IKK classic klärt auf: Warum der weibliche Hormonhaushalt alle angeht

- **Hormonelle Veränderungen prägen das Leben von Frauen und beeinflussen Gesundheit, Stimmung, Energie und Wohlbefinden.**
- **Hormonelle Herausforderungen haben auch soziale und wirtschaftliche Auswirkungen, insbesondere im Arbeitsumfeld.**
- **Es besteht ein Mangel an Wissen und Beratung. Die IKK classic schafft unter anderem mit einem YouTube-Talk und einer Forsa-Umfrage Bewusstsein.**

Dresden, 25. August 2025. Hormonelle Veränderungen prägen das Leben von Frauen – von der Pubertät über die Schwangerschaft bis hin zu den Wechseljahren. Sie beeinflussen nicht nur die Gesundheit, sondern auch die Stimmung, Energie und das allgemeine Wohlbefinden. Dennoch erfährt das Thema in der Gesellschaft noch nicht die gebührende Aufmerksamkeit.

Viele Frauen fühlen sich mit ihren Beschwerden allein gelassen. Es fehlt an Wissen, auch über die positiven Seiten von Hormonen, Beratung und einem offenen Umgang – sei es im Alltag oder am Arbeitsplatz. Mit ihrem neuen Fokusthema „Wie Hormone das Leben von Frauen beeinflussen“ möchte die IKK classic ein Zeichen setzen.

Warum nicht nur Frauen betroffen sind

Hormonelle Herausforderungen sind keine reine „Frauensache“. Sie beeinflussen nicht nur die Gesundheit einzelner Frauen, sondern haben auch wirtschaftliche und soziale Auswirkungen.

Besonders im Arbeitsumfeld zeigt sich ein erhöhter Bedarf an Kommunikation und Austausch. Scham und Unwissenheit im Umgang mit hormonellen Gesundheitsthemen erschweren es Frauen, offen über ihre Bedürfnisse zu sprechen oder Unterstützung einzufordern.

Die Zahlen sprechen eine deutliche Sprache:

- **74 Prozent der Frauen** leiden monatlich unter Regelschmerzen, oft begleitet von Stimmungsschwankungen, Müdigkeit oder Schmerzen im unteren Rückenbereich.
- **52 Prozent der Frauen** verhüten hormonell, mit Nebenwirkungen wie Stimmungsschwankungen, verringerter Libido oder erhöhtem Thromboserisiko.
- **Über 9 Millionen Frauen** in Deutschland befinden sich derzeit in den Wechseljahren, von denen zwei Drittel unter Beschwerden leiden.

Juliane Mentz
Pressesprecherin

Viktoria Durnberger
stv. Pressesprecherin

Tel: 0351 4292-281 450
presse@ikk-classic.de

Diese Fakten zeigen, wie tiefgreifend hormonelle Veränderungen das Leben von Frauen beeinflussen. Es braucht mehr Bewusstsein und Unterstützung, um Tabus zu brechen und Frauen in jeder Lebensphase zu stärken.

Echte Frauen, echte Geschichten: Das Thema im Überblick

Im August und September nimmt die IKK classic die vielfältigen Auswirkungen hormoneller Veränderungen in den Fokus und möchte informieren, aufklären und Frauen unterstützen: mit fundierten Fakten, persönlichen Geschichten und Gefühlen. Begleitet wird das Thema von Dr. med. Daniela Bach, Gynäkologin und Expertin für Frauengesundheit, die wertvolle Einblicke und Tipps gibt.

Im Zentrum stehen:

- **YouTube-Serie „Hormone verstehen – Alles über Hormone in jeder Lebensphase“**: In fünf Folgen teilen Frauen ihre Erfahrungen zu Themen wie Menstruationszyklus, hormonelle Verhütung, Schwangerschaft, Wechseljahre und Postmenopause.

- **Forsa-Umfrage**: Gemeinsam mit dem Forsa Institut führt die IKK classic bundesweit eine repräsentative Befragung unter Frauen im Alter von 18 bis 70 Jahren durch. Wie gut sind sie über Hormone und ihre Auswirkungen informiert? Wünschen sie sich mehr Informationen zum Thema?

- Auch auf den **Social-Media-Kanälen** sowie im **Online- und Print-Magazin Gesund.Machen** knüpft die Berichterstattung an.

> ***„Hormone begleiten Frauen ein Leben lang und beeinflussen nicht nur den Zyklus, sondern auch Gesundheit, Stimmung und Leistungsfähigkeit. Darüber wollen wir sprechen, Wissen teilen und so mehr Bewusstsein für dieses zentrale Thema schaffen.“***
> Juliane Mentz, Geschäftsbereichsleiterin Marketing und Unternehmenskommunikation

Hormonelle Gesundheit verdient deutlich mehr Aufmerksamkeit – nicht irgendwann, sondern jetzt. Es braucht konkrete Maßnahmen, mehr Wissen und einen offenen Dialog. Ziel ist es, mehr Offenheit, bessere Beratung und ein gesundes Miteinander im Alltag, am Arbeitsplatz und in der Gesellschaft zu schaffen.

Die IKK classic ist mit rund drei Millionen Versicherten die führende handwerkliche Krankenversicherung und eine der großen Krankenkassen in Deutschland. Die Kasse hat rund 7.000 Beschäftigte an 159 Standorten im Bundesgebiet. Ihr Haushaltsvolumen beträgt über 15 Milliarden Euro.
www.ikk-classic.de/presse

Juliane Mentz
Pressesprecherin

Viktoria Durnberger
stv. Pressesprecherin

Tel: 0351 4292-281 450
presse@ikk-classic.de