



HESSISCHER LANDTAG

03. 06. 2025

Plenum

Antrag

Fraktion der Freien Demokraten

Mehr Wissen, mehr Hilfe, mehr Sichtbarkeit – Maßnahmen für Frauen in der Perimenopause

Der Landtag wolle beschließen:

1. Der Landtag stellt fest:
 - a) Die Perimenopause – die hormonelle Übergangsphase vor der letzten Monatsblutung – betrifft nahezu alle Frauen zwischen dem 40. und 50. Lebensjahr. Sie kann mehrere Jahre andauern und verläuft mit teils erheblichen körperlichen und psychischen Beschwerden. Schätzungen zufolge leidet etwa ein Drittel der Frauen unter behandlungsbedürftigen Symptomen.
 - b) Typische Beschwerden umfassen Hitzewallungen, Schlafstörungen, depressive Verstimmungen, Konzentrations- und Gedächtnisprobleme, Zyklusunregelmäßigkeiten sowie körperliche Veränderungen (zum Beispiel Gewichtszunahme, Gelenkschmerzen). Diese Symptome beeinträchtigen Lebensqualität, berufliche Leistungsfähigkeit und soziale Teilhabe in erheblichem Maße.
 - c) Die Perimenopause ist im medizinischen Alltag unterrepräsentiert. Diagnosen werden oft verspätet oder gar nicht gestellt. Zahlreiche betroffene Frauen erfahren weder Anerkennung noch eine leitliniengerechte Behandlung.
 - d) In der gynäkologischen Facharztausbildung, im Medizinstudium sowie in der hausärztlichen Weiterbildung wird das Thema Wechseljahre, insbesondere die Perimenopause, kaum vermittelt. Das führt zu gravierenden Wissenslücken und einer unzureichenden Patientenversorgung.
 - e) Begriffe wie Menopause und Perimenopause werden häufig synonym verwendet, obwohl sie unterschiedliche hormonelle und klinische Phasen bezeichnen. Dies erschwert eine differenzierte Diagnostik und Therapie.
 - f) In Hessen fehlen bislang flächendeckende, spezialisierte Beratungs- und Behandlungsangebote für Frauen in der Perimenopause, obwohl diese Lebensphase viele tausend Frauen betrifft und gesundheitspolitische Relevanz hat.
2. Der Landtag fordert die Landesregierung auf, die medizinische Ausbildung in Hessen so weiterzuentwickeln, dass die Themen Perimenopause und Wechseljahre künftig eine angemessene Rolle in den Lehrplänen der hessischen Universitäten spielen. Ziel ist es, zukünftige Ärztinnen und Ärzte besser auf die spezifischen Bedürfnisse von Frauen in dieser Lebensphase vorzubereiten. Darüber hinaus soll in enger Zusammenarbeit mit der Landesärztekammer Hessen ein strukturiertes Fortbildungsprogramm für niedergelassene Gynäkologinnen und Gynäkologen sowie Hausärztinnen und Hausärzte zum Thema Perimenopause entwickelt und angeboten werden. Dieses Programm soll auf wissenschaftlich fundierten Grundlagen beruhen und auch praxisnahe Inhalte vermitteln. Zur Entwicklung ganzheitlicher und evidenzbasierter Behandlungsansätze soll die Landesregierung außerdem die Zusammenarbeit der hessischen Universitätskliniken fördern. Gemeinsam mit Expertinnen und Experten sollen interdisziplinäre Behandlungsleitfäden und Best-Practice-Modelle für die Versorgung von Frauen in der Perimenopause entwickelt werden.
3. Der Landtag fordert die Landesregierung weiterhin dazu auf, spezialisierte Versorgungsstrukturen zu schaffen. Hierfür ist es erforderlich die Einrichtung spezialisierter Perimenopause-Sprechstunden an den hessischen Universitätskliniken in Gießen, Marburg und Frankfurt zu unterstützen. Zudem ist die Schaffung eines „Runden Tisches Frauengesundheit – Fokus Perimenopause“ unter Beteiligung von Ärzten, Betroffenen, Selbsthilfegruppen und Krankenkassen angezeigt. Darüber hinaus ist es unabdingbar die Gesundheitsämter durch die Landesregierung dabei zu unterstützen, ihre Beratungsangebote zum Thema Frauengesundheit einschließlich der Perimenopause auszubauen.

