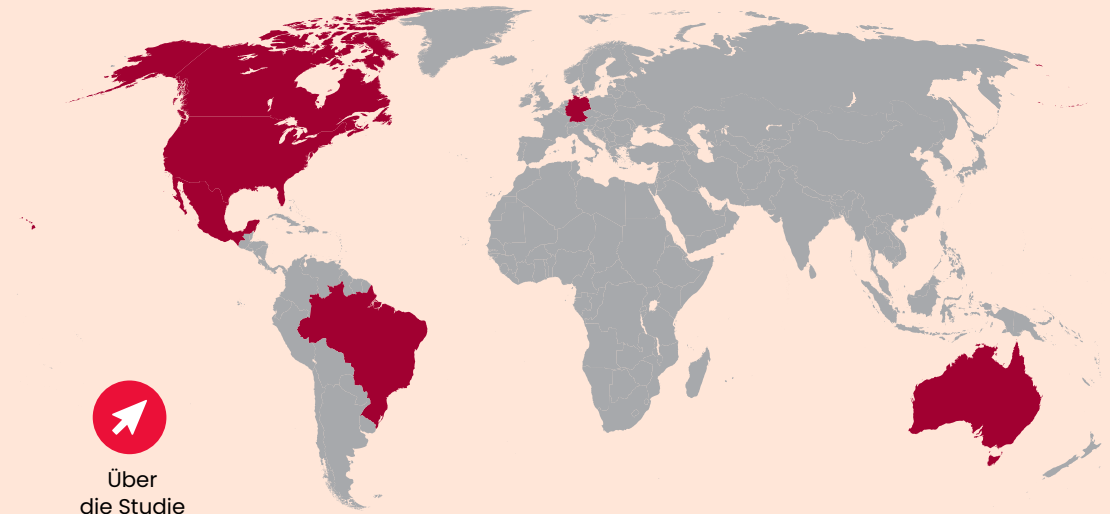


# LEBENSREALITÄT WECHSELJAHRE - SCHLUSS MIT STIGMA UND TABUS!

Obwohl die Wechseljahre ein ganz natürlicher Lebensabschnitt sind, zeigen bisher vorhandene Daten, dass viele Frauen in den Wechseljahren sich – aufgrund der fehlenden Awareness in der Gesellschaft – für ihre Symptome schämen.<sup>1</sup> Denn es handelt sich bei den Wechseljahren noch immer um ein Tabuthema, über das man nur ungern spricht. Wir befinden uns im Teufelskreis: Dadurch wird das Stigma rund um die Wechseljahre zusätzlich verstärkt.

**Doch es gibt weitere Faktoren, die das Stigma maßgeblich beeinflussen oder sogar verstärken:** mangelndes Verständnis, unzureichendes Wissen über die Wechseljahre in Verbindung mit vorherrschenden Einstellungen der Gesellschaft, kulturelle Tabus sowie unzureichende Offenheit und Kommunikation im Umgang mit diesem Lebensabschnitt. Diese Aspekte können verhindern, dass betroffene Frauen die Unterstützung und Behandlung einfordern, die ihnen in den Wechseljahren eigentlich zusteht.<sup>2</sup>

Um die Auswirkungen der vorherrschenden Stigmatisierung besser zu verstehen, hat Astellas die Studie **Lebensrealität Wechseljahre** (orig. **Menopause Experience and Attitudes Study**) ins Leben gerufen. Eine Forschungsinitiative, die in Zusammenarbeit mit externen Expert:innen gesellschaftliche Einstellungen, persönliche Erfahrungen und das Stigma rund um die Wechseljahre in verschiedenen Ländern untersucht.



## ZIEL DER STUDIE IST ES ...

- 1 die Verbreitung sowie die Auswirkungen des Stigmas rund um die Wechseljahre zu untersuchen.
- 2 den Einfluss des Stigmas mittels fundierter Daten greifbar zu machen und das Bewusstsein dafür zu steigern.
- 3 effektive Unterstützungsmaßnahmen zur Verbesserung der Lebensqualität von Frauen in den Wechseljahren zu schaffen.



