

Newsletter September 2016

BZgA
Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung

"Frauengesundheit"



Liebe Leserinnen und Leser,

wir freuen uns, Ihnen eine neue Ausgabe des BZgA-Newsletters FRAUENGESUNDHEIT zuzusenden.

Informieren Sie sich über Aktuelles aus dem Themenfeld, Daten, Tagungen, neue Projekte und Publikationen.

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@bzga.de.

Sie konnten bereits vom Frauengesundheitsportal profitieren? Dann empfehlen Sie den Newsletter weiter. Interessierte können sich per Email oder unter folgendem Link anmelden
www.frauengesundheitsportal.de/service/newsletter/

Alle Ausgaben des BZgA-Newsletters FRAUENGESUNDHEIT finden Sie als PDF zum Download [hier](#).

Mit freundlichen Grüßen
die Redaktion

■ Inhalt

- [In eigener Sache](#)
- [Familienplanung](#)
- [Gesund älter werden](#)
- [Gewalt](#)
- [Herz-Kreislauferkrankungen](#)
- [Krankheitsspektrum](#)
- [Krebserkrankungen](#)
- [Medikamente](#)
- [Psychische Gesundheit / Erkrankungen](#)
- [Sucht](#)
- [Termine / Veranstaltungen](#)



In eigener Sache

Sommer, Sonne, Silver-Sportler

Der Sommer lädt zu körperlicher Aktivität ein

Aktive Senioren auf dem Rennrad oder ältere Damen, die im Schwimmbecken ihre Bahnen ziehen - der Anteil an Menschen über 60 Jahren, die sportlich aktiv sind, ist in den letzten Jahren deutlich gestiegen: 40 Prozent der 60- bis 70-Jährigen sind sogar mehrmals pro Woche sportlich unterwegs, heißt es im aktuellen Deutschen Alterssurvey. Das Aktiv-Programm der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) für Menschen ab 65 Jahren geht mit dem Trend: www.aelter-werden-in-balance.de motiviert Seniorinnen und Senioren mit vielen praktischen Übungsanleitungen zu mehr Bewegung im Alltag.

© Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

Weitere Informationen: www.frauengesundheitsportal.de/...

Familienplanung



Nicht-invasive Pränataldiagnostik bei Risikoschwangerschaften

G-BA beginnt Verfahren zur Methodenbewertung - Beratungen zur Erprobung ruhend gestellt

Der Gemeinsame Bundesausschuss (G-BA) hat in Berlin die Einleitung des Bewertungsverfahrens der Nicht-invasiven Pränataldiagnostik (NIPD) zur Bestimmung des Risikos von fetaler Trisomie 13, 18 und 21 mittels molekulargenetischer Tests in den engen Grenzen einer Anwendung bei Risikoschwangerschaften beschlossen.

© Gemeinsamer Bundesausschuss

Weitere Informationen: www.frauengesundheitsportal.de/...



Schwanger auf Reisen

Urlaubszeit und Sonnenschein: Für die meisten die schönste Zeit des Jahres. Lange Fahrten und steigende Temperaturen können Schwangeren allerdings zu schaffen machen. Auf www.familienplanung.de erfahren werdende Eltern, die vor der Geburt ihres Kindes noch einmal verreisen, wie sie dies ohne vermeidbare Risiken tun können.

© Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

Weitere Informationen: www.frauengesundheitsportal.de/...

Gesund älter werden



Ausdauersport oder Krafttraining: Was bremst den Alterungsprozess am stärksten?

Wer moderat regelmäßig Ausdauersport wie Joggen betreibt, bremst den Alterungsprozess von Zellen und Organismus und schützt sich so besser vor Herz-Kreislauf-Erkrankungen wie Herzinfarkt, Herzschwäche und anderen altersbedingten Krankheiten wie Diabetes.

© Deutsche Herzstiftung

Weitere Informationen: www.frauengesundheitsportal.de/...



