



body & soul FRAUENGESUNDHEIT

GENDERMEDIZIN *Die Dosis macht den Unterschied*

Frauen leiden anders als Männer, Medikamente wirken zum Teil unterschiedlich. Schuld sind die **HORMONE, AUCH SOZIALE MUSTER SPIELEN EINE ROLLE**, wie die Gendermedizin weiß. Zwei Ärztinnen erklären, was dahintersteckt und was das für die Praxis bedeutet.

Wenn Männer krank sind, leiden viele so richtig. Nicht von ungefähr spricht man auch leicht ironisch von der Männergrippe. Denn zahlreiche Studien zeigen, dass eigentlich Frauen Schmerz viel stärker empfinden. „Das liegt wahrscheinlich am hohen Östrogenspiegel, der macht empfindlicher. Aber auch eine soziale Komponente wird vermutet“, erklärt Prof. Alexandra Kautzky-Willer, Internistin, Leiterin des Instituts für Gendermedizin an der Medizinischen Universität Wien und wissenschaftliche Verantwortliche am [La Pura Women's Health Resort](http://meduniwien.ac.at/gender-medicine, la-pura.at) (meduniwien.ac.at/gender-medicine, la-pura.at). „Frauen fühlen Schmerzen stärker, egal bei welcher Erkrankung. Sie kommen aber auch besser damit zurecht, wahrscheinlich weil sie so sozialisiert wurden, dass sie sich eher

damit abfinden.“ Insgesamt gibt es fast keine Krankheit, die bei den zwei Geschlechtern gleich verläuft. WOMAN hat bei Kautzky-Willer und der Allgemeinmedizinerin Dr. Doris Gapp (womanandhealth.at) nachgefragt, was dahintersteckt, von welchen Gesundheitsproblemen Frauen stärker betroffen sind und warum die Entwicklung von frauenspezifischen Medikamenten noch in den Kinderschuhen steckt.

DIE HORMONE SIND SCHULD.

JUNGE WISSENSCHAFT. Etabliert hat sich die Gendermedizin in den 1990er-Jahren in den USA. Ärztinnen hatten dort nachgewiesen, dass es bei der Häufigkeit von Krankheiten, Symptomen und der Auswirkung von Medikamenten große Unterschiede zwischen den Geschlechtern gibt. So leiden Frauen bis zu zehn Mal häufiger an Autoimmunerkrankungen

etwa der Schilddrüse oder verschiedenen Formen von Rheuma. Grund dafür sind die Genetik und die Hormone. „Das Immunsystem sitzt auf dem X-Chromosom, von dem die Frauen zwei Stück haben. Ist eines davon defekt, kann das zweite, anders als bei Männern, die ein Y-Chromosom haben, einspringen“, erklärt Kautzky-Willer. „Dadurch ist das Immunsystem stärker aktiviert. Das ist an sich ein Vorteil, kann aber die Immunantwort so steigern, dass sie sich gegen den eigenen Körper richtet und eben eine Autoimmunkrankheit auslöst. Dazu kommt, dass Frauen einen viel höheren Östrogenspiegel haben als Männer, was noch einmal steigernd wirkt.“ Da sich der Hormonspiegel im Zyklus ständig ändert, ist er sehr störanfällig. Einerseits schützt er Frauen, zumindest vor der Menopause, besser vor (Männer-)Krankheiten

wie Herzinfarkt, Diabetes, Darmkrebs, Fettleber oder Nierenproblemen. Andererseits erhöht er die Schmerzempfindlichkeit und fördert Migräne oder das Reizdarmsyndrom.

PSYCHOSOZIALE UNTERSCHIEDE.

Doch auch soziale Muster und Rollenbilder sind für unterschiedliche Krankheitsbilder und deren Diagnose verantwortlich. „Frauen haben meistens einen gesünderen Lebensstil als Männer, sie managen die Gesundheit der ganzen Familie. Aber sie nehmen sich selbst nicht so wichtig“, erzählt Dr. Doris Gapp aus ihrer täglichen Praxis. „Und sie reden eher über ihre Beschwerden, sowohl körperliche als auch seelische. Das führt aber immer wieder dazu, dass Symptome fälschlicherweise als psychosomatisch oder sogar als Depression interpretiert werden.“ Die Folge ist, dass körperliche Krankheiten häufig später erkannt und damit auch therapiert werden.

