DIE BRENNENDEN FRAGEN HINTER DEN WECHSELJAHREN: AUF DEN SPUREN VON HITZEWALLUNGEN & CO.

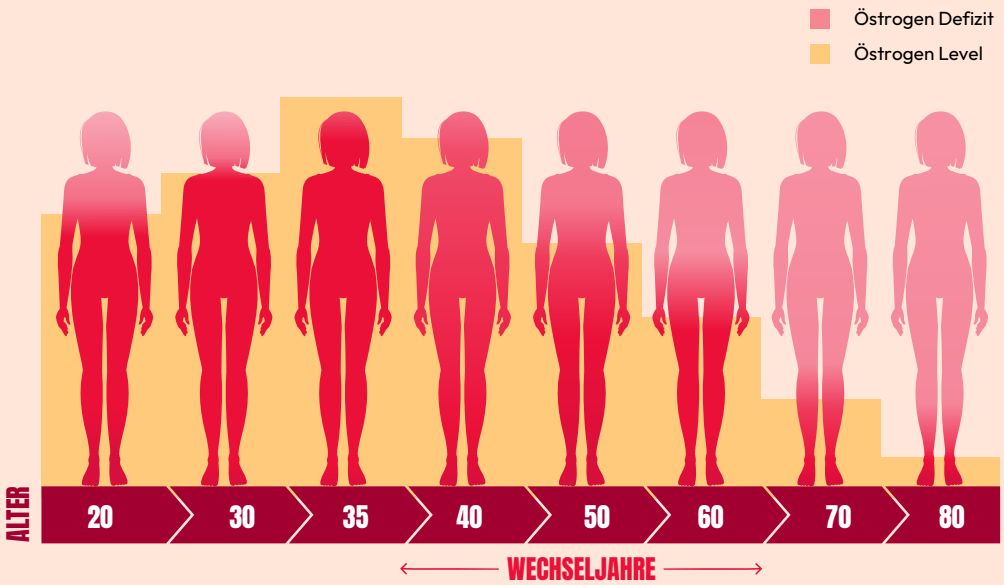
Interaktives PDF

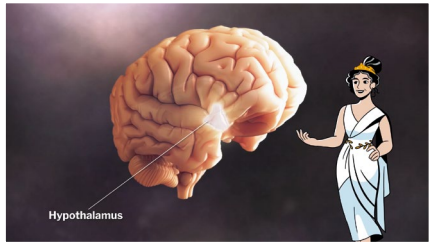
Die Wechseljahre sind eine natürliche Lebensphase jeder Frau, in der es aufgrund des abnehmenden Eizellvorrates und damit verbundener sinkender Hormonspiegel zunächst zu Unregelmäßigkeiten der Menstruation kommt, bis diese schließlich ganz ausbleibt.[1,2]

Trotz dieser ganz natürlichen Umstellung fühlt sich der eigene Körper für viele Frauen in dieser Zeit **alles andere als gewöhnlich** an. Die **Liste möglicher Beschwerden**, welche sich sowohl körperlich als auch psychisch bemerkbar machen, **ist lang.**[3]

Zwei dieser Symptome treten jedoch bei bis zu 80 % der Frauen in den Wechseljahren auf und sind **die Beschwerden, von denen Frauen in den Wechseljahren am häufigsten berichten: Hitzewallungen und Nachtschweiß.**[4] Im Zusammenhang mit den Wechseljahren gibt es dafür einen medizinischen Ausdruck:

HITZEWALLUNGEN UND NACHTSCHWEISS FALLEN UNTER DEN FACHBEGRIFF DER „VASOMOTORISCHEN SYMPTOME“, ABGEKÜRZT VMS.[5]





Vasomotorische Symptome werden in einem bestimmten Teil des Gehirns, dem **Hypothalamus**, ausgelöst. Der Hypothalamus ist zuständig für die **Regulation der Körpertemperatur.**

1

KONTAKT

QUELLEN

astellas

© 2025 Astellas Pharma GmbH.
MAT-DE-NON-2025-00153, April 2025

WEITERE INFORMATIONEN UNTER
www.menopausevms.com/de

DIE BRENNENDEN FRAGEN HINTER DEN WECHSELJAHREN: AUF DEN SPUREN VON HITZEWALLUNGEN & CO.

