kreislauf-Gesundheit



Herz und Kreislauf schützen: Wie dauerhaftes Abnehmen gelingt

Nicht jedes Pfund zu viel schadet. Doch treffen Übergewicht, Bluthochdruck, Zucker- und Fettstoffwechselstörungen zusammen, entsteht eine gefährliche Kombination – das sogenannte metabolische Syndrom –, die mit einem erheblichen Herz-Kreislauf-Risiko einhergeht. Damit es so weit nicht kommt, gilt es, frühzeitig gegenzusteuern und das Gewicht möglichst dauerhaft zu reduzieren. Die Deutsche Herzstiftung gibt Tipps, wie Abnehmen dauerhaft funktioniert.

Zur Pressemitteilung: www.frauengesundheitsportal.de/...



Schlaganfall bei Frauen

Ein Schlaganfall kann jeden treffen. Doch Frauen haben oft andere Ursachen und Symptome. So können neben den klassischen Anzeichen für einen Schlaganfall, wie Taubheit, Sprach- und Sehstörungen, bei Frauen auch untypische Symptome auftreten, die häufig unterschätzt und nicht richtig gedeutet werden. Auch können bestimmte Faktoren besonders bei Frauen einen Schlaganfall begünstigen.

Zur Meldung: www.frauengesundheitsportal.de/...

Krebserkrankungen



Eierstockkrebs: Bei Rückfall zweite Operation möglich

Eierstockkrebs ist eine oft sehr aggressive Erkrankung, nach einer ersten erfolgreichen Behandlung kommt es in vielen Fällen zu einem Rückfall. Eine erneute Operation, bei der versucht wird, möglichst wieder das gesamte Tumorgewebe zu entfernen, kann sich dann offenbar lohnen.

Zur Meldung: www.frauengesundheitsportal.de/...



Krebsrisiko Alkohol - Auch in geringen Mengen nicht unbedenklich

Alkohol ist erwiesenermaßen ein Risikofaktor für Brustkrebs. Bereits geringe Mengen erhöhen das Erkrankungsrisiko, das mit steigendem Konsum zunimmt. Das Feierabendbier oder ein Glas Wein im Freundeskreis, muss darauf verzichtet werden? Wie genau Alkohol die Brustkrebsentstehung beeinflusst, wird noch erforscht. Vermutet wird, dass Alkohol unter anderem die Spiegel der zirkulierenden Geschlechtshormone beeinflusst. Ein Leben ohne Alkohol ist unter gesundheitlichen Aspekten empfehlenswert. Ein erster Schritt kann sein, seinen Alkoholkonsum bewusst zu reduzieren, um so dazu beizutragen, das Krebsrisiko zu senken.

Zur Pressemitteilung: www.frauengesundheitsportal.de/...

Sexuelle Gesundheit



HPV-Impfung: Schutz vor Gebärmutterhalskrebs inzwischen eindrucksvoll belegt

Immer mehr Daten aus verschiedenen europäischen Ländern belegen: Die Impfung gegen humane Papillomviren verhindert nicht nur Krebsvorstufen, sondern schützt auch zuverlässig vor Gebärmutterhalskrebs. Bereits 2006 wurde der erste Impfstoff gegen Humane Papillomviren (HPV) in Europa zugelassen. Die Vakzine wurde auf den Markt gebracht, um Frauen gegen Gebärmutterhalskrebs zu schützen. Doch bis die Wirksamkeit dieser ersten, gezielt gegen Krebs entwickelten Impfung durch harte Studienergebnisse belegt werden konnte, mussten viele Jahre vergehen. Der Grund dafür ist, dass es bis zu 2 Jahrzehnte oder mehr dauert, bis aus chronisch HPV-infizierten Zellen Krebs entsteht.

Zur Pressemitteilung: www.frauengesundheitsportal.de/...



Wiederkehrende Blasenentzündung: Cranberry-Präparate scheinen zu helfen

Im Auftrag des Instituts für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) hat ein Wissenschaftsteam unter der Federführung der „Gesundheit Österreich GmbH“ in Wien die Frage untersucht, ob pflanzliche Mittel bei wiederkehrender Blasenentzündung helfen. Das Fazit der Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler: Der präventive Einsatz von Cranberry-Präparaten kann bei Frauen mit unkomplizierter wiederkehrender Blasenentzündung sinnvoll sein.

Zur Pressemitteilung: www.frauengesundheitsportal.de/...



