



Beatrix Zurek
Gesundheitsreferentin

An die Geschäftsstelle der Stadtratsfraktion
CSU mit FREIE WÄHLER

Rathaus

[LHM-Schutzbedarf: 2]

Die LHM und die Menopause – eine Bestandsaufnahme

Schriftliche Anfrage gemäß § 68 GeschO

Anfrage Nr. 20-26 / F 01141 von Frau StRin Ulrike Grimm, Herrn StR Prof. Dr. Hans Theiss,
Frau StRin Alexandra Gaßmann vom 06.03.2025, eingegangen am 06.03.2025

Sehr geehrte Frau Stadträtin Grimm,
sehr geehrte Frau Stadträtin Gaßmann,

Ihrer Anfrage liegt folgender Sachverhalt zu Grunde:

„Die (inzwischen) rot-grüne Bundesregierung schreibt zum Thema Menopause: „Die Wechseljahre sind ein bedeutsamer Lebensabschnitt im Leben einer jeden Frau, der mit zahlreichen physischen, psychischen und sozialen Veränderungen einhergeht. Sie markiert das Ende der reproduktiven Phase und bringt eine Vielzahl von hormonellen Veränderungen und Symptomen mit sich.“

Herr Oberbürgermeister Reiter hat mir Ihre Anfrage zur Beantwortung zugeleitet.

Zunächst bedanke ich mich für die gewährte Fristverlängerung.

Zu Ihrer Anfrage vom 06.03.2025 teile ich Ihnen unter Berücksichtigung der Stellungnahmen der Gleichstellungstelle für Frauen, des Personal- und Organisationsreferats (POR) und des Referats für Bildung und Sport (RBS) Folgendes mit:

Frage 1:

Welche Maßnahmen ergreift die Stadtverwaltung, um die gesundheitliche Aufklärung über die Menopause in München zu fördern?

Antwort:

Die Menopause bezeichnet den Zeitpunkt der letzten Menstruation im Leben einer Frau* und lässt sich erst rückblickend bestimmen – nämlich dann, wenn seit der letzten Blutung zwölf Monate vergangen sind. Im allgemeinen Sprachgebrauch wird der Begriff Menopause dagegen häufig für die gesamte Phase der hormonellen Umstellung, also die Wechseljahre, verwendet.

In den Wechseljahren kommt es durch die abnehmende Produktion vor allem der Hormone Östrogen und Progesteron zu Veränderungen im Hormonhaushalt, die Zyklusunregelmäßigkeiten, Hitzewallungen und andere körperliche sowie psychische Symptome auslösen können und mit der letzten Menstruation und den nachfolgenden hormonellen Anpassungen das Ende der fertilen Phase der Frau* bestimmen.

Gesellschaftlich war das Thema lange tabuisiert, wird jedoch zunehmend offener und medizinisch fundierter behandelt, was zu mehr Aufklärung, Wissen und Akzeptanz führt. Die Landeshauptstadt München (LHM) ergreift vielfältige Maßnahmen und Programme, um die gesundheitliche Aufklärung der Bürger*innen zu Themen rund um die Wechseljahre zu fördern. Sie unterstützt Frauen* in dieser Lebensphase mit speziellen sowie allgemeinen Informations-, Beratungs- und Gesundheitsangeboten. Auch das Bayerische Staatsministerium für Gesundheit, Pflege und Prävention (StMGP) legt im Rahmen des Themenkomplexes Frauengesundheit einen Schwerpunkt auf die Wechseljahre (<https://www.stmgp.bayern.de/meine-themen/fuer-frauen/wechseljahre/>).