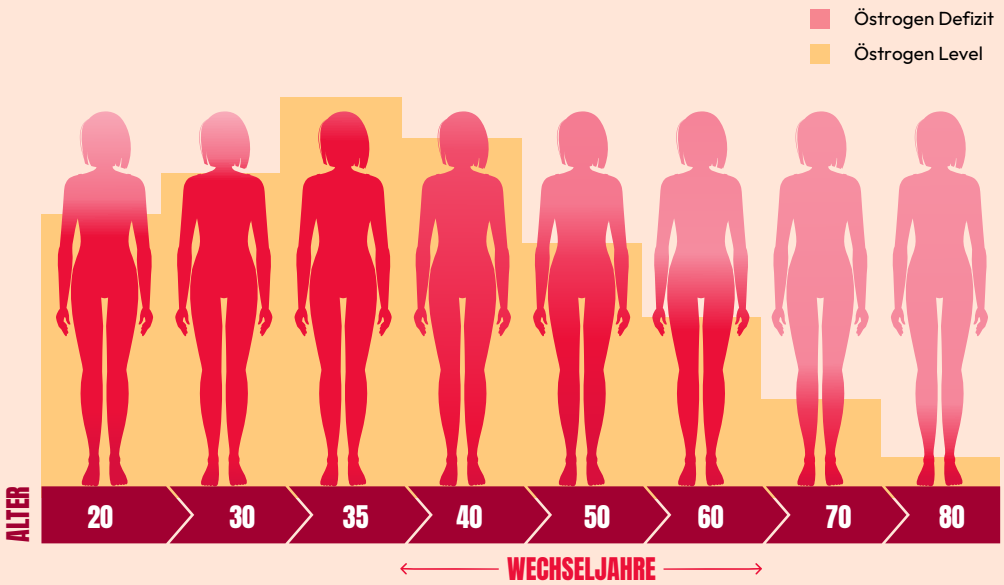
Interaktives PDF

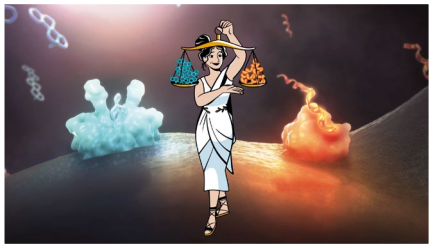
Die Wechseljahre sind eine natürliche Lebensphase jeder Frau, in der es aufgrund des abnehmenden Eizellvorrates und damit verbundener sinkender Hormonspiegel zunächst zu Unregelmäßigkeiten der Menstruation kommt, bis diese schließlich ganz ausbleibt.[1,2]

Trotz dieser ganz natürlichen Umstellung fühlt sich der eigene Körper für viele Frauen in dieser Zeit **alles andere als gewöhnlich** an. Die **Liste möglicher Beschwerden**, welche sich sowohl körperlich als auch psychisch bemerkbar machen, **ist lang.**[3]

Zwei dieser Symptome treten jedoch bei bis zu 80 % der Frauen in den Wechseljahren auf und sind **die Beschwerden, von denen Frauen in den Wechseljahren am häufigsten berichten: Hitzewallungen und Nachtschweiß.**[4] Im Zusammenhang mit den Wechseljahren gibt es dafür einen medizinischen Ausdruck:

HITZEWALLUNGEN UND NACHTSCHWEISS FALLEN UNTER DEN FACHBEGRIFF DER „VASOMOTORISCHEN SYMPTOME“, ABGEKÜRZT VMS.[5]





Der menschliche Körper besitzt sozusagen ein **„inneres Thermostat“**. Um dieses zu kontrollieren, wird ein **Gleichgewicht** zwischen dem Hormon Östrogen und einem Botenstoff des Gehirns namens Neurokinin B (NKB) benötigt.

astellas

© 2025 Astellas Pharma GmbH.
MAT-DE-NON-2025-00153, April 2025

WEITERE INFORMATIONEN UNTER
www.menopausevms.com/de

KONTAKT

QUELLEN

DIE BRENNENDEN FRAGEN HINTER DEN WECHSELJAHREN: AUF DEN SPUREN VON HITZEWALLUNGEN & CO.