Wechseljahre: Jede Frau erlebt sie anders

Bei einigen Frauen kündigen sich die Wechseljahre so behutsam an, dass sie es gar nicht bemerken. Andere spüren deutliche körperliche Anzeichen. Bei vielen werden die Abstände zwischen den Regelblutungen unregelmäßig, und auch ihre Stärke schwankt. Beschwerden wie Hitzewallungen können, müssen aber nicht auftreten. www.gesundheitsinformation.de bietet eine Übersicht über den Verlauf der Wechseljahre und gibt Tipps für mehr Wohlbefinden in dieser Lebensphase.

© Gesundheitsinformation.de

Weitere Informationen: www.frauengesundheitsportal.de/...

ROBERT KOCH INSTITUT



Zahl des Monats zu gesundheitlichen Einschränkungen

33% der Erwachsenen sind gesundheitlich eingeschränkt. Das ist die Zahl des Monats September. 34% der Frauen und 32% der Männer geben an, in der Ausübung ihrer Alltagsaktivitäten eingeschränkt oder erheblich eingeschränkt zu sein. Der Anteil der Personen mit Einschränkungen steigt im Altersverlauf stark an.

© Robert Koch-Institut

Weitere Informationen: www.frauengesundheitsportal.de/...

Gewalt



Wenn Frauen mit Behinderung Gewalt erfahren

Wie Fachkräfte Frauen stärken und Gewalt vorbeugen können

Gewalt gegen Frauen mit Behinderungen findet im häuslichen Bereich statt, am Arbeitsplatz, in der Öffentlichkeit, aber auch in betreuten Einrichtungen. Insbesondere Fachkräfte und Unterstützende können als wichtige Vertrauens- und Bezugspersonen dazu beitragen, Gewalt gegen Frauen mit Behinderungen im Vorfeld zu verhindern. Die bundesweite Interessenvertretung behinderter Frauen Weibernetz e. V. hat hierfür eine Checkliste zum Umgang mit (sexualisierter) Gewalt in der Behindertenpflege entwickelt.

© Hilfetelefon Gewalt

Weitere Informationen: www.frauengesundheitsportal.de/...



Mehr Schutz in Flüchtlingsunterkünften

Bundesinitiative "Schutz von Frauen und Kindern in Flüchtlingsunterkünften" veröffentlicht gemeinsame Mindeststandards

Unter dem Dach der Bundesinitiative "Schutz von Frauen und Kindern in Flüchtlingsunterkünften" haben das BMFSFJ und UNICEF gemeinsam mit einem breiten Netzwerk von Partnern "Mindeststandards zum Schutz von Kindern, Jugendlichen und Frauen in Flüchtlingsunterkünften" erarbeitet. Diese Mindeststandards sind jetzt veröffentlicht und bilden erstmals eine bundesweit einheitliche Grundlage, um den Schutz von Kindern, Jugendlichen und Frauen vor Gewalt sowie den Zugang zu Bildungsangeboten und psychosozialer Unterstützung in Flüchtlingsunterkünften zu verbessern.

© Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend

Weitere Informationen: www.frauengesundheitsportal.de/...

Herz-Kreislaferkrankungen



Akutbehandlung und Rehabilitation bei koronarer Herzkrankheit

Gibt es Unterschiede zwischen Männern und Frauen?

Seit Jahren wird diskutiert, ob Frauen in der Akutversorgung und der Rehabilitation der koronaren Herzkrankheit anders behandelt werden als Männer. Trotzdem existierten hierzulande bisher kaum Studien, die dieser Frage nachgegangen sind. Drei deutsche Forschungsprojekte haben jetzt nach Unterschieden zwischen den Geschlechtern gesucht und interessante Fakten gefunden.

© Bundesministerium für Bildung und Forschung

Weitere Informationen: www.frauengesundheitsportal.de/...



Regelmäßig Fisch auf den Tisch!

Herz-Kreislauf-Krankheiten sind in Deutschland immer noch die Todesursache Nummer 1. Die Ernährung ist ein Faktor, der diese Krankheiten beeinflussen kann. Insbesondere n-3 Fettsäuren können das Risiko für Herz-Kreislauf-Krankheiten mindern. Welchen gesundheitlichen Nutzen hat der Verzehr von Fisch, der reich an langkettigen n-3 Fettsäuren ist? Grund für die DGE, das Lebensmittel genauer unter die Lupe zu nehmen.

