

Newsletter Juni 2022

Frauengesundheit

BZgA

Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung



Liebe Leserinnen und Leser,

die erste Hitzewelle des Sommers ist bereits vorbei und während sich die einen über die hohen Temperaturen gefreut haben, waren diese für andere belastend. Tipps zum Umgang mit Hitze und zum Schutz vor UV-Strahlung finden Sie im [Frauengesundheitsportal](#).

An Corona möchte bei diesen sommerlichen Temperaturen vermutlich kaum jemand denken. Für Personen mit Long COVID kann der Alltag durch Erschöpfung, Konzentrationsprobleme oder Kurzatmigkeit jedoch stark eingeschränkt sein. Betroffene und Angehörige, Arbeitnehmende und Arbeitgebende sowie alle Interessierten finden ab sofort auf dem neuen Internetportal www.longcovid-info.de verlässliche Informationen rund um die Langzeitfolgen einer Ansteckung mit dem Coronavirus SARS-CoV-2.

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).

Kommen Sie gesund durch den Sommer!

Ihre Redaktion

Inhalt

- [Aktuelles aus der BZgA](#)
- [Chronische Unterleibsschmerzen](#)
- [Darmkrebs](#)
- [Ernährung](#)
- [Gewalt](#)
- [Herz-Kreislauf-Gesundheit](#)
- [Hitze und Gesundheit](#)
- [Krankheitsspektrum](#)
- [Krebserkrankungen](#)
- [Psychische Gesundheit](#)
- [Termine](#)

Aktuelles aus der BZgA

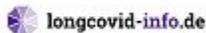


Warum Sonnenschutz immer wichtiger wird

Inhalte auf www.klima-mensch-gesundheit.de zum Thema UV-Strahlung jetzt online

Mit dem Klimawandel wird der Schutz vor der Sonne immer wichtiger: Die klimatischen Veränderungen führen dazu, dass vermehrt UV-Strahlung auf die Erdoberfläche und damit auch auf unsere Haut und Augen trifft. Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) hat daher ihr Informationsportal www.klima-mensch-gesundheit.de in Zusammenarbeit mit dem Bundesministerium für Gesundheit (BMG) und in Kooperation mit dem Bundesamt für Strahlenschutz (BfS) um das Thema UV-Strahlung und UV-Schutz erweitert.

Zur Pressemitteilung: [www.frauengesundheitsportal.de/...](http://www.frauengesundheitsportal.de/)



Neues Onlineangebot informiert zu Long COVID

Noch Wochen und Monate nach einer Erkrankung an COVID-19 können gesundheitliche Langzeitfolgen bestehen. Welche Symptome treten bei Long COVID auf? Wer kann betroffen sein? Wie lassen sich Spätfolgen vermeiden? Zu diesen und weiteren Fragen hat die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) in Zusammenarbeit mit dem Bundesministerium für Gesundheit (BMG) ein neues Informationsportal erstellt. Unter www.longcovid-info.de finden Betroffene und Angehörige, Arbeitnehmende und Arbeitgebende sowie alle Interessierten verlässliche Informationen rund um die Langzeitfolgen einer Ansteckung mit dem Coronavirus SARS-CoV-2.

Zur Pressemitteilung: [www.frauengesundheitsportal.de/...](http://www.frauengesundheitsportal.de/)

Chronische Unterleibsschmerzen



G-BA bewertet neues Operationsverfahren bei Menorrhagie positiv

Eine schmerzhaft, zu starke oder zu lange andauernde Monatsblutung (Menorrhagie) belastet viele Frauen körperlich wie psychisch sehr. Neben den bisherigen operativen Therapien steht für betroffene Frauen künftig eine weitere Alternative zur Verfügung: die sogenannte Hochfrequenzablation mittels Netzelektrode. Dabei wird die gesamte Gebärmutter Schleimhaut dauerhaft mit Hilfe von hochfrequentem Strom abgetragen. Die Familienplanung muss daher bei den Frauen abgeschlossen sein. Der medizinische Eingriff kann demnächst in Arztpraxen oder in komplizierteren Fällen auch weiterhin von Krankenhäusern angeboten werden. Die entsprechenden Voraussetzungen hat der Gemeinsame Bundesausschuss (G-BA) in seinen Richtlinien beschlossen.

Zur Pressemitteilung: [www.frauengesundheitsportal.de/...](http://www.frauengesundheitsportal.de/)

Darmkrebs



Krebsvorsorge: Wann ist der beste Zeitpunkt für die nächste Darmspiegelung?