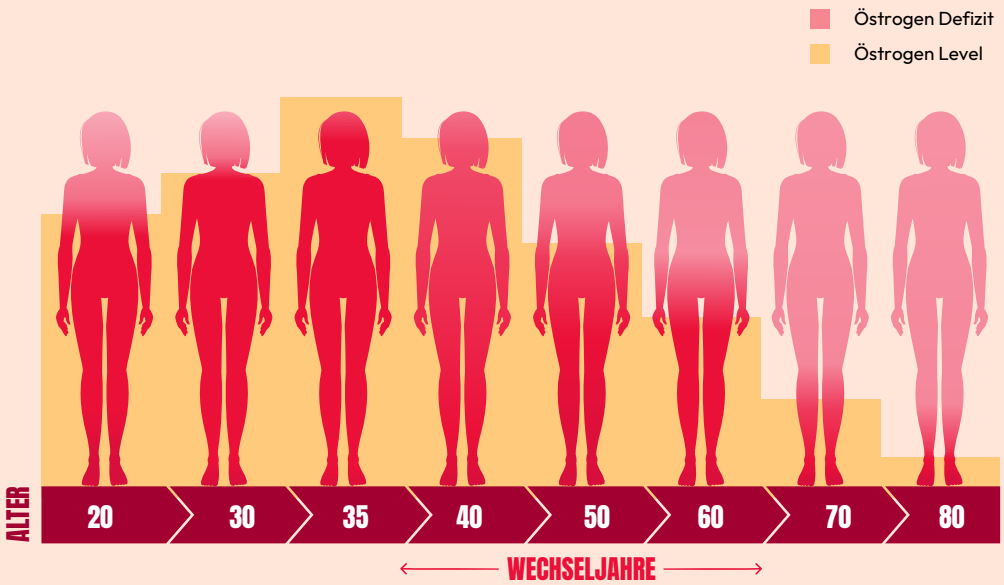
Interaktives PDF

Die Wechseljahre sind eine natürliche Lebensphase jeder Frau, in der es aufgrund des abnehmenden Eizellvorrates und damit verbundener sinkender Hormonspiegel zunächst zu Unregelmäßigkeiten der Menstruation kommt, bis diese schließlich ganz ausbleibt.[1,2]

Trotz dieser ganz natürlichen Umstellung fühlt sich der eigene Körper für viele Frauen in dieser Zeit **alles andere als gewöhnlich** an. Die **Liste möglicher Beschwerden**, welche sich sowohl körperlich als auch psychisch bemerkbar machen, **ist lang.**[3]

Zwei dieser Symptome treten jedoch bei bis zu 80 % der Frauen in den Wechseljahren auf und sind **die Beschwerden, von denen Frauen in den Wechseljahren am häufigsten berichten: Hitzewallungen und Nachtschweiß.**[4] Im Zusammenhang mit den Wechseljahren gibt es dafür einen medizinischen Ausdruck:

HITZEWALLUNGEN UND NACHTSCHWEISS FALLEN UNTER DEN FACHBEGRIFF DER „VASOMOTORISCHEN SYMPTOME“, ABGEKÜRZT VMS.[5]



Wenn der **Östrogenspiegel** während der Wechseljahre **sinkt**, wird dieses **Gleichgewicht gestört**.

KONTAKT

QUELLEN

astellas

© 2025 Astellas Pharma GmbH.
MAT-DE-NON-2025-00153, April 2025

WEITERE INFORMATIONEN UNTER
www.menopausevms.com/de

DIE BRENNENDEN FRAGEN HINTER DEN WECHSELJAHREN: AUF DEN SPUREN VON HITZEWALLUNGEN & CO.