UNGLEICHE SYMPTOME MACHEN DIE DIAGNOSE OFT SCHWER.

GROSSE UNTERSCHIEDE. Dazu kommt, dass Frauen bei manchen Krankheiten nicht die typischen Symptome aufweisen. Ein klassisches Beispiel ist der Herzinfarkt. Erleiden Männer einen, wird er durch Druckschmerzen in der Brust meist rasch diagnostiziert. Doch diese „typische Männerkrankheit“ ist keine solche mehr. Durch geänderte Lebensbedingungen, schlechte Ernährung und Stress durch Doppelbelastungen ist die Häufigkeit eines Herzinfarkts bei Frauen mittlerweile genauso hoch oder sogar noch höher. „Doch viel zu oft wird er nicht oder erst sehr spät erkannt, weil Frauen eher diffuse Schmerzen im Rücken oder Bauchraum haben oder über extreme Abgeschlagenheit klagen. Auch gewisse Parameter im Blut sind viel weniger signifikant. Das hat eine spätere Behandlung und

Frauenschmerz ist stärker

Hormone. 28 Prozent der Frauen in Österreich leiden an chronischen Schmerzen, aber nur 18 Prozent der Männer. Wenn Patienten ihre Schmerzen auf einer Skala von 1 bis 10 einordnen, liegt die weibliche Kategorisierung durch die Bank höher. Das liegt wahrscheinlich am höheren Östrogenspiegel, der empfindlicher macht. Testosteron dagegen senkt das Schmerzempfinden.

Andere Ursachen. Wir werden zusätzlich von den typischen Frauenkrankheiten heimgesucht. Migräne, Spannungskopfschmerz, Reizdarmsyndrom, rheumatische Entzündungen oder Fibromyalgie (chronische Schmerzen in Muskeln und Bindegewebe) betreffen Männer um einiges weniger.

Sozialisation. Trotzdem gehen Frauen sowohl sozial als auch psychisch besser mit Schmerzen um als Männer, lassen sich die Stimmung davon weniger leicht vermiesen. Woran das liegt, weiß man noch nicht genau, es wird aber die weibliche Sozialisation dahinter vermutet. Frauen wird laut Dr. Kautzky-Willer unbewusst immer noch beigebracht, dass sie sich mit gewissen Dingen einfach abfinden müssen.

so auch schlechtere Genesungschancen zur Folge“, weiß Dr. Gapp.

BLAUE PILLEN, ROSA PILLEN

RICHTIGE DOSIS.

Mittlerweile ist auch bekannt, dass Medikamente bei Männern und Frauen unterschiedlich stark wirken. Woran das liegt? „Die Konzentration der Sexualhormone, also Testosteron und Östrogen, beeinflusst, wie der Wirkstoff im Körper verarbeitet wird. Und da der Hormonspiegel bei Frauen ständig schwankt, ist es in Studien viel schwieriger, für sie ein signifikantes Ergebnis zu bekommen. Früher wurden deshalb fast ausschließlich Männer für Zulassungsstudien



»Die Zahl der Frauen in Medikamenten-Studien ist oft immer noch zu niedrig, um signifikante Daten zu bekommen.«

PROF. DR. ALEXANDRA KAUTZKY-WILLER,
 FA FÜR INNERE MEDIZIN

FOTOS: GETTY IMAGES, NEWS/STOEGWUELLER, KATHARINA

body & soul FRAUENGESUNDHEIT

» herangezogen. Das hat sich zwar verändert, aber die Zahl der Frauen ist oft immer noch zu niedrig, um signifikante Daten zu bekommen“, betont Gendermedizinerin Kautzky-Willer. „Man weiß heute, dass die Enzymaktivität der Leber durch das höhere Östrogen beeinflusst wird. Medikamente, die über die Leber verstoffwechselt werden, wirken zum Teil stärker, manche Wirkstoffe werden aber auch schlechter aufgenommen und haben keinen positiven Effekt.“ Opioidhaltige Schmerzmittel wirken z. B. bei Frauen besser, der Wirkstoff Ibuprofen dagegen schlägt bei Männern eher an.