Menschen, bei denen bereits Darmkrebsvorstufen entdeckt und entfernt wurden, sollten sich häufiger als andere Personen einer Darmspiegelung unterziehen. Um festzulegen, nach welcher Zeit die nächste Darmspiegelung bei diesen Patientinnen und Patienten durchgeführt werden sollte, wurden bisher fast ausschließlich die Größe, Charakteristika und Anzahl der Adenome herangezogen. Künftig könnten auch weitere Informationen in die Bestimmung des geeigneten Zeitintervalls einfließen. So fanden Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler vom DKFZ heraus, dass bestimmte Variationen im Erbgut der Patientinnen und Patienten bei der Identifizierung eines individuellen Nachsorgeintervalls wertvolle Zusatzinformationen liefern können.

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



Darmkrebscreening: Empfehlungen in internationalen Leitlinien unterscheiden sich von deutscher Richtlinie

Im Auftrag des Gemeinsamen Bundesausschusses (G-BA) hat das Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) aktuelle medizinische Leitlinien zum Darmkrebs recherchiert und deren Empfehlungen zum Darmkrebscreening mit den aktuell geltenden Regelungen der organisierten Darmkrebsfrüherkennung in der gesetzlichen Krankenversicherung (GKV) abgeglichen sowie die Evidenzbasis, die jeweilige Begründung für eine diskrepante Empfehlung, extrahiert und inhaltlich zusammengefasst. Dabei zeigte die Auswertung von fünf evidenzbasierten Leitlinien, dass deren Empfehlungen in einigen Aspekten von der G-BA- Richtlinie für organisierte Krebsfrüherkennungsprogramme abweichen: bei Altersgrenzen, Screeningintervall bzw. -frequenz und Auswahl der Untersuchungsverfahren.

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

Ernährung



Präeklampsie vorbeugen

Kann eine mediterrane Ernährung helfen?

Eine mediterrane Ernährung mit reichlich Vollkorn, Obst, Gemüse und Hülsenfrüchten kann bei Schwangeren das Risiko für eine Präeklampsie senken. Das lässt eine US-amerikanische Studie vermuten, die kürzlich im „Journal of the American Heart Association“ erschienen ist. Vermutlich verringert die mediterrane Kost oxidativen Stress und wirkt sich positiv auf den Stoffwechsel und die Funktion der Blutgefäße der Plazenta aus.

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

Schwangerschaftsdiabetes begünstigt spätere Blutzuckerstörungen

Ein Schwangerschaftsdiabetes, auch Gestationsdiabetes genannt, verschwindet in den meisten Fällen nach der Geburt des Kindes wieder. Betroffene Frauen haben allerdings ein erhöhtes Risiko, im Laufe ihres Lebens einen Typ-2-Diabetes zu entwickeln. Wie häufig sich nach einem Schwangerschaftsdiabetes eine Diabetes-Vorstufe, ein sogenannter Prädiabetes, oder ein Typ-2-Diabetes entwickelt, untersuchte nun eine Studie bei 202 Frauen.

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

Gewalt

Wege aus der Gewalt aufzeigen – gerade in Krisenzeiten

Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“ verzeichnet erneut Anstieg des Beratungsaufkommens

Auch im zweiten Jahr der Corona-Pandemie ist das Beratungsaufkommen beim Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“ angestiegen. Im Jahr 2021 verzeichnete das Hilfetelefon mit mehr als 54.000 Beratungen ein Plus von fünf Prozent gegenüber dem Vorjahr. Bereits 2020 hatte es einen Anstieg um 15 Prozent gegeben. Die Mehrzahl der Beratungen (60 Prozent) betraf häusliche Gewalt.

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

Frauen mit Behinderung: Vielfach von Gewalt betroffen

Mädchen und Frauen mit Behinderungen sind in unserer Gesellschaft besonders von Gewalt betroffen. Weshalb ist das so und was kann unternommen werden, damit sie in ihrem Umfeld besser vor Gewalt geschützt werden können? Darüber sprach das Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“ mit Prof. Dr. Sandra Glammeier von der Hochschule Niederrhein. Die Sozialwissenschaftlerin ist Expertin für Heil- und Inklusionspädagogik in der Sozialen Arbeit.

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

Herz-Kreislauf-Gesundheit



Cholesterinsenker Statine und Co.: Wie sicher und verträglich sind sie?

Neuer Cholesterin-Podcast der Herzstiftung informiert über Nutzen und Risiken von Medikamenten zur Cholesterinsenkung.