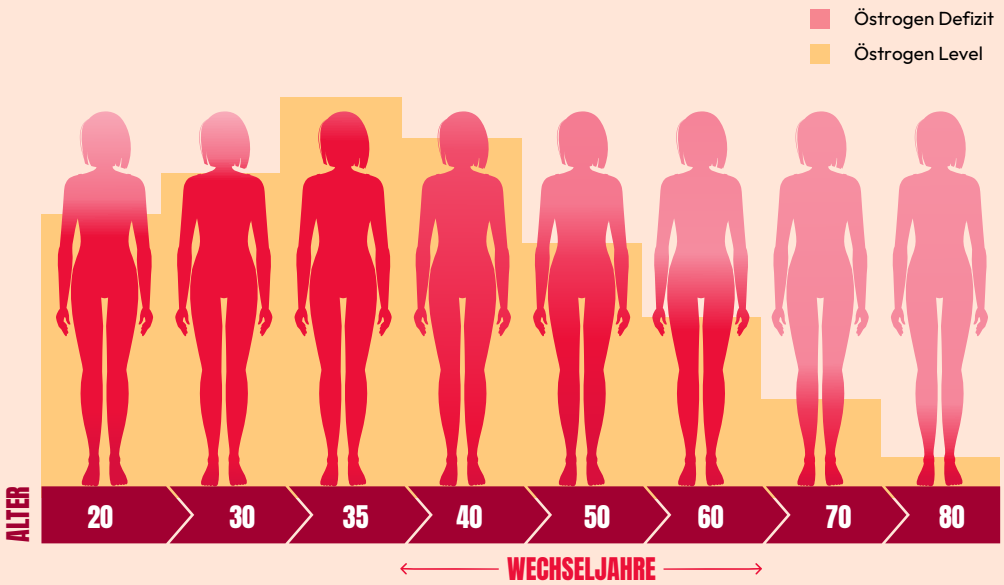
Interaktives PDF

Die Wechseljahre sind eine natürliche Lebensphase jeder Frau, in der es aufgrund des abnehmenden Eizellvorrates und damit verbundener sinkender Hormonspiegel zunächst zu Unregelmäßigkeiten der Menstruation kommt, bis diese schließlich ganz ausbleibt.[1,2]

Trotz dieser ganz natürlichen Umstellung fühlt sich der eigene Körper für viele Frauen in dieser Zeit **alles andere als gewöhnlich** an. Die **Liste möglicher Beschwerden**, welche sich sowohl körperlich als auch psychisch bemerkbar machen, **ist lang.**[3]

Zwei dieser Symptome treten jedoch bei bis zu 80 % der Frauen in den Wechseljahren auf und sind **die Beschwerden, von denen Frauen in den Wechseljahren am häufigsten berichten: Hitzewallungen und Nachtschweiß.**[4] Im Zusammenhang mit den Wechseljahren gibt es dafür einen medizinischen Ausdruck:

HITZEWALLUNGEN UND NACHTSCHWEISS FALLEN UNTER DEN FACHBEGRIFF DER „VASOMOTORISCHEN SYMPTOME“, ABGEKÜRZT VMS.[5]



Das veranlasst den Hypothalamus, dem Körper eine **Fehlermeldung über dessen aktuelle Temperatur** zu geben.

KONTAKT

QUELLEN

astellas

© 2025 Astellas Pharma GmbH.
MAT-DE-NON-2025-00153, April 2025

WEITERE INFORMATIONEN UNTER
www.menopausevms.com/de

DIE BRENNENDEN FRAGEN HINTER DEN WECHSELJAHREN: AUF DEN SPUREN VON HITZEWALLUNGEN & CO.