© Deutsche Gesellschaft für Ernährung

Weitere Informationen: www.frauengesundheitsportal.de/...

Krankheitsspektrum



Gefährliche Erreger kennen und bekämpfen

Meldepflicht für Zika-Viren

Wie wirken sich Zika-Infektionen aus? Mit Beginn der Olympischen Spiele in Brasilien flammte die Diskussion wieder auf. Wissenschaftliche Studien zeigen, dass der Zika-Virus verantwortlich für Gehirnfehlbildungen bei Neugeborenen ist. Seit Mai sind diese Viren in Deutschland meldepflichtig.

© Bundesregierung

Weitere Informationen: www.frauengesundheitsportal.de/...



Die Tetanus-Impfung ist wichtig

Tetanus kann effektiv durch eine Impfung verhindert werden. Die Ständige Impfkommission am Robert Koch-Institut empfiehlt die Grundimmunisierung gegen Tetanus in den ersten 14 Lebensmonaten sowie zwei Auffrischungen im Kindes- und Jugendalter. Im Erwachsenenalter sollte alle zehn Jahre eine Auffrischung erfolgen.

© Robert Koch-Institut

Weitere Informationen: www.frauengesundheitsportal.de/...



Rheumatoide Arthritis: Frauen häufiger betroffen

Bei einer rheumatoiden Arthritis sind bestimmte Gelenke dauerhaft entzündet. Meist entwickelt sich die Erkrankung erst nach dem 50. Lebensjahr. Frauen erkranken doppelt so häufig wie Männer. Auf www.gesundheitsinformaton.de werden Ursachen und Symptome erklärt und Behandlungsmöglichkeiten vorgestellt.

© Gesundheitsinformation.de

Weitere Informationen: www.frauengesundheitsportal.de/...

Krebserkrankungen



Rehabilitation nach Krebs: Was hilft beim Gesundwerden?

Eine Krebsbehandlung kann sehr anstrengend sein. Die Rückkehr in den gewohnten Alltag fällt vielen Betroffenen danach schwer. Eine Rehabilitationsmaßnahme kann dazu beitragen, diesen Übergang leichter zu machen.

© Krebsinformationsdienst

Weitere Informationen: www.frauengesundheitsportal.de/...



ASV: Weg für Behandlung gynäkologischer Tumoren ist frei

Seit dem 10. August 2016 können interessierte Ärzte und Krankenhäuser bei den sogenannten erweiterten Landesausschüssen beantragen, Frauen mit gynäkologischen Tumoren im Rahmen der ambulanten spezialfachärztlichen Versorgung (ASV) zu betreuen.

© Ärzteblatt

Weitere Informationen: www.frauengesundheitsportal.de/...

Medikamente



Bundesgesundheitsminister Hermann Gröhe: "Gemeinsam sicheren Umgang mit Arzneimitteln fördern"

Aktionsplan zur Verbesserung der Arzneimitteltherapiesicherheit im Kabinett

Das Bundeskabinett hat den von Bundesgesundheitsminister Hermann Gröhe vorgelegten „Aktionsplan zur Verbesserung der Arzneimitteltherapiesicherheit in Deutschland“ (Aktionsplan AMTS 2016 - 2019) beraten.

© Bundesministerium für Gesundheit

Weitere Informationen: www.frauengesundheitsportal.de/...

Psychische Gesundheit / Erkrankungen



Mal wieder richtig durchatmen

Mutter-/Vater-Kind-Kuren

Viele Mütter und immer mehr Väter leiden unter Rückenschmerzen, Erschöpfung und Migräne. Der Grund: Arbeit, Familie, Kinder, Freunde und Hobbies sind im Alltag kaum unter einen Hut zu bringen. Erkranken die Eltern, werden häufig auch die Kinder krank. Doch die Chancen stehen gut, dass die Krankenkassen eine Kur bewilligen...

