

Wechseljahresbeschwerden

Was unterstützt die Krankenkasse?

Die Wechseljahre sind für viele Frauen mit vielfältigen Beschwerden verbunden – von Hitzewallungen bis hin zu Schlafstörungen. Doch welche Leistungen übernimmt die gesetzliche Krankenversicherung eigentlich in dieser Lebensphase und wie wird die Rolle der Apotheke gesehen? Die Pronova BKK schilderte DAP im Gespräch darüber ihre Sicht der Dinge.

DAP: Welche Leistungen übernimmt die Krankenkasse bei der Behandlung von Wechseljahresbeschwerden (z. B. Kostenübernahme für Hormonersatztherapien, DiGA, pflanzliche Präparate oder Beratungsangebote)?

Pronova BKK: Als gesetzliche Krankenkasse übernimmt die Pronova BKK medizinisch notwendige und evidenzbasierte Leistungen zur symptomorientierten Behandlung von Beschwerden in den Wechseljahren. Dazu zählen insbesondere ärztliche Diagnostik, Beratung sowie verordnete Therapien.

Darüber hinaus unterstützen wir unsere Versicherten mit verschiedenen Versorgungsangeboten, etwa im Bereich psychische Gesundheit, Schlaf oder Bewegung. Auch digitale Angebote, u. a. vereinzelte digitale Gesundheitsanwendungen (DiGA), halten zunehmend Einzug in den Markt und können Betroffenen Begleitung in den Wechseljahren bieten.

Ein speziell auf die Wechseljahre fokussiertes Versorgungsangebot steht Versicherten der Pronova BKK mit der App „femfeel“ zur Verfügung. Das Programm stellt Frauen in den Wechseljahren wissenschaftlich fundierte Inhalte zu Ernährung, Bewegung, Schlaf und Stressmanagement zur Seite. Das Ziel: Betroffene sollen dabei unterstützt werden, in dieser Lebensphase anzukommen und ihre Lebensqualität aktiv in die eigene Hand zu nehmen. Wir übernehmen die Kosten der 12-monatigen App-Nutzung für unsere Versicherten.

DAP: Gibt es spezielle Präventions- oder Beratungsprogramme für Frauen in den Wechseljahren, die Apotheken aktiv empfehlen können?

Pronova BKK: Spezifische Programme ausschließlich für die Wechseljahre sind im GKV-System bislang eher die Ausnahme. Stattdessen existiert eine Vielzahl qualitätsgesicherter Präventions- und Versorgungsangebote, die gezielt an den häufigsten Beschwerdebildern dieser Lebensphase ansetzen können.

Dazu zählen insbesondere Programme zur Förderung der psychischen Gesundheit, Verbesserung des Schlafs,

Bewegungsförderung oder Unterstützung bei chronischen Erkrankungen wie Osteoporose. Auch strukturierte Behandlungsprogramme sowie individuelle Versorgungsverträge können hier relevante Beiträge leisten. Apotheken können Versicherte aktiv auf Präventionsangebote der Krankenkassen hinweisen und sie zur Inanspruchnahme motivieren. Versicherte können sich z. B. über die Präventionsdatenbank ihrer Krankenkasse zu passenden Kursen informieren, unter denen häufig Angebote geführt werden, die auch das Thema Wechseljahre bedienen. Als Bewegungsangebote können beispielsweise Yoga und Pilates interessant sein, für Stressmanagement und Entspannung kommt etwa progressive Muskelentspannung infrage. Auch Programme zum Gewichtsmanagement können in Anspruch genommen werden. Gerade weil viele Beschwerden multifaktoriell sind, kann für viele Patientinnen ein ganzheitlicher Ansatz sinnvoll sein, der über eine rein medikamentöse Therapie hinausgeht.

DAP: Wie bewertet die Krankenkasse die Rolle von Apotheken bei der Erstberatung zu typischen Beschwerden wie Hitzewallungen, Schlafstörungen oder Stimmungsschwankungen?

Pronova BKK: Apotheken nehmen eine zentrale Rolle in der niedrigschwelligen Erstberatung ein. Sie sind für viele Frauen die erste Anlaufstelle bei gesundheitlichen Fragen, auch bei sensiblen Themen wie Beschwerden in den Wechseljahren.

Apothekerinnen und Apotheker leisten hier einen wichtigen Beitrag zur Orientierung: Sie unterstützen bei der Einordnung von Symptomen, beraten zu geeigneten nicht verschreibungspflichtigen Arzneimitteln und klären über physiologische Veränderungen in der (Peri-) Menopause auf. Gleichzeitig erkennen sie, wann eine ärztliche Abklärung erforderlich ist, und können entsprechend weiterverweisen.

Diese Kombination aus fachlicher Kompetenz, hoher Erreichbarkeit und vertraulicher Beratungssituation kann dazu beitragen, Beschwerden frühzeitig zu adressieren und die Lebensqualität der Betroffenen zu verbessern.

Mit der Pronova BKK fühlt sich Krankenkasse leicht an: Analog oder digital – bei kleinen Wehwehchen oder komplexen Anträgen – einfach in allen Lebenslagen.



Pronova
BKK