

„Hormongesteuert“: Erfolgspodcast vom MDR feiert 2. Geburtstag und geht in die 4. Staffel

[Leipzig](#) (ots)

Seit zwei Jahren klären die Ärztin Dr. Katrin Schaudig und Host Katrin Simonsen über die Wechseljahre und ihre Folgen auf. Dass sie damit einen Nerv treffen, zeigt die kontinuierlich wachsende Fangemeinde. Nun geht der erfolgreiche Podcast „Hormongesteuert“ von MDR AKTUELL mit einer neuen Staffel in die nächste Runde. Die erste Folge der vierten Staffel ist ab sofort in der [ARD Audiothek](#) und auf allen Podcast-Plattformen abrufbar. Im Radio wird sie am 14. September im „Podcast-Sonntag“ bei MDR AKTUELL zu hören sein. Alle 14 Tage erscheint eine neue Folge.



Karin Simonsen (re.) und Dr. Katrin Schaudig Host von Podcast "Hormongesteuert" ;

Bildrechte: MDR/Isabell Gruhle; Fotograf:MDR/Isabell Gruhle

Endometriose, ADHS und junge Frauen: Die neue Staffel startet mit einem großen Paket spannender Themen. Host Katrin Simonsen und die Präsidentin der Deutschen Menopause Gesellschaft (DMG) Dr. Katrin Schaudig werden dazu wieder Expertinnen und Experten anderer Fachbereiche einladen. Unter anderem sprechen sie über Frauen mit Endometriose und ADHS. Diese Diagnosen werden oft erst nach einer langen Leidensgeschichte gestellt und können gerade in den Wechseljahren zu großen Problemen führen.

In der ersten Folge nehmen die beiden Podcast-Macherinnen die jungen Frauen in den Blick. Denn schon mit Mitte 30 wird der Zyklus manchmal „holprig“. Und viele Frauen fragen sich dann, ob dies schon die Wechseljahre sein können.

Fragen ausdrücklich erwünscht

Ein wichtiger und beliebter Teil des Podcasts ist die Beantwortung von Fragen, die Hörerinnen und auch interessierte Männer an hormongesteuert@mdraktuell.de senden können. Auch in Staffel vier nimmt sich Dr. Schaudig dafür wieder ausgiebig Zeit.

Podcast sorgt für wachsendes Interesse am Thema Wechseljahre

Die Wechseljahre sind dabei, die Tabuzone zu verlassen: Frauen im mittleren Alter und ihre Gesundheit sind in das öffentliche Interesse gerückt. Und daran hat auch der MDR mit seinem Podcast „Hormongesteuert“ einen großen Anteil. Im September 2023 gestartet, verzeichnet der Podcast mittlerweile 1,9 Millionen Abrufe und ist damit stabil auf Platz vier der erfolgreichsten MDR-Podcasts. Zu verdanken ist das auch der Community, die rund um den Podcast entstanden ist. Frauen empfehlen den Podcast ihren Freundinnen und Kolleginnen; Ärztinnen und Ärzte empfehlen ihn ihren Patientinnen.

Auch Hormonexpertin Dr. Katrin Schaudig wird von Fachärztinnen und Fachärzten aus ganz Deutschland auf den Podcast angesprochen: „Wir beobachten, dass in den letzten Jahren das Interesse am Thema Wechseljahre bei den Medizinerinnen und Medizinern deutlich wächst. Und das liegt auch an unserem wunderbaren Podcast. Wir merken das auch daran, dass sich die Teilnehmerzahlen bei den Weiterbildungsveranstaltungen der Deutschen Menopause Gesellschaft deutlich erhöht haben.“

Angebot stößt gesellschaftliche Prozesse an

Warum können viele Frauen in den Wechseljahren nicht mehr gut schlafen? Was hat es mit Gelenkschmerzen auf sich? Was ist die beste Ernährung in den Wechseljahren? Ist es normal, dass ich keine Lust mehr auf Sex habe? Welche Wechseljahre-Symptome lassen sich gut mit pflanzlichen Mitteln bekämpfen? Wie gefährlich sind Myome? Warum werden meine Haare dünner? Wieso ist gerade das Bauchfett so gefährlich? Und welche Rolle spielt jetzt das Darmmikrobiom? Über diese und mehr Fragen haben Dr. Katrin Schaudig und Katrin Simonsen in den ersten drei Staffeln bereits gesprochen – alle abrufbar in der ARD Audiothek.

„Hormongesteuert“ zeigt, wie der öffentlich-rechtliche Rundfunk mit seinen Angeboten gesellschaftliche Prozesse anstoßen und mitgestalten kann und vermittelt dabei lebensnah und zugewandt Wissen und Fachexpertise.