# LEBENSREALITÄT WECHSELJAHRE - SCHLUSS MIT STIGMA UND TABUS!

Obwohl die Wechseljahre ein ganz natürlicher Lebensabschnitt sind, zeigen bisher vorhandene Daten, dass viele Frauen in den Wechseljahren sich – aufgrund der fehlenden Awareness in der Gesellschaft – für ihre Symptome schämen.<sup>1</sup> Denn es handelt sich bei den Wechseljahren noch immer um ein Tabuthema, über das man nur ungern spricht. Wir befinden uns im Teufelskreis: Dadurch wird das Stigma rund um die Wechseljahre zusätzlich verstärkt.

**Doch es gibt weitere Faktoren, die das Stigma maßgeblich beeinflussen oder sogar verstärken:** mangelndes Verständnis, unzureichendes Wissen über die Wechseljahre in Verbindung mit vorherrschenden Einstellungen der Gesellschaft, kulturelle Tabus sowie unzureichende Offenheit und Kommunikation im Umgang mit diesem Lebensabschnitt. Diese Aspekte können verhindern, dass betroffene Frauen die Unterstützung und Behandlung einfordern, die ihnen in den Wechseljahren eigentlich zusteht.<sup>2</sup>

Um die Auswirkungen der vorherrschenden Stigmatisierung besser zu verstehen, hat Astellas die Studie **Lebensrealität Wechseljahre** (orig. **Menopause Experience and Attitudes Study**) ins Leben gerufen. Eine Forschungsinitiative, die in Zusammenarbeit mit externen Expert:innen gesellschaftliche Einstellungen, persönliche Erfahrungen und das Stigma rund um die Wechseljahre in verschiedenen Ländern untersucht.

**Lebensrealität Wechseljahre** wurde in den USA, Kanada, Australien, Deutschland, Brasilien und Mexiko durchgeführt. In jedem Land wurden 2.000 Männer und Frauen befragt und jeweils durch eine erweiterte Stichprobe von 300 Frauen im Alter von 40–55 Jahren ergänzt. Auf diese Weise konnten sowohl die **Perspektive der Gesellschaft im Allgemeinen** als auch die von **Frauen in den Wechseljahren** erfasst werden.



## ZIEL DER STUDIE IST ES ...

- 1** die Verbreitung sowie die Auswirkungen des Stigmas rund um die Wechseljahre zu untersuchen.
- 2** den Einfluss des Stigmas mittels fundierter Daten greifbar zu machen und das Bewusstsein dafür zu steigern.
- 3** effektive Unterstützungsmaßnahmen zur Verbesserung der Lebensqualität von Frauen in den Wechseljahren zu schaffen.



# EIN BLICK IN DIE DEUTSCHEN STUDIENERGEBNISSE ...

...zeigt, dass wir die Darstellung der Wechseljahre verändern müssen.<sup>2</sup>

Interaktives PDF

Seite 2



Nur 22 % der Befragten sind der Meinung, dass die **Wechseljahre in der Gesellschaft positiv dargestellt** werden. Unter Frauen mit Wechseljahreserfahrung\* sinkt dieser Anteil sogar auf 19 %.



Die Mehrheit (59 %) der Befragten ist der Meinung, dass die Wechseljahre **ein Tabuthema sind, über das man nur ungern spricht**.



Lediglich 24 % der Befragten empfinden die **Darstellung der Wechseljahre in den Medien als positiv**. Ebenso halten nur 35 % der Frauen mit Wechseljahreserfahrung\* diese **Darstellung in den Medien für realistisch**.



Zwei Drittel (68 %) der Befragten sind der Meinung, dass die **Wechseljahre** und die damit verbundenen **Symptome oft nicht ernst genommen** werden. Unter Frauen mit Wechseljahreserfahrung\* erhöht sich die Zahl auf ganze 79 %.