Im Juli und Oktober 2025 hat das Gesundheitsreferat (GSR) eine öffentliche und kostenlose Vortragsreihe zum Thema „Wechseljahre verstehen und meistern“ angeboten. Die Vorträge richteten sich an interessierte Bürger*innen und Fachkräfte, die mehr über das Thema Wechseljahre erfahren wollten. An den beiden Veranstaltungen nahmen insgesamt 280 Personen teil. Am 15. Juli 2025 fand zudem die Gesundheitskonferenz des Gesundheitsbeirats statt, die sich dem Thema Frauengesundheit im Lebensverlauf widmete. Die Versorgungssituation in den unterschiedlichen Lebensphasen von Frauen stand im Fokus eines Impulsvortrags. Insgesamt nahmen 250 Personen an der Konferenz teil und tauschten sich an acht Thementischen unter anderem über das Thema „Wechsel – in allen Lebenslagen“ aus. Am 14. Oktober 2025 wurde darüber hinaus im Arbeitskreis Kommunale Gesundheitsförderung und Prävention des Gesundheitsreferats, dem Mitglieder des Stadtrates und Vertreter*innen von städtischen Referaten, Querschnittsstellen und Beiräten, Einrichtungen und Projekten, Krankenkassen, Ärzt*innen- und Hebammenverbänden sowie Universitäten angehören, das Thema Wechseljahre und deren Arbeitsbezug durch eine Ärztin der Betriebsmedizin der LHM vorgestellt.

Die gynäkologische Ambulanz für Nichtversicherte – MAGGY in den Räumen des GSR richtet sich an Frauen* und Mädchen*, die aufgrund verschiedener Umstände nur eingeschränkten oder keinen Zugang zur ärztlichen Versorgung haben und nicht ausreichend krankenversichert sind. Die dortigen Leistungen umfassen unter anderem die gynäkologische Beratung und Untersuchung. Mit der gynäkologischen Sprechstunde für mobilitätseingeschränkte Frauen* und Mädchen* verfügt das GSR über ein weiteres Angebot, das die Beratung und Unterstützung bei Beschwerden rund um die Wechseljahre bei Bedarf einschließt.

In den Stadtteilen Hasenberg, Riem, Neuperlach sowie mobil in Moosach verfügen die GesundheitsTreffs als Außenstellen des GSR über ein vielfältiges Angebot medizinischer und sozialer Beratung, Gesundheitsförderung und Prävention. Sie arbeiten mit niedergelassenen

Ärzt*innen, Hebammen, Krankenhäusern und anderen medizinischen und sozialen Einrichtungen zusammen. Zusätzlich sind in den GesundheitsTreffs Hasenberg und Riem 26 Gesundheitslotsinnen tätig - Frauen, die andere Frauen aus dem Stadtteil in allen Lebensphasen zu gesundheitlichen Themen und Fragen individuell beraten. In Ausbildung befinden sich derzeit weitere 16 Frauen. Sie kennen sich im Stadtteil aus, unterstützen vor Ort und helfen, Termine bei den passenden Ärzt*innen, Therapeut*innen oder Einrichtungen zu machen.

Stadtweite Angebote, die Frauen* in den Wechseljahren ergänzend zur fachärztlichen Versorgung unterstützen, werden von der LHM gefördert (vgl. <https://www.gesund-in-muenchen.de/wegweiser/beratungsangebote/frauen-und-maedchen>). Dazu zählen Einrichtungen, die vielfältige Beratungen rund um die Frauengesundheit anbieten.

Frage 2:

Gibt es Programme oder Initiativen der Landeshauptstadt München, die Frauen bei der Bewältigung von Symptomen der Menopause unterstützen?

Antwort:

Siehe Frage 1

Frage 3:

Inwiefern berücksichtigt die Stadtverwaltung die Bedürfnisse menopausaler Frauen am Arbeitsplatz? Welche Maßnahmen sind geplant oder bereits umgesetzt, um Arbeitsbedingungen anzupassen und das Wohlbefinden der Frauen zu fördern?

Antwort:

Das POR teilt zu Ihrer Anfrage Folgendes mit:

„Zwischen 13.000 und 14.000 Mitarbeitende der Münchner Stadtverwaltung befinden sich im potenziellen Wechseljahresalter. Anlässlich des Welt-Menopause-Tags 2023 informierte die LHM ihre Beschäftigten mit einem Programm, das Online-Vorträge umfasste. Über 500 Beschäftigte nahmen an den Veranstaltungen teil.

