



Medieninformation

## **I'm still hot. It just comes in flashes now... Menopause – die unaussprechliche Veränderung?!**

**7. März 2018. Bei fast allen Säugetieren ist mit dem Ende der Fruchtbarkeit das Leben vorbei. Nur bei Orcas, Elefanten und Frauen nicht. Eine Laune der Natur? Nein, denn zumindest in Asien gelten Frauen in den Wechseljahren als weiser, reifer, angesehener. Nur in der westlichen Welt wird die Menopause nicht als Privileg, sondern als Schicksalsschlag betrachtet. Sie leidet an einem massiven Imageproblem, steht sie doch für den Verlust von Jugend, Fruchtbarkeit und Attraktivität. Dies führt dazu, dass Frauen über jenes Thema, das früher oder später alle betrifft, nur hinter vorgehaltener Hand sprechen. Das heimische Familienunternehmen GYNIAL will dies nun ändern: mit einem tabulosen Talk zum Thema „Menopause – die unaussprechliche Veränderung?!“, in dem fünf starke Frauen offen über die Fakten und Mythen des Klimakteriums sprechen und mit einer neuen Informations-Plattform: [www.menogynial.com](http://www.menogynial.com).**

„Wir haben uns zu 100 Prozent auf Frauengesundheit spezialisiert, weil uns dieses Thema am Herzen liegt. Dazu gehören nicht nur die Bereiche Verhütung, Mama werden und Schwangerschaft, sondern auch die Menopause. Denn sie ist eine wichtige Phase in der Mitte des Lebens jeder Frau - und nicht der Anfang vom Ende. Schließlich sind Frauen ab 40 heute fit und erfolgreich. Daher möchten wir diese Frauen nun mit gezielten Informationen abholen, wie sie diese Lebensphase am besten meistern und wie sie weiterhin aktiv das Leben genießen können“, erklärt Rudolf Wessely, Gründer und Geschäftsführer von GYNIAL.

### **Wunder Weib im Wechsel-Bad der Gefühle**

Menopause – allein das Wort jagt Frauen heißkalte Schauer über den Rücken. Denn die Wechseljahre werden meist mit Hitzewallungen, Schlafstörungen, Gewichtszunahme, Stimmungsschwankungen, Konzentrationsstörungen,



trockener Haut, Haarausfall, Schmerzen beim Sex, Libido-Verlust, Harninkontinenz und Osteoporose gleichgesetzt. Ein sprichwörtliches Wechselbad der Gefühle, um das sich viele Mythen ranken, nur: Was passiert wirklich in der Menopause? „Alle diese Symptome können eintreten, müssen aber nicht! Denn so unterschiedlich, wie Frauen die Pubertät oder die Schwangerschaft erleben, so individuell sind auch die Wechseljahre“, weiß Rudolf Wessely. „Auch in dieser Lebensphase kommt es auf die persönliche Veranlagung, die eigene Einstellung und eine gesunde Lebensweise mit regelmäßiger Bewegung und ausgewogener Ernährung an.“

### **Was wirklich passiert – und was die Österreicherinnen darüber wissen.**

Fest steht: Jede Frau durchlebt irgendwann diese natürliche Übergangsphase: Bei den meisten beginnt sie zwischen 45 und 55, im Schnitt mit 49. Was viele nicht wissen: Schon bei der Geburt wird festgelegt, dass der Vorrat an weiblichen Eizellen endlich ist. In den Wechseljahren nimmt die Hormonproduktion ab, die Eierstöcke produzieren also weniger Östrogen und Gestagen. Damit verliert die Frau ihre Fruchtbarkeit. Irgendwann bleibt die Monatsblutung völlig aus. Die natürlichste Sache der Welt...

Doch wie der GYNIAL Frauen Gesundheits Check 2017 gezeigt hat – eine Meinungsraum-Umfrage unter 1.000 Österreicherinnen –, gehen viele ahnungslos in diese Phase. Auf die Frage, was der Begriff Menopause überhaupt bedeutet, meinen 44 Prozent der Österreicherinnen spontan: „Die Menstruation kommt unregelmäßig“, „hört auf“, „die Regel oder Blutung bleibt aus“. 39 Prozent beschreiben die Menopause als „Wechseljahre“, „Wechsel“ oder „Klimakterium“, 13 Prozent mit den Worten „unfruchtbar, man kann keine Kinder mehr bekommen“. Und 12 Prozent nennen „Hormone/Hormonumstellung“. Ganze 15 Prozent können zum Begriff Menopause spontan keine Angaben machen. 4 Prozent geben sogar eine falsche Antwort. Somit kann etwa jede 5. Österreicherin (19 Prozent) mit dem Begriff Menopause rein gar nichts anfangen... 9 Prozent sehen dem Wechsel besorgt entgegen. Der häufigste Grund: Angst vor Beschwerden.