© Bundesregierung

Weitere Informationen: www.frauengesundheitsportal.de/...



Hermann Gröhe: "Gute Versorgung seelisch kranker Menschen für die Zukunft sichern"

Das Bundeskabinett hat den Entwurf eines "Gesetzes zur Weiterentwicklung der Versorgung und der Vergütung für psychiatrische und psychosomatische Leistungen" (PsychVVG) beschlossen. Mit dem vorliegenden Gesetzentwurf wird eine Neuausrichtung des Vergütungssystems für psychiatrische und psychosomatische Leistungen vorgenommen. Ziel ist eine leistungsorientierte Finanzierung, die die Transparenz über die Versorgung verbessert.

© Bundesministerium für Gesundheit

Weitere Informationen: www.frauengesundheitsportal.de/...



Leben mit Demenzkranken

Hilfen für schwierige Verhaltensweisen und Situationen im Alltag

Menschen, die an einer Demenz erkranken, entwickeln im Laufe der Krankheit häufig Verhaltensweisen, die von Angehörigen und anderen Betreuenden als „schwierig“, „ungewöhnlich“ oder „störend“ empfunden werden und oft eine starke Belastung darstellen. Die neu aufgelegte Broschüre der Deutschen Alzheimer Gesellschaft „Leben mit Demenzkranken. Hilfen für schwierige Verhaltensweisen und Situationen im Alltag“ soll dazu beitragen, das Leben mit den Erkrankten insbesondere für Angehörige einfacher zu machen. Denn Angehörige betreuen zwei Drittel der Erkrankten, oft rund um die Uhr.

© Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V.

Weitere Informationen: www.frauengesundheitsportal.de/...

Sucht



Alkoholfrei in der Schwangerschaft: Immer die richtige Entscheidung!

Anlässlich des „Tages des alkoholgeschädigten Kindes“ am 9. September 2016 rufen die Drogenbeauftragte der Bundesregierung und die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) sowie der Berufsverband der Frauenärzte (BVF) werdende Mütter auf, in der Schwangerschaft und Stillzeit keinen Alkohol zu trinken. Nach wie vor werden in Deutschland Babys mit so genannten fetalen Alkoholspektrum-Störungen (FASD) geboren, weil die werdenden Mütter in der Schwangerschaft Alkohol getrunken haben. Alkohol als Zellgift behindert die geistige und körperliche Entwicklung des Embryos im Mutterleib. Die Folge können irreversible Schädigungen bei den Kindern sein. Betroffene Kinder sind häufig ein Leben lang auf fremde Hilfe angewiesen.

© Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

Weitere Informationen: www.frauengesundheitsportal.de/...



Online zum Rauchstopp - Mehr als 100.000 Anmeldungen!

Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) unterstützt seit 2006 auf www.rauchfrei-info.de aufhörwillige Raucherinnen und Raucher beim Rauchstopp. Über 100.000 Personen haben sich für das qualitäts-gesicherte Online- Ausstiegsprogramm „rauchfrei“ bislang angemeldet - und es werden immer mehr.

© Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

Weitere Informationen: www.frauengesundheitsportal.de/...



Die Drogenbeauftragte
der Bundesregierung

Rauchfrei unterwegs? - Selbstverständlich!

Drogenbeauftragte startete Aktion zum Schutz von Kindern vor Passivrauchen

Ziel der Kampagne ist es, Kinder und Jugendliche vor den Folgen des Passivrauchens im Auto zu schützen und Eltern für das Thema zu sensibilisieren. Hierzu werden die Partner ab August

bundesweit Informationsmaterialien verteilen und für eine breite Berichterstattung in Mitgliedermagazinen und sozialen Medien sorgen. Unter anderem werden alle deutschen Kinderarztpraxen gebeten, die Kampagne aktiv zu unterstützen.

© Drogenbeauftragte der Bundesregierung

Weitere Informationen: www.frauengesundheitsportal.de/...