Termine

**27.04.2022 -
27.04.2022**

Veranstalter

Institut für Ernährungspsychologie,
Deutsche Gesellschaft für Ernährung
e. V. - Sektion Niedersachsen, Vernetzungsstelle
Seniorenernährung Niedersachsen, Akademie
des Sports im LandesSportBund Niedersachsen
e. V.

Veranstaltungsort

online

Frühjahrsfachtagung "Wie die Corona-Pandemie das Ernährungs- und Bewegungsverhalten verändert (hat) - Lehren aus der Pandemie"

Auf der Fachtagung werden die Auswirkungen der Pandemie explizit beschrieben und mit entsprechenden aktuellen Monitoring-Daten belegt sowie Empfehlungen zur Prävention und Therapie erarbeitet.

Zum Termin: www.frauengesundheitsportal.de/...

**06.05.2022 -
06.05.2022**

Veranstalter

Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen
e. V.

Veranstaltungsort

online

Tagung "Rassismus und Gesundheit"

Im Rahmen der Fachveranstaltung werden verschiedene Ausprägungen von Rassismus im Gesundheitswesen beleuchtet und Projekte vorgestellt, die Rassismus entgegenwirken.

Zum Termin: www.frauengesundheitsportal.de/...

**14.05.2022 -
22.05.2022**

Veranstalter

Deutsche Hauptstelle
für Suchtfragen e. V.,
Blaues Kreuz
Deutschland e. V.

Veranstaltungsort
bundesweit

Aktionswoche Alkohol 2022

Die Aktionswoche Alkohol findet in der Regel alle zwei Jahre statt. Vom 14. bis 22. Mai 2022 wird die bundesweite Präventionskampagne bereits zum 8. Mal aufgelegt. Die Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e. V. (DHS) und das Blaue Kreuz Deutschland e. V. (BKD) organisieren die Aktionswoche Alkohol 2022. Der thematische Schwerpunkt liegt dieses Mal im Bereich der Sucht-Selbsthilfe.

Zum Termin: www.frauengesundheitsportal.de/...

**04.06.2022 -
04.06.2022**

Veranstalter

Stiftung Deutsche De-
pressionshilfe, Deut-
sche DepressionsLiga
e. V.

Veranstaltungsort
Frankfurt a. M.

Patientenkongress Depression

Am 4. Juni 2022 veranstalten die Stiftung Deutsche Depressionshilfe und die Deutsche DepressionsLiga e.V. gemeinsam den 6. Deutschen Patientenkongress Depression für Betroffene und Angehörige.

Zum Termin: www.frauengesundheitsportal.de/...

**05.07.2022 -
05.07.2022**

Veranstalter

Landesvereinigung für
Gesundheit und Aka-
demie für Sozialmedi-
zin Niedersachsen
e. V.

Veranstaltungsort
Hannover

Save the Date: Fachtagung Gesundheit rund um die Geburt in Niedersachsen

Am 5. Juli 2022 findet die Fachtagung „Gesundheit rund um die Geburt in Niedersachsen – Perspektiven und Innovationen zur Bewältigung aktueller Herausforderungen in der Geburtshilfe“ in Hannover statt.

Zum Termin: www.frauengesundheitsportal.de/...

**13.07.2022 -
16.07.2022**

Tagung "Pandemische Welt – Frau Familie Gesellschaft / Pandemic World – Woman Family Society"

Veranstalter

Deutsche, Österreichische sowie Schweizerische Gesellschaft für Psychosomatische Frauenheilkunde und Geburtshilfe

Die 51. Jahrestagung der Deutschen Gesellschaft für Psychosomatische Frauenheilkunde und Geburtshilfe wird vom 13. bis 16. Juli 2022 im Rahmen der 4. Dreiländertagung der Deutschen und Österreichischen sowie der Schweizerischen Gesellschaft für Psychosomatische Frauenheilkunde und Geburtshilfe sowie parallel zum 20. ISPOG-Kongress in den Räumen der Sigmund Freud Privatuniversität Wien stattfinden.

Veranstaltungsort
Wien

Zum Termin: www.frauengesundheitsportal.de/...

Impressum

Redaktion, Koordination & Layout: koordinierbar - raum für projekte
Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung
Maarweg 149-161, 50825 Köln
E-Mail: [frauengesundheit\(at\)bzga.de](mailto:frauengesundheit(at)bzga.de)
Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung ist eine Fachbehörde im Geschäftsbereich des Bundesministeriums für Gesundheit.