Aktuell bietet das Personal- und Organisationsreferat (POR) drei Vortragsformate an, die auf unterschiedliche Zielgruppen zugeschnitten sind: einen Vortrag für Frauen ab 40 Jahren, ein Kurzformat für Führungskräfte und einen allgemeinen Vortrag für alle Beschäftigten. Der Führungskräftevortrag wird demnächst aufgezeichnet und in das Fortbildungsprogramm aufgenommen.

Zusätzlich wurde 2023 ein Arbeitsraum für Frauen eingerichtet, der Informationen zu den Wechseljahren bereitstellt und Möglichkeiten zum Austausch bietet. Seit 2025 gibt es auch einen Arbeitsraum für alle Mitarbeitenden, in dem Informationen und Ressourcen zu den Wechseljahren zur Verfügung stehen. Zum Welt-Menopausetag 2024 veröffentlichte das POR ein Interview mit einer Betriebsärztin, das sich mit den Herausforderungen und Lösungsansätzen der Wechseljahre befasst.

Im Wartezimmer des Betriebsärztlichen Dienstes (BÄD) liegen verschiedene Broschüren zur Mitnahme aus. Zudem können Mitarbeitende vertraulich über körperliche und psychische Beschwerden sprechen und individuelle Lösungskonzepte erarbeiten. Die Betriebsärzt*innen thematisieren arbeitsplatzbezogene Verbesserungen, wie z.B. ergonomische Arbeitsmittel und Homeoffice-Möglichkeiten, in den Arbeitsschutzausschüssen.

Zur Förderung des Austauschs unter betroffenen Frauen wurde eine Chat-Nachrichtengruppe eingerichtet und ein Menopausen-Café angeboten, welches bisher jedoch wenig genutzt wurde.

Um die Arbeitsplatzbedingungen für alle Mitarbeitenden zu verbessern, wurden 2024 Liegeflächen (Schwangerenliegemöglichkeiten und Liegen in Erste Hilfe Räumen) in städtischen Gebäuden für alle, die eine Rückzugsmöglichkeit benötigen, geöffnet.

Zukünftige Vorhaben zielen auf die umfassende Information über interne Angebote für betroffene Mitarbeitende sowie die Etablierung einer verbindlichen Kommunikation für Führungskräfte zu Wechseljahresthemen ab. Dadurch soll ein unterstützendes, wissensbasiertes Arbeitsumfeld geschaffen werden. Mitarbeitende können jederzeit weitere Vorträge bei der fachkompetenten Betriebsärztin anfragen, die über umfassende Expertise im Bereich „Wechseljahre am Arbeitsplatz“ verfügt.“

Das RBS teilt zu Ihrer Anfrage mit:

„2024 hat im RBS eine interne Veranstaltung zum Thema "Gut informiert durch die Wechseljahre" für Mitarbeiterinnen* des RBS stattgefunden, die aufgrund der großen Nachfrage im Oktober 2025 wiederholt wurde. Es besteht weiterhin eine große Nachfrage. Am 18.11.2025 hat eine Präsenzveranstaltung "Gut informiert durch die Wechseljahre BEGLEITEN" für Männer* des RBS stattgefunden.

Für die weiblichen und männlichen Beschäftigten sowie die Führungskräfte in den Einrichtungen von RBS-A-4-SBBE wurde am 12.11.2025 ein Online-Vortrag des Betriebsärztlichen Dienstes (POR) zum Thema ‚Wechseljahre – ein Chamäleon der Symptome‘ angeboten. Aktuell wird geprüft, ob darüber hinaus weiterer Bedarf an vertiefenden Angeboten zu diesem Thema besteht und welche Formate oder Umsetzungswege sich hierfür besonders eignen könnten. Ziel ist es, die Beschäftigten auch künftig bestmöglich zu unterstützen und bedarfsgerechte Angebote zu entwickeln. Zur Information über das Thema ‚Wechseljahre‘ bietet das RBS Literatur zur Ausleihe an.“

