

Wechseljahre in Gelsenkirchen: Hormontherapie und Alternativen im Blick

Immer mehr Frauen in Gelsenkirchen entscheiden sich wieder für Hormonpräparate zur Linderung von Wechseljahresbeschwerden.

Ein wachsendes Interesse an Hormontherapien im Klimakterium

In Gelsenkirchen zeigt sich ein verstärktes Interesse an hormonellen Behandlungsformen für Frauen, die sich in der Übergangsphase zu den Wechseljahren, auch bekannt als Klimakterium, befinden. Diese Lebensphase, die gewöhnlich zwischen dem 45. und 55. Lebensjahr auftritt, bringt für viele Frauen körperliche und emotionale Herausforderungen mit sich. Während etwa ein Drittel der betroffenen Frauen kaum unter Beschwerden leidet, kämpfen zahlreiche andere mit Hitzewallungen, Stimmungsschwankungen und Schlafstörungen, die ihre Lebensqualität erheblich beeinträchtigen können.

Analyse der neuesten Verschreibungszahlen

Eine aktuelle Auswertung der AOK NordWest beleuchtet den jüngsten Anstieg der Verschreibungen von Hormonpräparaten. Im Jahr 2022 wurden in der Region Westfalen-Lippe über 92.000 Rezepte für Hormontherapien an AOK-versicherte Frauen im Alter von 40 bis 69 Jahren ausgestellt, was einem Anstieg von 4,1 Prozent gegenüber dem Vorjahr entspricht. Jörg Kock,

Serviceregionsleiter der AOK, erklärt, dass vor 20 Jahren hormonelle Therapien als übliche Behandlungsmethode galten, bevor wissenschaftliche Studien auf mögliche Risiken hinwiesen. Die gegenwärtigen Trends deuten jedoch darauf hin, dass das Interesse an Hormonpräparaten wieder zunimmt.

Risiken und Chancen der Hormontherapie

Die Entscheidung für oder gegen eine Hormontherapie sollte sorgfältig abgewogen werden. Die S3-Leitlinie aus dem Jahr 2020 empfiehlt eine individuelle Betrachtung des Nutzen-Risiko-Verhältnisses in enger Absprache mit der behandelnden Ärztin oder dem Arzt. Zwar können Hormonpräparate potenziell das Risiko für Erkrankungen wie Brustkrebs, Schlaganfall oder Herzinfarkt erhöhen, sie besitzen jedoch auch die Fähigkeit, die Symptome der Wechseljahre signifikant zu lindern.

Alternative Methoden zur Linderung von Wechseljahresbeschwerden

Nicht alle Frauen sind jedoch auf eine Hormontherapie angewiesen. Bei Frauen mit leichteren Beeinträchtigungen gibt es zahlreiche alternative Ansätze, um die Symptome zu mildern. Eine gesunde Ernährung, der Verzicht auf Alkohol und Koffein sowie Techniken zur Stressbewältigung können wirksame Methoden zur Linderung von Hitzewallungen, Schlaflosigkeit und Unruhe darstellen. Zusätzlich unterstützen regelmäßige sportliche Aktivitäten das allgemeine Wohlbefinden und tragen dazu bei, das Gewicht zu kontrollieren.

AOKs Angebote zur Gesundheitsförderung

Die AOK NordWest bietet verschiedene Präventionsangebote an, die speziell auf die Bedürfnisse von Frauen in dieser Lebensphase zugeschnitten sind. Diese beinhalten nicht nur Gruppenangebote vor Ort, sondern auch flexible Online-Programme, die kostenfrei für AOK-Kunden sind. Informieren Sie

sich über unter aok.de/nw, um mehr über die Möglichkeiten zur Gesundheitspflege und den neuen Kursprogrammen zu erfahren, die von qualifizierten Fachkräften geleitet werden.

Die Entscheidung für eine Hormontherapie oder alternative Behandlungsmethoden ist eine individuelle Angelegenheit, die sorgfältig in Absprache mit medizinischen Fachkräften getroffen werden sollte. In Gelsenkirchen, wo immer mehr Frauen von den Herausforderungen der Wechseljahre betroffen sind, könnte die Rückkehr zu Hormonpräparaten einen signifikanten Unterschied für viele bedeuten.

Details

Besuchen Sie uns auf: n-ag.de