



## Gemeinsame Pressemitteilung

### Frauengesundheit 2014: informiert – aktiv – bewegt

#### Frauengesundheitskongress des Bundesministeriums für Gesundheit (BMG) und der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) am 1. Oktober in Berlin

*Köln/Berlin, 1. Oktober 2014.* Bei Frauen werden doppelt so oft Depressionen diagnostiziert wie bei Männern. Zwei Drittel aller Arzneimittelabhängigen sind Frauen. Diese und weitere spannende Aspekte thematisiert der Frauengesundheitskongress 2014. Unter dem Motto „informiert – aktiv – bewegt“ laden das Bundesministerium für Gesundheit (BMG) und die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) Fachleute aus den Bereichen Frauengesundheit und Gesundheitsförderung zum Austausch ein.

Anlässlich der Eröffnung des Kongresses erklärt die Parlamentarische Staatssekretärin beim Bundesminister für Gesundheit **Ingrid Fischbach**: "Frauengesundheit ist ein Querschnittsthema, bei dem alle Akteurinnen und Akteure im Gesundheitswesen sich für die Belange von Frauen und die Geschlechtergerechtigkeit einsetzen und aktiv an deren Umsetzung beteiligen müssen. Nur so können Über-, Unter- und Fehlversorgungen von Frauen vermieden werden. Das BMG hat das Thema Frauengesundheit in vielen Themenbereichen aufgegriffen. Neben der Verankerung als Querschnittsthema werden vor allem die psychische Gesundheit, der Suchtbereich und der Medikamentenmissbrauch sowie Frauen mit besonderen Problemlagen, wie z.B. von Gewalt betroffene Frauen mit Suchterkrankungen, in den Fokus genommen."

In den letzten Jahrzehnten hat sich die Rolle der Frau stark verändert. Frauen sind heutzutage selbstbestimmt in beruflichen und gesundheitlichen Entscheidungen. Studien zur Frauengesundheit zeigen, dass deutlich mehr Frauen als Männer an Früherkennungsuntersuchungen teilnehmen. „Frauen suchen bei Beschwerden frühzeitiger medizinischen Rat als Männer“ betont **Prof. Dr. Elisabeth Pott**, Direktorin der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung. „Der andere Umgang mit Krankheiten birgt jedoch auch Risiken. Im Vergleich zu Männern werden Frauen fast doppelt so häufig Schlaf- und Beruhigungsmittel oder andere Psychopharmaka verschrieben. Zwei Drittel der Arzneimittelabhängigen sind weiblich“, so **Pott** weiter.

Auf dem Programm des Frauengesundheitskongresses 2014 stehen neben dem frauenspezifischen Umgang mit Medikamenten auch die psychische Gesundheit von Frauen und Informationen zu Prävention und Gesundheitsförderung durch Bewegung.

Eine gesundheitsbewusste Lebensweise hilft fit zu bleiben und verringert das Risiko von Übergewicht. In Deutschland sind 53 Prozent der Frauen übergewichtig und 24 Prozent der weiblichen Bevölkerung von Adipositas betroffen. „Gegen bekannte Risikofaktoren wie erhöhten Blutdruck oder starkes Übergewicht können Frauen mit bewusster Ernährung und ausreichend Bewegung vieles tun“, erläutert **Elisabeth Pott**. „Sport und Bewegung fördern die Gesundheit und das Wohlbefinden und helfen gleichzeitig Stress vorzubeugen und abzubauen.“ Ebenso können Beschwerden bei bestimmten Erkrankungen durch gezielte Bewegungsprogramme gelindert werden. Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) empfiehlt wöchentlich mindestens 150 Minuten körperliche Aktivität.

Anregungen und Gesundheitsinformationen für Frauen, die sich an deren spezifischen weiblichen Interessen orientieren, bietet seit rund zehn Jahren das Frauengesundheitsportal der BZgA [www.frauengesundheitsportal.de](http://www.frauengesundheitsportal.de). Dort finden Interessierte auch das Tagungsprogramm des Frauengesundheitskongresses 2014 und Informationen aus zahlreichen Bereichen der Frauengesundheit und Gesundheitsförderung.

Hintergrundinformationen zu Demografie und Lebenslagen, zu Gesundheit und Krankheit und zum Gesundheitsverhalten von Frauen stehen zum Download unter:

<http://www.bzga.de/presse/daten-und-fakten/>