Zur Senkung hoher Cholesterinwerte werden Statine als Mittel der Wahl eingesetzt, da sie wirksam vor Herzinfarkt und Schlaganfall schützen. Doch Berichte über Nebenwirkungen verunsichern viele Patientinnen und Patienten – zumal der Nutzen der Medikamente in den Blutgefäßen nicht unmittelbar spürbar ist. Warum die Sorge in den allermeisten Fällen unnötig ist, erklärt Herzspezialist Prof. Dr. med. Ulrich Laufs vom Wissenschaftlichen Beirat der Deutschen Herzstiftung in der neuen Podcast-Folge „Statine & Co. gegen hohes Cholesterin. Wie sicher sind Medikamente?“ der Herzstiftung.

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



HerzFit-App offiziell gestartet – digital und individuell die eigene Herzgesundheit unterstützen

Die vom bayerischen Gesundheitsministerium geförderte HerzFit-App kann kostenlos in den App Stores heruntergeladen werden. Bestimmte Faktoren wie Blutdruck, Herzfrequenz, LDL-Cholesterin, Gewicht und Langzeitblutzucker können damit ganz einfach erfasst werden. Die Nutzerinnen und Nutzer können mögliche Risikofaktoren durch eine tagesaktuelle Darstellung jederzeit im Blick behalten.

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

Hitze und Gesundheit



Tipps gegen Hitze und blendende Sonne im Büro

Helle Arbeitsräume sind wichtig. Fehlt Tageslicht dauerhaft, kann dies dem natürlichen Tag-Nacht-Rhythmus schaden, zu Erschöpfung und Konzentrationschwäche führen. Doch große Fenster und fensternahe Arbeitsplätze bringen auch Nachteile mit sich: Hineinstrahlende Sonne kann die Innenräume unangenehm aufwärmen. Direkter Sonneneinfall blendet zudem direkt oder indirekt, weil die Sonnenstrahlen von Flächen reflektiert werden.

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

AOK-Umfrage: Jede zweite Person hat Angst vor Hautkrebs

Bei Sonnenschutz und Früherkennung gibt es noch Nachholbedarf

Mit weit mehr als 200.000 neu erkrankten Betroffenen pro Jahr zählt Hautkrebs laut Robert Koch-Institut zu den häufigsten Krebserkrankungen in Deutschland. Eine repräsentative Forsa-Umfrage unter 1.000 Erwachsenen im Auftrag des AOK-Bundesverbandes zeigt: Jede zweite Person hat zwar Angst, einmal an Hautkrebs zu erkranken, doch ein Drittel schützt seine Haut gar nicht mit Sonnenschutzmitteln. Auch die Krebsfrüherkennung, die gesetzlichen Krankenkassen alle zwei Jahre ab einem Alter von 35 Jahren übernehmen, wird noch zu wenig genutzt.

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

Krankheitsspektrum

Erst Bäume, jetzt Gräser: Menschen mit Allergien im Pollen-Stress

Immer mehr Heuschnupfengeplagte ab 45 Jahre – Deutlich mehr Frauen betroffen

Es ist ein belastendes Jahr für Menschen mit Allergien: In den vergangenen Monaten waren bereits besonders viele Baumpollen unterwegs – und nun sorgen auch noch die Gräserpollen für Wirbel. Laut Daten der KKH Kaufmännische Krankenkasse sind vor allem Erwachsene ab mittlerem Alter immer stärker von Heuschnupfen gebeutelt. So stiegen die entsprechenden Arzt Diagnosen in der Altersgruppe der 45- bis 64-Jährigen von 2010 auf 2020 um 26 Prozent. Bei den 65- bis 79-Jährigen verzeichnet die KKH bereits einen Anstieg von rund 44 Prozent, in der Generation 80 plus hat sich die Zahl der Heuschnupfennasen sogar fast verdoppelt.

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

Krebserkrankungen

Schwanger nach Chemotherapie

Wenn Frauen nach einer Chemotherapie schwanger werden, besteht offenbar keine erhöhte Gefahr für Fehl- oder Frühgeburten. Das geht aus den Ergebnissen einer rückblickenden Studie hervor, die in der Fachzeitschrift Archives of Gynecology and Obstetrics veröffentlicht wurde. Jedoch kann es während der Schwangerschaft häufiger zu Komplikationen kommen.

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

Frauen sterben deutlich häufiger an Lungen- und Bronchialkrebs als vor 20 Jahren

Rund 75.500 Menschen sind 2020 in Deutschland an den Folgen einer raucherspezifischen Erkrankung gestorben. Bei 46.100 Menschen war Lungen- und Bronchial-, Kehlkopf- oder Luftröhrenkrebs die Todesursache, bei 29.400 eine chronisch obstruktive Lungenerkrankung (COPD). Wie das Statistische Bundesamt (Destatis) mitteilt, ist bei Frauen das Risiko, an einer solchen Erkrankung zu sterben, binnen 20 Jahren deutlich gestiegen.