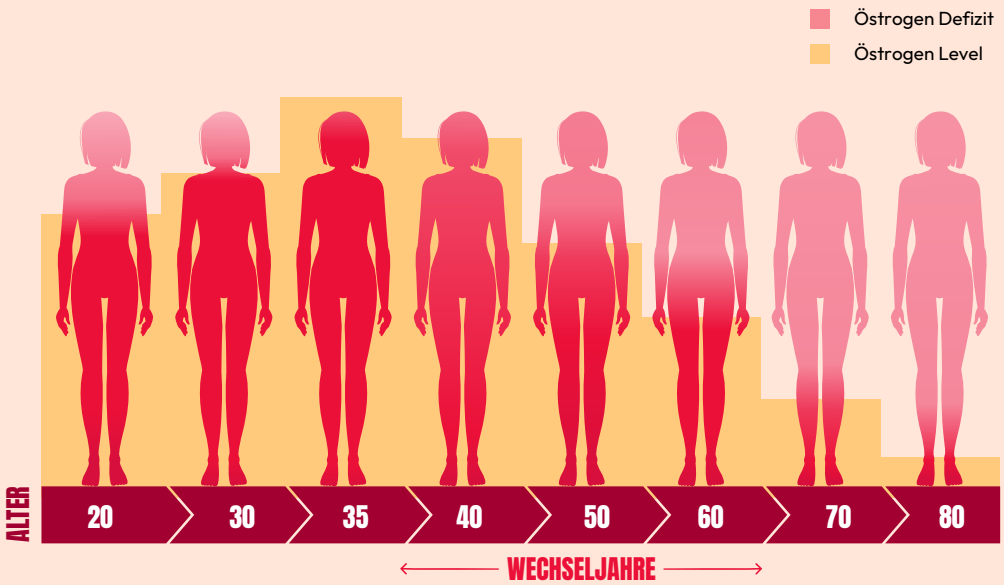
Interaktives PDF

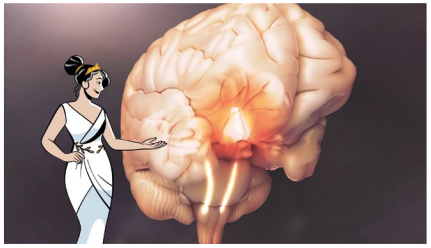
Die Wechseljahre sind eine natürliche Lebensphase jeder Frau, in der es aufgrund des abnehmenden Eizellvorrates und damit verbundener sinkender Hormonspiegel zunächst zu Unregelmäßigkeiten der Menstruation kommt, bis diese schließlich ganz ausbleibt.[1,2]

Trotz dieser ganz natürlichen Umstellung fühlt sich der eigene Körper für viele Frauen in dieser Zeit **alles andere als gewöhnlich** an. Die **Liste möglicher Beschwerden**, welche sich sowohl körperlich als auch psychisch bemerkbar machen, **ist lang.**[3]

Zwei dieser Symptome treten jedoch bei bis zu 80 % der Frauen in den Wechseljahren auf und sind **die Beschwerden, von denen Frauen in den Wechseljahren am häufigsten berichten: Hitzewallungen und Nachtschweiß.**[4] Im Zusammenhang mit den Wechseljahren gibt es dafür einen medizinischen Ausdruck:

HITZEWALLUNGEN UND NACHTSCHWEISS FALLEN UNTER DEN FACHBEGRIFF DER „VASOMOTORISCHEN SYMPTOME“, ABGEKÜRZT VMS.[5]





Woraufhin im Hypothalamus **Mechanismen zur Gegenregulation** ausgelöst werden, die sich als **Hitzewallungen und Nachtschweiß** bemerkbar machen.

KONTAKT

QUELLEN

astellas

© 2025 Astellas Pharma GmbH.
MAT-DE-NON-2025-00153, April 2025

WEITERE INFORMATIONEN UNTER
www.menopausevms.com/de

DIE BRENNENDEN FRAGEN HINTER DEN WECHSELJAHREN: AUF DEN SPUREN VON HITZEWALLUNGEN & CO.