NEBENWIRKUNGEN. Ziel wäre es, dass bei allen Medikamenten, egal ob rezeptfreies Schmerzmittel oder ein Präparat für chronisch Kranke, im Beipackzettel die Wirkung und Nebenwirkungen für Männer und Frauen gesondert angeführt werden. „Bei manchen ist das auch schon geschehen“, weist Kautzky-Willer darauf hin. „In den USA wurde bei einem Schlafmittel die Dosis für Frauen offiziell halbiert. Und bei einem Diabetes-Medikament ist angezeigt, dass es bei Frauen öfter zu Harnwegsinfekten und Pilzinfektionen kommt. Aber das



Autoimmunkrankheiten sind weiblich

Auslöser. Dabei handelt es sich um eine Überreaktion des Immunsystems, das sich gegen den eigenen Körper richtet. Typisch sind Schilddrüsenprobleme wie Hashimoto, Rheumatische Arthritis, Multiple Sklerose, Psoriasis (Schuppenflechte), Morbus Crohn oder Vitiligo (Weißfleckenkrankheit). Frauen leiden bis zu zehn Mal häufiger an manchen dieser Krankheiten.

Hintergrund. Wodurch sie ausgelöst werden, weiß man immer noch nicht genau. Eine Mischung aus genetischen und hormonellen Ursachen wird vermutet, dazu kommen äußere Faktoren wie Infektionen oder Impfungen. Die sind aber für beide Geschlechter gleich. Genetisch ist das doppelte X-Chromosom der Frau verantwortlich. Fällt das eine aus, kann das zweite aktiviert werden. An sich ist das ein Vorteil gegenüber den Männern. Allerdings kann das auch zu einer überschießenden Immunreaktion führen und Krankheiten auslösen. Was die Hormone angeht, ist der höhere und sich ständig ändernde Östrogenspiegel schuld.

Was hilft. Heilen lässt sich leider noch keine dieser Erkrankungen. Doch es gibt bereits gute Medikationen. Zusätzlich beeinflusst ein gesunder Lifestyle den Verlauf positiv. Zu viel Stress und psychische Belastungen dagegen können einen Krankheitsschub auslösen.

sind vereinzelte Erfolge. Insgesamt müssen Studienergebnisse für Frauen noch viel öfter getrennt analysiert werden. Dann könnte man Wirkstoffe differenziert von Geschlecht, Alter und Körpergewicht dosieren. Aufgrund der Hormone gibt es ja sogar in der ersten und zweiten Zyklushälfte Unterschiede.“ Es besteht aber deshalb kein Grund zur Panik, wie Dr. Gapp betont: „Nimmt man ein Medikament nur kurze Zeit, hat die unterschiedliche Verstoffwechslung keine gravierenden Folgen. Die Dosierung eines Antibiotikums sollte aber bei einer zarten Frau anders erfolgen als bei einem starken Mann. Und es ist wichtig, abzuklären, ob eine Frau hormonell verhütet. Denn auch synthetische Hormone beeinflussen, ebenso wie natürliche, die Wirkung von Medikamenten.“



»Man muss klären, ob eine Frau hormonell verhütet. Denn das kann die Wirksamkeit von Medikamenten beeinflussen.«

DR. DORIS GAPP,
 ALLGEMEINMEDIZINERIN

LUST AN DER BEWEGUNG

ZUCKERFALLE. Und weil auch der Lifestyle ausschlaggebend ist für ein langes, gesundes Leben, sei auch darauf ein Blick geworfen: Frauen vertragen z. B. Alkohol und Zigaretten viel schlechter als Männer. Und Kautzky-Willer bemängelt, dass wir die Bewegung vernachlässigen: „Das beginnt schon in der Schule. Mädchen interessieren sich weniger für Sport. Das hat nicht nur gesundheitliche Folgen, sondern auch soziale. In Wettkampfsportarten lernt man, sich zu messen und im Team zu agieren. Das ist eine gute Vorbereitung auf das spätere Leben. Die Freude an der Bewegung sollte Mädchen deshalb viel mehr ans Herz gelegt werden! Zu spät für Sport ist es aber nie. In jedem Alter hat man einen positiven gesundheitlichen Nutzen davon.“ Ansonsten lebt das weibliche Geschlecht zwar insgesamt gesünder und bewusster, hat aber ein viel stärkeres Bedürfnis nach Süßem. „Bei Stress kommt es oft zu Kohlenhydrathunger, denn Zucker aktiviert das Belohnungssystem im Gehirn. Das kann aber zu einem Teufelskreis von Übergewicht bis zu Diabetes führen“, warnt Dr. Gapp. PIA KRUCKENHAUSER ■