52 % der Befragten geben an, **gar kein Wissen über die Wechseljahre** zu haben. **Nur 9 %** der Befragten halten sich für **sehr gut über die Symptome informiert**.



In den Medien werden die **Wechseljahre im Zusammenhang** mit der **Stigmatisierung** (16 %), den **Auswirkungen** für Betroffene **am Arbeitsplatz** (14 %) sowie den **Auswirkungen** auf die **psychische Gesundheit** (24 %) laut den Befragten nur **selten thematisiert**.



58 % der Frauen mit Wechseljahreserfahrung\* berichten von **negativen psychischen Belastungen durch die Wechseljahre**, darunter Angst (32 %), Depressionen (26 %), Schamgefühle (14 %) und Verlegenheit (13 %).



Fast jede fünfte Frau mit Wechseljahreserfahrung\* (18 %) gibt an, dass sich die **Wechseljahresbeschwerden negativ auf persönliche oder intime Beziehungen** ausgewirkt haben. 9 % berichten von **Einschränkungen bei der Verwirklichung persönlicher Ziele**, 7 % bei der **Erreichung beruflicher Ziele**.

**Die Studienergebnisse verdeutlichen:** Das Stigma hat für Frauen schwerwiegende Auswirkungen darauf, wie sie Wechseljahre erleben – insbesondere auf ihre psychische Gesundheit und ihre Erfahrungen am Arbeitsplatz.

\* Personen ab 40 Jahren mit Gebärmutter, die selbst oder durch enge Freund:innen, Familienmitglieder oder Kolleg:innen Erfahrungen mit den Wechseljahren gemacht haben, wurden gebeten, ihre Erlebnisse zu teilen. Dazu gehören Symptome, Auswirkungen auf den Alltag und Ideen, wie die Situation für Betroffene verbessert werden könnte.



© 2025 Astellas Pharma GmbH.  
MAT-DE-NON-2025-00160, April 2025

WEITERE INFORMATIONEN UNTER  
[www.menopausevms.com/de](http://www.menopausevms.com/de)

KONTAKT →

QUELLEN →

← Seite 2 →

## RAUS AUS DEM SCHATTEN!

Die Gesundheit von Frauen – insbesondere die Auswirkungen der Wechseljahre – wurde viel zu lange vernachlässigt. Deshalb arbeiten wir bei Astellas weltweit mit klinischen Expert:innen und Interessensvertreter:innen zusammen, um die Wechseljahre und das damit verbundene Stigma noch besser zu verstehen und das Bewusstsein für die tiefgreifenden Auswirkungen von Wechseljahresbeschwerden zu schärfen. Nicht nur bei betroffenen Frauen selbst, sondern auch bei Familien, im Arbeitsumfeld und der gesamten Gesellschaft. Denn auf Basis unserer fundierten Studienerkenntnisse können wir dazu beitragen, die Lebensqualität von Frauen in den Wechseljahren zu verbessern und einen offenen Austausch über diesen Lebensabschnitt anregen.



### ÜBER DIE HÄLFTE (51 %) DER BEFRAGTEN

ist der Meinung, dass **Frauen in den Wechseljahren am Arbeitsplatz nicht gut unterstützt** werden.