Interaktives PDF

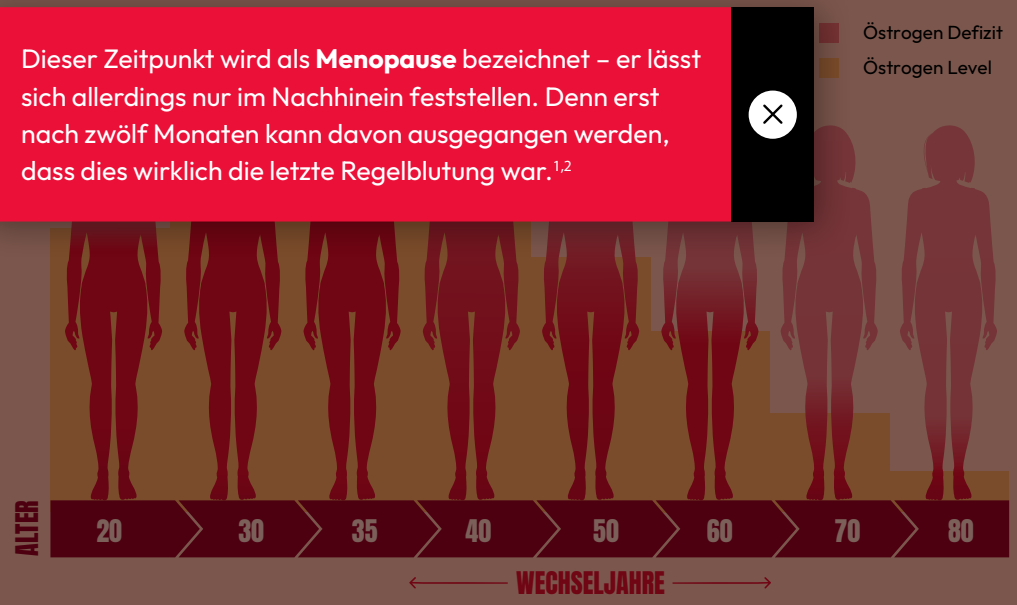
Die Wechseljahre sind eine natürliche Lebensphase jeder Frau, in der es aufgrund des abnehmenden Eizellvorrates und damit verbundener sinkender Hormonspiegel zunächst zu Unregelmäßigkeiten der Menstruation kommt, bis diese schließlich ganz ausbleibt.[1,2]

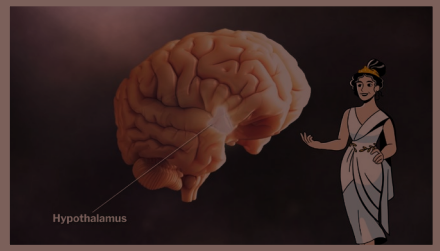
Trotz dieser ganz natürlichen Umstellung fühlt sich der eigene Körper für viele Frauen in dieser Zeit **alles andere als gewöhnlich** an. Die **Liste möglicher Beschwerden**, welche sich sowohl körperlich als auch psychisch bemerkbar machen, **ist lang.**[3]

Zwei dieser Symptome treten jedoch bei bis zu 80 % der Frauen in den Wechseljahren auf und sind **die Beschwerden, von denen Frauen in den Wechseljahren am häufigsten berichten: Hitzewallungen und Nachtschweiß.**[4] Im Zusammenhang mit den Wechseljahren gibt es dafür einen medizinischen Ausdruck:

HITZEWALLUNGEN UND NACHTSCHWEISS FALLEN UNTER DEN FACHBEGRIFF DER „VASOMOTORISCHEN SYMPTOME“, ABGEKÜRZT VMS.[5]

Dieser Zeitpunkt wird als **Menopause** bezeichnet – er lässt sich allerdings nur im Nachhinein feststellen. Denn erst nach zwölf Monaten kann davon ausgegangen werden, dass dies wirklich die letzte Regelblutung war.[1,2]





Vasomotorische Symptome werden in einem bestimmten Teil des Gehirns, dem **Hypothalamus**, ausgelöst. Der Hypothalamus ist zuständig für die **Regulation der Körpertemperatur.**

astellas

© 2025 Astellas Pharma GmbH.
MAT-DE-NON-2025-00153, April 2025

WEITERE INFORMATIONEN UNTER
www.menopausevms.com/de

KONTAKT

QUELLEN

DIE BRENNENDEN FRAGEN HINTER DEN WECHSELJAHREN: AUF DEN SPUREN VON HITZEWALLUNGEN & CO.