Zur Frage 3 nimmt die Gleichstellungsstelle für Frauen wie folgt Stellung:

„Die Wechseljahre gehören zum Leben jeder Frau, dennoch sind sie nach wie vor ein stark tabuisiertes Thema. Erst in den letzten Jahren wird - wie auch über die Menstruation - vermehrt darüber gesprochen. Aus unserer Sicht ist es sehr wichtig, dieses Thema aus der Tabuzone zu holen, denn nach wie vor gibt es sowohl bei den Einzelnen wie auch in der Gesellschaft sehr wenig Wissen zu den Wechseljahren. Der Umgang mit diesem Thema pendelt zwischen völligem Ignorieren bis hin zur Stigmatisierung als Krankheit. Dabei ist bekannt, dass ein ausreichendes Wissen um die möglichen Beschwerden, aber auch um die positiven Aspekte der Wechseljahre und ein offener, akzeptierender Umgang damit das Wohlbefinden von Frauen deutlich verbessern kann. Viel zu selten wird da, wo es nötig ist, professionelle Hilfe in Anspruch genommen und im privaten wie beruflichen Kontext finden Frauen (bzw. alle Menschen*, die im Wechsel sind) kaum Unterstützung.

Vor diesem Hintergrund ist es ein erster wichtiger Schritt, dass im Sinne der betrieblichen Gleichstellung und der Personalfürsorge bei der LHM für interessierte und betroffene Frauen* sowie für interessierte Führungskräfte Informationsveranstaltungen, Workshops und Austauschmöglichkeiten angeboten werden. Dabei wird gezielt Aufklärung gefördert und Unterstützung angeboten.

Jedoch ist es notwendig, dass die Gelegenheit zur Enttabuisierung genutzt wird und in den kommenden Jahren ein vermehrtes Augenmerk auf die Thematik gerichtet wird. Eine bedeutende Anzahl an Frauen fühlen sich am Arbeitsplatz nicht ernst genommen, allein gelassen und/oder stigmatisiert und reduzieren in der Folge ihre Arbeitszeit oder verlassen den Beruf ganz. Um dies zu verhindern und um Frauen auch in dieser Zeit Chancengleichheit

im Berufsleben zu gewährleisten, sind eine offene, wertschätzende Kommunikation, Sensibilisierung und Unterstützung durch Arbeitgeber*innen wichtig.“

Frage 4:

Wie beurteilt die Stadtverwaltung die Rolle von Menopause in Bezug auf die Gesundheitsversorgung im Allgemeinen und die Notwendigkeit von gezielten Maßnahmen zur Förderung der Gesundheit menopausaler Frauen im Besonderen?

Antwort:

Die Stadtverwaltung betrachtet die Wechseljahre als eine natürliche Lebensphase, die von Frau* zu Frau* sehr unterschiedlich verlaufen kann, mit körperlichen Veränderungen einhergeht und zu psychischen und sozialen Belastungen führen kann. Diese Phase kann somit vielfältige Beschwerden oder Unterstützungsbedarfe mit sich bringen. Abhängig von den individuellen Bedürfnissen benötigen Frauen daher in dieser Lebensphase unterschiedliche Formen der Begleitung in Gesundheit, Alltag und Beruf.

Vor diesem Hintergrund erkennt die Stadt die Bedeutung gezielter Maßnahmen zur Gesundheitsförderung von Frauen in den Wechseljahren an. Dazu gehören insbesondere Aufklärung, Vermittlung von Informationen und praxisnahe Unterstützung. München fördert deshalb öffentliche sowie verwaltungsinterne Informationsveranstaltungen und Programme, die entsprechende Angebote entwickeln und zugänglich machen. Ziel ist es, Frauen in den Wechseljahren umfassend zu unterstützen, ihre Lebensqualität zu erhalten oder zu verbessern und ihre Gesundheit in dieser wichtigen Phase nachhaltig zu fördern.

Mit freundlichen Grüßen

gez.

Beatrix Zurek
berufsmäßige Stadträtin