### NUR 17 %

**fühlen sich wohl dabei, mit ihren Vorgesetzten über die Wechseljahre zu sprechen.**



### 35 % DER BEFRAGTEN

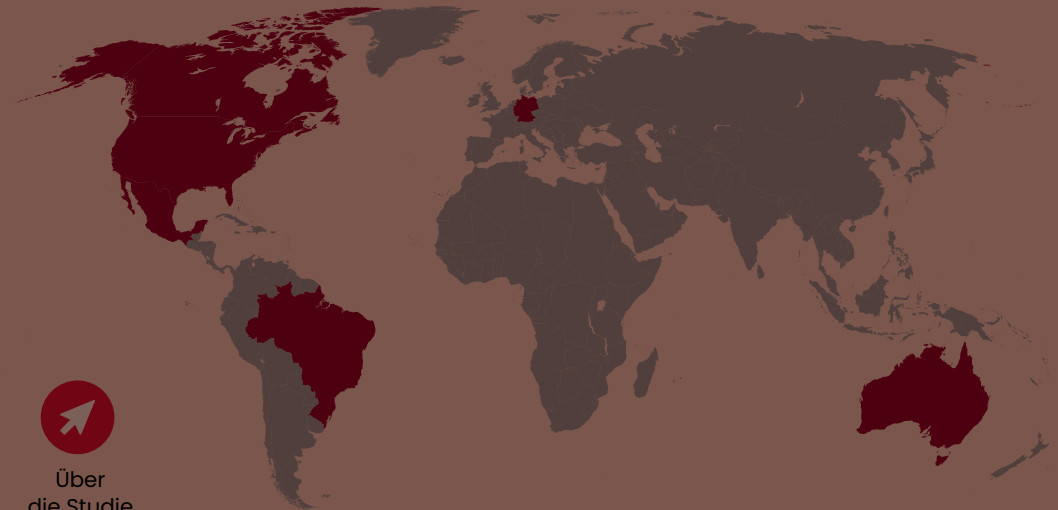
erleben **negative Auswirkungen im Berufsleben** – von **verminderter Produktivität (18 %)** über die **Angst, mit Kolleg:innen darüber zu sprechen (13 %)** bis hin zu **offener Diskriminierung (7 %)**.

# LEBENSREALITÄT WECHSELJAHRE - SCHLUSS MIT STIGMA UND TABUS!

Obwohl die Wechseljahre ein ganz natürlicher Lebensabschnitt sind, zeigen bisher vorhandene Daten, dass viele Frauen in den Wechseljahren sich – aufgrund der fehlenden Awareness in der Gesellschaft – für ihre Symptome schämen.<sup>1</sup> Denn es handelt sich bei den Wechseljahren noch immer um ein Tabuthema, über das man nur ungern spricht. Wir befinden uns im Teufelskreis: Dadurch wird das Stigma rund um die Wechseljahre zusätzlich verstärkt.

**Doch es gibt weitere Faktoren, die das Stigma maßgeblich beeinflussen oder sogar verstärken:** mangelndes Verständnis, unzureichendes Wissen über die Wechseljahre in Verbindung mit vorherrschenden Einstellungen der Gesellschaft, kulturelle Tabus sowie unzureichende Offenheit und Kommunikation im Umgang mit diesem Lebensabschnitt. Diese Aspekte können verhindern, dass betroffene Frauen die Unterstützung und Behandlung einfordern, die ihnen in den Wechseljahren eigentlich zusteht.<sup>2</sup>

Um die Auswirkungen der vorherrschenden Stigmatisierung besser zu verstehen, hat Astellas die Studie **Lebensrealität Wechseljahre** (orig. **Menopause Experience and Attitudes Study**) ins Leben gerufen. Eine Forschungsinitiative, die in Zusammenarbeit mit externen Expert:innen gesellschaftliche Einstellungen, persönliche Erfahrungen und das Stigma rund um die Wechseljahre in verschiedenen L



## ZIEL DER STUDIE IST ES ...

- 1 die Verbreitung sowie die Auswirkungen des Stigmas rund um die Wechseljahre zu untersuchen.

## KONTAKT

### Astellas Pharma GmbH

**Unternehmenskontakt Astellas:**  
Katharina Goldmann  
[communications.de@astellas.com](mailto:communications.de@astellas.com)

**Agenturkontakt We. Communications:**  
[redaktion.astellas@wecomcommunications.com](mailto:redaktion.astellas@wecomcommunications.com)