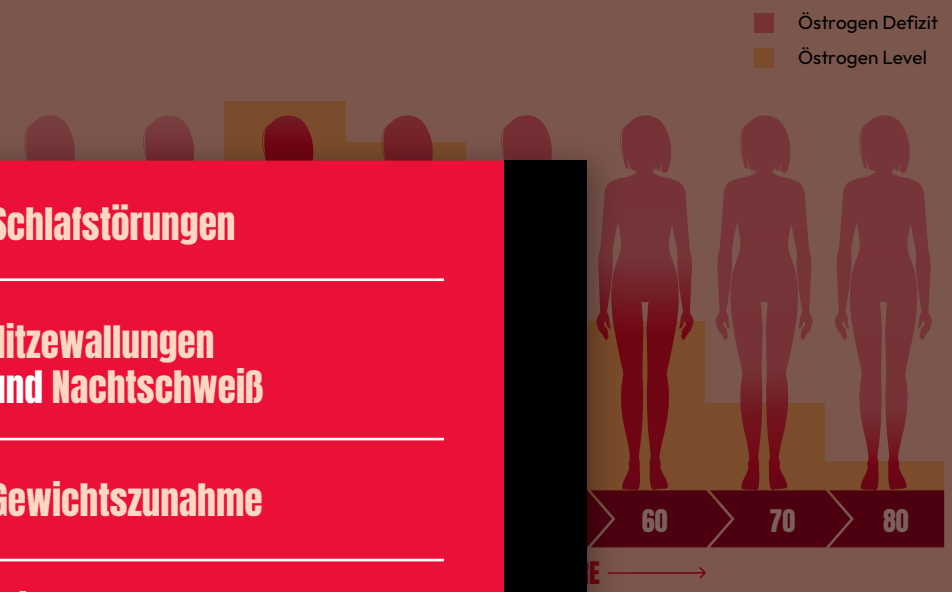
Interaktives PDF

Die Wechseljahre sind eine natürliche Lebensphase jeder Frau, in der es aufgrund des abnehmenden Eizellvorrates und damit verbundener sinkender Hormonspiegel zunächst zu Unregelmäßigkeiten der Menstruation kommt, bis diese schließlich ganz ausbleibt.[1,2]

Trotz dieser ganz natürlichen Umstellung fühlt sich der eigene Körper für viele Frauen in dieser Zeit **alles andere als gewöhnlich** an. Die **Liste möglicher Beschwerden**, welche sich sowohl körperlich als auch psychisch bemerkbar machen, **ist lang.**[3]

Zwei dieser Symptome treten jedoch bei bis zu 80 % der Frauen in den Wechseljahren auf und sind **die Beschwerden, von denen Frauen in den Wechseljahren am häufigsten berichten: Hitzewallungen und Nachtschweiß.**[4] Im Zusammenhang mit den Wechseljahren gibt es dafür einen medizinischen Ausdruck:

HITZEWALLUNGEN UND NACHTSCHWEISS FALLEN UNTER DEN FACHBEGRIFF DER „VASOMOTORISCHEN SYMPTOME“, ABGEKÜRZT VMS.[5]



Schlafstörungen

Hitzewallungen und Nachtschweiß

Gewichtszunahme

Stimmungsschwankungen, Reizbarkeit, depressive Verstimmungen

innere Unruhe oder Ängste

Scheidentrockenheit, Juckreiz oder Schmerzen beim Geschlechtsverkehr

torische Symptome werden
bestimmten Teil des Gehirns,
othalamus, ausgelöst.
othalamus ist zuständig für
lation der Körpertemperatur.

KONTAKT

QUELLEN

astellas

© 2025 Astellas Pharma GmbH.
MAT-DE-NON-2025-00153, April 2025

WEITERE INFORMATIONEN UNTER
www.menopausevms.com/de

DIE BRENNENDEN FRAGEN HINTER DEN WECHSELJAHREN: AUF DEN SPUREN VON HITZEWALLUNGEN & CO.

Interaktives PDF

Die Wechseljahre sind eine natürliche Lebensphase jeder Frau, in der es aufgrund des abnehmenden Eizellvorrates und damit verbundener sinkender Hormonspiegel zunächst zu Unregelmäßigkeiten der Menstruation kommt, bis diese schließlich ganz ausbleibt.[1,2]

Trotz dieser ganz natürlichen Umstellung fühlt sich der eigene Körper für viele Frauen in dieser Zeit **alles andere als gewöhnlich** an. Die **Liste möglicher Beschwerden**, welche sich sowohl körperlich als auch psychisch bemerkbar machen, **ist lang.**[3]

Zwei dieser Symptome treten jedoch bei bis zu 80 % der Frauen in den Wechseljahren auf und sind **die Beschwerden, von denen Frauen in den Wechseljahren am häufigsten berichten: Hitzewallungen und Nachtschweiß.**[4] Im Zusammenhang mit den Wechseljahren gibt es dafür einen medizinischen Ausdruck:

HITZEWALLUNGEN UND NACHTSCHWEISS FALLEN UNTER DEN FACHBEGRIFF DER „VASOMOTORISCHEN SYMPTOME“, ABGEKÜRZT VMS.