4. Um das gesellschaftliche Bewusstsein für die Perimenopause zu stärken, fordert der Landtag die Landesregierung auf, eine breit angelegte Informations- und Aufklärungskampagne zu entwickeln. Diese Kampagne soll die Bevölkerung über Symptome, Verlauf und Behandlungsmöglichkeiten der Perimenopause aufklären und Betroffene ermutigen, Unterstützung in Anspruch zu nehmen. Zudem sollen zielgruppenspezifische Informationsmaterialien in verschiedenen Sprachen erstellt und über Arztpraxen, Gesundheitszentren, Kliniken und Arbeitgeber verbreitet werden. Die Landesregierung wird darüber hinaus aufgefordert, moderne Kommunikationskanäle wie Social Media, Webinare und Podcasts aktiv in die Informationsstrategie einzubeziehen, um insbesondere auch jüngere Frauen frühzeitig zu erreichen.
5. Der Landtag spricht sich für eine Intensivierung der Forschung zur Perimenopause in Hessen aus. Die Landesregierung wird aufgefordert, gezielt Forschungsprojekte an den hessischen Universitätskliniken zu fördern, die sich mit den medizinischen, psychischen und gesellschaftlichen Auswirkungen der Perimenopause befassen. Darüber hinaus soll eine landesweite Erhebung zur Versorgungssituation von Frauen in der Perimenopause initiiert werden. Diese soll bestehende Defizite identifizieren und als Grundlage für zielgerichtete politische Maßnahmen dienen. Um langfristig verlässliche Daten zur Versorgung und Entwicklung zu erhalten, soll zudem der Aufbau eines hessischen Registers für Perimenopause-Patientinnen unterstützt werden.
6. Um die Unterstützung für betroffene Frauen zu verbessern, fordert der Landtag die Landesregierung dazu auf, Selbsthilfegruppen zur Perimenopause stärker zu fördern und deren landesweite Vernetzung auszubauen. Diese Gruppen leisten einen wichtigen Beitrag zur emotionalen Stabilisierung, zum Erfahrungsaustausch und zur gegenseitigen Unterstützung. Auch Peer-to-Peer-Angebote, etwa durch geschulte Mentorinnen oder digitale Communities, sollen verstärkt etabliert und durch geeignete Förderinstrumente unterstützt werden. Schließlich wird die Landesregierung dazu aufgefordert, jährlich einen Bericht zur Versorgungssituation von Frauen in der Perimenopause vorzulegen. Dieser soll Fortschritte sichtbar machen, Transparenz schaffen und Grundlage für politische Folgeentscheidungen sein.

Begründung:

Die Perimenopause ist eine natürliche Lebensphase, die nahezu alle Frauen durchlaufen. Dennoch wird sie im Gesundheitssystem häufig ignoriert oder bagatellisiert. Das hat zur Folge, dass Millionen von Frauen in Deutschland – und Hunderttausende in Hessen – mit ihren Beschwerden allein gelassen werden.

Die hormonellen Schwankungen während der Perimenopause können zu erheblichen körperlichen und psychischen Symptomen führen, die nicht nur die Lebensqualität massiv beeinträchtigen, sondern auch die Arbeitsfähigkeit und gesellschaftliche Teilhabe der betroffenen Frauen. Wenn etwa ein Drittel aller Frauen unter massiven Beschwerden leidet, ist das auch ein erhebliches gesundheitspolitisches und gesellschaftliches Problem.

Besonders problematisch ist, dass selbst Fachärzte oft nicht ausreichend über die Perimenopause informiert sind. Das bedeutet in der Folge Fehldiagnosen, inadäquate Behandlungen und unnötiges Leid. Eine Verbesserung der medizinischen Aus- und Fortbildung ist daher dringend geboten.

Hessen hat jetzt die Chance, bei diesem wichtigen Thema der Frauengesundheit eine Vorreiterrolle zu übernehmen und sowohl die Versorgungsstrukturen als auch das Bewusstsein für die Perimenopause nachhaltig zu verbessern.

Wiesbaden, 3. Juni 2025

Der Fraktionsvorsitzende:
Dr. Stefan Naas