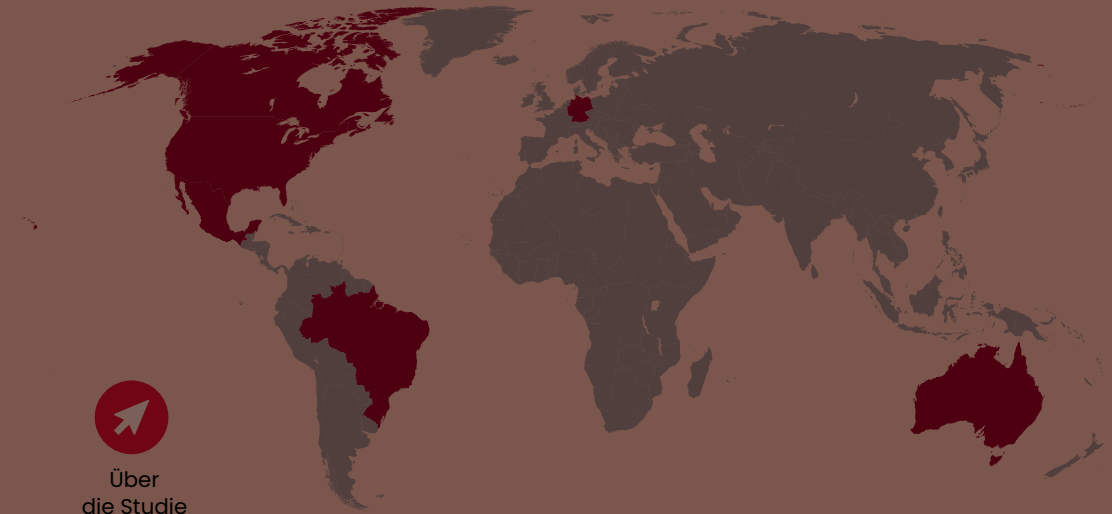


# LEBENSREALITÄT WECHSELJAHRE - SCHLUSS MIT STIGMA UND TABUS!

Obwohl die Wechseljahre ein ganz natürlicher Lebensabschnitt sind, zeigen bisher vorhandene Daten, dass viele Frauen in den Wechseljahren sich – aufgrund der fehlenden Awareness in der Gesellschaft – für ihre Symptome schämen.<sup>1</sup> Denn es handelt sich bei den Wechseljahren noch immer um ein Tabuthema, über das man nur ungern spricht. Wir befinden uns im Teufelskreis: Dadurch wird das Stigma rund um die Wechseljahre zusätzlich verstärkt.

**Doch es gibt weitere Faktoren, die das Stigma maßgeblich beeinflussen oder sogar verstärken:** mangelndes Verständnis, unzureichendes Wissen über die Wechseljahre in Verbindung mit vorherrschenden Einstellungen der Gesellschaft, kulturelle Tabus sowie unzureichende Offenheit und Kommunikation im Umgang mit diesem Lebensabschnitt. Diese Aspekte können verhindern, dass betroffene Frauen die Unterstützung und Behandlung einfordern, die ihnen in den Wechseljahren eigentlich zusteht.<sup>2</sup>

Um die Auswirkungen der vorherrschenden Stigmatisierung besser zu verstehen, hat Astellas die Studie **Lebensrealität Wechseljahre** (orig. **Menopause Experience and Attitudes Study**) ins Leben gerufen. Eine Forschungsinitiative, die in Zusammenarbeit mit externen Expert:innen



## ZIEL DER STUDIE IST ES ...

- 1 die Verbreitung sowie die Auswirkungen des Stigmas rund um die Wechseljahre zu untersuchen.
- 2 den Einfluss des Stigmas mittels fundierter

## QUELLEN

1 Dahlgren et al (2023). Identifying Variables Associated with Menopause-Related Shame and Stigma: Results from a National Survey Study. *Journal of Women's Health* (2002), 32(11), 1182-1191

2 Astellas Data on File. Menopause Experience and Attitudes Study. 2025.

Menopause Experiences & Attitudes Study wurde von Astellas Pharma Ltd. organisiert und finanziert.  
Die Studie fand im Zeitraum von Dezember 2024 bis Januar 2025 statt.