Vasomotorische Symptome werden in einem bestimmten Teil des Gehirns, dem **Hypothalamus**, ausgelöst. Der Hypothalamus ist zuständig für die **Regulation der Körpertemperatur.**

KONTAKT

Astellas Pharma GmbH

Unternehmenskontakt Astellas:
Katharina Goldmann
communications.de@astellas.com

Agenturkontakt We. Communications:
redaktion.astellas@wecommunications.com

QUELLEN

astellas

© 2025 Astellas Pharma GmbH.
MAT-DE-NON-2025-00153, April 2025

WEITERE
www.m

DIE BRENNENDEN FRAGEN HINTER DEN WECHSELJAHREN: AUF DEN SPUREN VON HITZEWALLUNGEN & CO.

Interaktives PDF

Die Wechseljahre sind eine natürliche Lebensphase jeder Frau, in der es aufgrund des abnehmenden Eizellvorrates und damit verbundener sinkender Hormonspiegel zunächst zu Unregelmäßigkeiten der Menstruation kommt, bis diese schließlich ganz ausbleibt.[1,2]

Trotz dieser ganz natürlichen Umstellung fühlt sich der eigene Körper für viele Frauen in dieser Zeit **alles andere als gewöhnlich** an.

QUELLEN

1 Thurston RC. Menopause. In: Crandall CJ, Bachman GA, Faubion SS, et al., eds. Menopause Practice: A Clinician's Guide. 6th ed. Pepper Pike, OH: North American Menopause Society, 2019; 1-21.

2 Padilla SL, Johnson CW, Barker FD, Patterson MA, Palmiter RD. A neural circuit underlying the generation of hot flushes. Cell Rep 2018; 24(2):271-277.

3 https://www.frauenaerzte-im-netz.de/ (2018). Wechseljahresbeschwerden. Online-Quelle. Verfügbar unter: https://www.frauenaerzte-im-netz.de/koerper-sexualitaet/wechseljahre-klimakterium/wechseljahresbeschwerden-klimakterische-beschwerden/ (zuletzt aufgerufen: April 2025)

4 Deutsche Gesellschaft für Gynäkologie und Geburtshilfe (Hrsg.). Peri- und Postmenopause – Diagnostik und Interventionen. S3-Leitlinie. Stand Januar 2020. Version 1.1. AWMF-Registernummer 015-062. Verfügbar unter https://register.awmf.org/de/leitlinien/detail/015-062 (zuletzt aufgerufen: April 2025).

5 Kaunitz AM, Manson JE. Management of menopausal symptoms. Obstet Gynecol. 2015; 126(4): 859-876.

6 Mittelman-Smith MA, Williams H, KrajewskiHall SJ et al., Arcuate kisspeptin/neurokinin B/dynorphin (KNDy) neurons mediate the estrogen suppression of gonadotropin secretion and body weight. Endocrinology 2012; 153: 2800–2812.

7 Rance NE, Dacks PA, Mittelman-Smith MA et al. Modulation of body temperature and LH secretion by hypothalamic KNDy (kisspeptin, neurokinin B and dynorphin) neurons: A novel hypothesis on the mechanism of hot flushes. Front Neuroendocrinol 2013; 34: 211–227.

8 Krajewski-Hall SJ, Blackmore EM, McMinn JR, Rance NE. Estradiol alters body temperature regulation in the female mouse. Temp Austin Tex 2018; 5: 56–69.

9 Kronenberg, Fred. Hot Flashes: Epidemiology and Physiology. Department of Rehabilitation Medicine Columbia University College of Physicians & Surgeons New York, New York 1003.