### **Die Menopause: anders als vermutet**

Interessanterweise werden die Symptome der Menopause von Frauen, die bereits im Wechsel waren beziehungsweise gerade sind, ganz anders erlebt als vorher vermutet: 77 Prozent der österreichischen Frauen glauben, dass Hitzewallungen und Schweißausbrüche im direkten Zusammenhang mit der Menopause stehen. Dicht gefolgt von Stimmungsschwankungen (68 Prozent), Gewichtszunahme (46 Prozent), Schlafstörungen (43 Prozent), sexueller Unlust (41 Prozent) und Depressionen (41 Prozent). Einige Symptome werden von Frauen allerdings unterschätzt und treten in der Menopause dann doch häufiger auf, beispielsweise Hitzewallungen und Schweißausbrüche: 75 Prozent jener Frauen in Österreich, die noch nicht im Wechsel sind, vermuten diese Symptome. Dem gegenüber stehen 83 Prozent von Frauen, die nach dem Wechsel tatsächlich davon berichten. Ähnlich unterschätzt werden Gewichtszunahme, Schlafstörungen und Scheidentrockenheit.

### **Beschwerden einfach akzeptieren?**

3 von 10 österreichischen Frauen (29 Prozent), die sich gerade im Wechsel befinden, nehmen Nahrungsergänzungsmittel zur Linderung von Wechselbeschwerden. 15 Prozent jener Frauen, die den Wechsel schon hinter sich haben, griffen ebenfalls zu Nahrungsergänzungsmitteln. Ärzte rieten jeder 5. Frau (19 Prozent), die sich gerade im Wechsel befindet oder ihn hinter sich hat, zu Nahrungsergänzungsmitteln bei Wechselbeschwerden. 8 Prozent wurden diesbezüglich in der Apotheke beraten und 24 Prozent haben sich selbst informiert. Jede 2. Frau in Österreich (49 Prozent) wurde in puncto Nahrungsergänzungsmittel bei Wechselbeschwerden gar nicht beraten.

### **Entspannt durch die Wechseljahre: mit MenoGynial Plus.**

„Die Gesundheit, das Lebensgefühl und das Wohlbefinden von Frauen in der Mitte ihres Lebens liegt uns sehr am Herzen. Deshalb haben wir unser Angebot um das innovative Nahrungsergänzungsmittel MenoGynial Plus erweitert, das



dank hochwertiger Inhaltsstoffe die Beschwerden in dieser hormonellen Übergangsphase lindern kann“, erklärt Rudolf Wessely.

Die veganen, in Österreich entwickelten Kapseln unterstützen mit **125 mg Isoflavone aus Sojabohnen und Rotklee** die hormonelle Balance in den Wechseljahren. Zusätzlich enthält MenoGynial Plus (€ 29,80, erhältlich auf [www.gynial.com/shop](http://www.gynial.com/shop)) Extrakte aus **Hopfenblüten, Yamswurzel und Salbei**. **Vitamin B6** und das lebensnotwendige Spurenelement **Zink** ergänzen sinnvoll diese innovative Rezeptur. Zink trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems und zur Erhaltung normaler Knochen, Haare und Nägel bei. Vitamin B6 trägt zur Regulierung der Hormontätigkeit und zu einer normalen Funktion des Nervensystems und der Psyche bei.

---

**Das österreichische Pharmaunternehmen GYNIAL** wurde 2007 in Wien gegründet und widmet sich zu 100 Prozent der Gynäkologie und Frauengesundheit. Gemeinsam mit Experten und Partnerfirmen entwickelt GYNIAL Innovationen und Lösungen, damit Frauen ihre Weiblichkeit in vollen Zügen genießen können. Bereits bewährte Produkte werden sorgfältig nach dem aktuellen Stand der Wissenschaft ausgewählt. Mehr Informationen unter [www.gynial.com](http://www.gynial.com).

**Medienkontakt: SPIEGL & LEHNER OG, Relations Management:**

Doris Spiegl, Bakk. phil.: +43/676/540 15 94 oder [spiegl@spieglllehner.com](mailto:spiegl@spieglllehner.com)

Mag. Karin Lehner: +43/650/555 66 56 oder [lehner@spieglllehner.com](mailto:lehner@spieglllehner.com)