Gamescom 2016: Computerspiele, Internet, Smartphone - Risiken kennen, Sucht vermeiden

Anlässlich der diesjährigen Gamescom - der international größten Computerspielmesse - wiesen die Drogenbeauftragte der Bundesregierung und die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) auf die Risiken einer exzessiven Nutzung von Computerspielen, Internet, und Smartphone hin.

© Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

Weitere Informationen: www.frauengesundheitsportal.de/...

Termine

15.09.2016

Veranstalter

Bundes-
zentrale
für gesund-
heitliche
Aufklärung

Veranstaltungsort

Bremen

Regionalkonferenz "Gesund und aktiv älter werden": Vielfalt im Alter mit Vielfalt begegnen, Herausforderungen und Strategien in der Gesundheitsförderung

Vielfalt im Alter hat viele Facetten und kann unter anderem geprägt sein durch Herkunft, Religion, sexuelle Orientierung, Behinderung oder auch durch den Gesundheitszustand. Ältere Menschen haben somit individuelle Vorstellungen und Möglichkeiten vom Leben im Alter. Kulturelle und soziale Einrichtungen, gesundheitliche Versorgungssysteme, Pflegeeinrichtungen und viele weitere Akteure stehen deshalb vor der Herausforderung, die Vielfalt der Lebensentwürfe im Alter zu berücksichtigen und eine adäquate Ansprache und Angebotslage zu entwickeln.

Weitere Informationen: www.frauengesundheitsportal.de/...

15.09.2016
- 17.09.2016

Veranstalter

Deutsche
Gesellschaft
für Bipolare
Störungen e.V.

Veranstaltungsort

Chemnitz

16. DGBS Jahrestagung, Bipolar - im Spannungsfeld zwischen Therapie- und Lebenszielen

Die Tagung wird vom 15. bis 17. September 2016 in Chemnitz stattfinden. Das Tagungsmotto ist "Bipolar - im Spannungsfeld zwischen Therapie- und Lebenszielen".

Weitere Informationen: www.frauengesundheitsportal.de/...

30.09.2016

Veranstalter
Bundeszentrale
für gesundheitliche
Aufklärung (BZgA),
Bundesministerium
für Gesundheit (BMG)

Veranstaltungsort
Berlin

BZgA-Bundeskonferenz 2016 „Gesundheitsförderung und Prävention für Ältere Menschen in der Kommune - Herausforderungen und Chancen“

Am 30. September 2016 laden die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) und das Bundesministerium für Gesundheit (BMG) zur 5. Bundeskonferenz „Gesundheitsförderung und Prävention für Ältere Menschen in der Kommune - Herausforderungen und Chancen“ ein. Thematisch greift die diesjährige Bundeskonferenz die Gesundheitsförderung und Prävention chronischer Erkrankungen bei älteren Menschen in der Lebenswelt Kommune auf.

Weitere Informationen: www.frauengesundheitsportal.de/...

**10.10.2016
- 12.10.2016**

Veranstalter
Deutsche
Hauptstelle
für Suchtfragen
e.V

Veranstaltungsort
Erfurt

56. DHS Fachkonferenz SUCHT

Die 56. DHS Fachkonferenz SUCHT findet vom 10.-12. Oktober 2016 in der Messe Erfurt statt. Das (Arbeits-)Thema lautet: Abstinenz - Kontrolle - Konsum. Behandlungs- und Beratungskonzepte für Suchtkranke sind vielfältig und fachlich differenziert. Über eine mögliche Ausweitung von Behandlungszielen finden aktuell kontroverse Debatten statt. Deshalb greift die DHS die gegenwärtige Diskussion auf und nimmt sich des Themas mit ihrer 56. Fachkonferenz an.

Weitere Informationen: www.frauengesundheitsportal.de/...