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

Psychische Gesundheit



Auch Einfacharbeitende von psychischen Belastungen betroffen

In vielen Branchen gibt es eine Vielzahl von Tätigkeiten, die keine abgeschlossene Berufsausbildung erfordern, bzw. schnell erlernbar sind: die sogenannte Einfacharbeit. Physische und gesundheitsgefährdende Arbeitsbelastung sowie Monotonie sind charakteristisch für diese Arbeit. Allerdings ist aus dem aktuellen Forschungsstand nur wenig über die psychischen Arbeitsanforderungen bekannt.

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



Pflegekräfte häufiger krank als andere Berufsgruppen

Beschäftigte in der Alten- und Krankenpflege verzeichnen deutlich mehr Fehlertage als andere Erwerbstätige. Während der allgemeine Krankenstand auch im zweiten Corona-Jahr erneut gesunken ist (14,6 auf 13,9 Fehlertage), stieg er in der Altenpflege von 2020 auf 2021 sogar an (24,8 auf 25,8 Tage). Das zeigt eine Sonderauswertung im Rahmen des Gesundheitsreports 2022 der Techniker Krankenkasse (TK).

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

Gute Gesundheit ist auch Kopfsache

Sorgen und Ängste wegen Corona, vor Krankheit oder Existenzverlust, wegen des Klimawandels oder auch vor einem möglichen dritten Weltkrieg: Das Leben positiver zu sehen, erscheint manch einem immer schwieriger. Jeden Tag schwirren einige tausend Gedanken durch den Kopf, positive wie negative. Dabei ist vielen Menschen nicht bewusst, welchen großen Einfluss sie auf die körperliche und seelische Gesundheit haben.

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

Termine

13.07.2022 -
13.07.2022

Veranstalter

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

Veranstaltungsort

online

Jahrestagung der LVG & AFS: Mehr Gesundheit wagen!

Die Pandemie als (verpasste?) Lernschleife für mehr Gesundheit für alle!

Handlungsnotwendigkeiten und -möglichkeiten aufzuzeigen ist das zentrale Ziel der diesjährigen Jahrestagung. Es soll diskutiert werden, welche Lehren nach mehr als zwei Jahren Pandemie gezogen und wie gesamtgesellschaftliche Veränderungen vorangetrieben werden können, damit alle Menschen die Chance auf ein Leben in Gesundheit und Wohlergehen unabhängig von der sozialen Lage haben.

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

13.07.2022 -
16.07.2022

Veranstalter

Deutsche, Österrei-
che sowie Schweize-
rische Gesellschaft für
Psychosomatische
Frauenheilkunde und
Geburtshilfe

Veranstaltungsort

Wien

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

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.

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

31.08.2022 -
01.09.2022

Veranstalter

Bundeszentrum für
Ernährung

Veranstaltungsort

online

Bonner Ernährungstage 2022

Das Bundeszentrum für Ernährung (BZfE) und die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) werden die Bonner Ernährungstage auch in diesem Jahr im digitalen Tagungsformat durchführen. Den Auftakt macht die DGE mit ihrem wissenschaftlichen Symposium. Es findet am Mittwoch, 31. August 2022, statt. Am Donnerstag, 1. September 2022, schließt sich das BZfE-Forum an.

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

**08.09.2022 -
08.09.2022**

Deutscher Suchtkongress 2022 - Neue Wege in Behandlung, Prävention und Forschung

Veranstalter
Deutsche Gesellschaft für Suchtforschung und Suchttherapie e. V.

Der Kongress möchte es den Teilnehmerinnen und Teilnehmern ermöglichen, einen Überblick über aktuelle Trends zu erlangen, neues Wissen zu erwerben sowie die eigenen Forschungsergebnisse und Erfahrungen zu teilen und zu diskutieren.

Veranstaltungsort
München / online

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

**10.09.2022 -
10.09.2022**

IQWiG Patiententag

Veranstalter
Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG)

Der Patiententag unterstützt Sie dabei, gute Entscheidungen für Ihr Wohlergehen zu treffen – auf der Basis von verlässlichem Wissen und praktischen Entscheidungshilfen. Sie erfahren, wie man u. a. für sich eine gute Entscheidung in Gesundheitsfragen treffen kann sowie gute und verständliche Gesundheitsinformationen - auch in der Informationsflut des Internets – findet.

Veranstaltungsort
Köln

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.