**19.10.2016
- 22.10.2016**

Veranstalter
Deutsche
Gesellschaft
für Gynäkologie
und Geburtshilfe

Veranstaltungsort
Stuttgart

61. Kongress der DGGG: "Frauengesundheit: Verantwortung - Perspektiven"

Der 61. Kongress der Deutschen Gesellschaft für Gynäkologie und Geburtshilfe findet vom 19. bis 22. Oktober 2016 in der Messe Stuttgart statt. Unter dem Motto „Frauengesundheit: Verantwortung - Perspektiven“ wirft der Kongress einen weiten Blick auf aktuelle und zukünftige Herausforderungen im Fachbereich. Die moderne Frauengesundheit ist mehr als nur Gynäkologie und Geburtshilfe.

Weitere Informationen: www.frauengesundheitsportal.de/...

28.10.2016

Veranstalter
Deutsche
Gesellschaft
für Verhaltens-
therapie e.V.
(DGVT),
Landes-
vereinigung
für Gesundheit
und Akademie
für Sozialmedizin
Niedersachsen
e.V. (LVG AFS)

Veranstaltungsort
Hannover

Psychische Störungen, Gender und Stigma: Welche Konsequenzen ergeben sich daraus für Beratung und Psychotherapie?

Frauen und Männer mit psychischen Störungen leiden unter Vorurteilen und Stigmatisierungen. Sie erleben, dass sie wegen ihres Aussehens beschimpft und wegen ihres Verhaltens ausgegrenzt werden. Das wirkt sich auf ihr Selbstbewusstsein und ihr Selbstbild aus: Sie schämen sich für ihr Aussehen und ihre Krankheiten, halten sich für wertlos. Es kommt also zu einer Selbststigmatisierung, was die Suche nach Hilfen behindern kann. Die Stigmatisierung von Sucht, Depressionen oder Körperfülle gestaltet sich für Frauen und Männer unterschiedlich.

Weitere Informationen: www.frauengesundheitsportal.de/...

**01.11.2016
- 30.11.2016**

Veranstalter
Deutsche
Herzstiftung

Veranstaltungsort
bundesweit

Herzwochen 2016 - Herz unter Stress

Vom 1. bis 30. November 2016 können Sie bundesweit wieder die kostenfreien Herzwochen-Veranstaltungen der Deutschen Herzstiftung nutzen. Im Mittelpunkt steht dieses Jahr die Behandlung der Risikokrankheiten wie Bluthochdruck, Diabetes und Fettstoffwechselstörungen.

Weitere Informationen: www.frauengesundheitsportal.de/...

**05.11.2016
- 06.11.2016**

Veranstalter
Arbeitskreis
Frauengesundheit
in Medizin,
Psychotherapie
und Gesellschaft
e.V. (AKF)

Veranstaltungsort
Essen

23. AKF-Jahrestagung 2016: Herkunft - Ankunft - Zukunft: Neue Herausforderungen für Frauen und Gesundheit

Die Tagung „Herkunft - Ankunft - Zukunft“ beleuchtet verschiedene Facetten der biologischen, geographischen und kulturellen Herkunft, des Ankommens, sowohl im Leben als auch in der Gesellschaft. Dabei geht es um ein Nebeneinander und Miteinander unterschiedlicher Lebensentwürfe und Erfahrungshorizonte, und um verschiedene Vorstellungen von Gesundheit, Krankheit und gutem Leben.

Weitere Informationen: www.frauengesundheitsportal.de/...

**30.11.2016
- 01.12.2016**

Veranstalter
Deutsches
Krebsforschungs-
zentrum,
Aktionsbündnis
Nichtrauchen

Veranstaltungsort
Heidelberg

14. Deutsche Konferenz für Tabakkontrolle

Die 14. Deutsche Konferenz für Tabakkontrolle findet am 30. November und 1. Dezember 2016 in Heidelberg statt. Die Deutschen Konferenzen für Tabakkontrolle werden jährlich vom WHO-Kollaborationszentrum für Tabakkontrolle in Zusammenarbeit mit dem Aktionsbündnis Nichtrauchen im Deutschen Krebsforschungszentrum in Heidelberg veranstaltet.

Weitere Informationen: www.frauengesundheitsportal.de/...

Impressum

Redaktion, Koordination & Layout: koordinierbar - raum für projekte
Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung
Maarweg 149-161, 50825 Köln
Dr. Monika Köster - 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.

