

Gesunde Zukunft für Frauen: Wegweiser Frauengesundheit und geschlechtersensible Medizin

Für mehr Gerechtigkeit in Gesundheit und Versorgung



Gleichstellung
GANZ GROß
Gleichstellungsstrategie Saarland

Ministerium für Arbeit,
Soziales, Frauen
und Gesundheit

SAARLAND



Vorwort

Liebe Leserinnen,
Gleichstellung bedeutet
für uns mehr als gleiche
Rechte – sie bedeutet auch
gesundheitliche Chancen-
gleichheit. Mit der saarländischen

Gleichstellungsstrategie schaffen wir Bewusstsein, verbessern Strukturen und stärken Frauen in allen Lebensphasen. Gesundheit ist dabei ein zentrales Handlungsfeld, denn sie bildet die Grundlage für Selbstbestimmung, Teilhabe und Lebensqualität.

Gesundheit hat unterschiedliche Facetten: Im Mittelpunkt steht die Frauengesundheit – also all jene gesundheitlichen Themen, die ausschließlich oder überwiegend Frauen betreffen. Von der Prävention über Schwangerschaft und Geburt bis hin zu Fragen des Älterwerdens wollen wir informieren, sensibilisieren und unterstützen.

Gleichzeitig setzen wir uns für eine geschlechtersensible Medizin ein. Sie berücksichtigt, dass sich Krankheiten bei Frauen und Männern unterschiedlich entwickeln, unterschiedlich äußern und entsprechend differenziert behandelt werden müssen. Dazu gehört auch die Erkenntnis, dass Medikamente bei Frauen und Männern unterschiedlich wirken können. Ein solcher ganzheitlicher Blick auf Gesundheit macht die besonderen Bedürfnisse von Frauen sichtbar und trägt dazu bei, Versorgung gerechter und wirksamer zu gestalten.

Mit dieser Broschüre möchten wir Sie über Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner informieren, Wissen vermitteln und dazu ermutigen, im präventiven Sinne die eigene Gesundheit aktiv in den Blick zu nehmen. Eine gerechte Gesellschaft braucht Strukturen, die Frauen stärken – auch und gerade im Gesundheitsbereich.



Dr. Magnus Jung
Minister für Arbeit, Soziales,
Frauen und Gesundheit



Bettina Altesleben
Staatssekretärin im
Ministerium für Arbeit,
Soziales, Frauen und Gesundheit



„Es ist geboten, geschlechtersensible Medizin und Frauengesundheit umfänglich zu etablieren, sowohl in Forschung und Lehre als auch bei Prävention, Diagnostik, Behandlung und Rehabilitation. Alle Verantwortlichen sind daher aufgefordert, dafür Sorge zu tragen, dass dies zum Wohle aller Menschen Eingang findet in die Ausbildung, Fort- und Weiterbildung und die tägliche Arbeit aller Gesundheitsberufe“.

San.-Rätin Eva Groterath, Vorsitzende Frauenrat Saarland e.V.



Frauengesundheit

Das Thema Gesundheit ist für alle Menschen im Saarland ein Thema. Dabei gibt es gesundheitliche Themen, die nur oder ganz überwiegend Frauen und Mädchen betreffen.

Dazu gehören Krankheitsbilder wie Endometriose oder Brustkrebs. Aber es sind längst nicht nur Krankheitsbilder, die das Leben von Frauen besonders prägen, beispielsweise Fragen rund um Schwangerschaft, Mutterschaft und die Menopause.

Die wichtigsten Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner sind Hausärztinnen und Hausärzte sowie Frauenärztinnen und -ärzte.

Endometriose sichtbar machen und Versorgung sichern

Endometriose ist eine häufige, chronische Erkrankung bei Frauen im gebärfähigen Alter, die starke Schmerzen und Einschränkungen verursachen kann. Die saarländische Landesregierung setzt sich für mehr Aufklärung und eine bessere medizinische Versorgung ein.

- **Endometriosezentrum am UKS**

Am Universitätsklinikum des Saarlandes ist ein anerkanntes Endometriosezentrum etabliert, in dem verschiedene Fachrichtungen eng zusammenarbeiten. Die interdisziplinäre Versorgung ermöglicht individuell abgestimmte Therapien und ein besseres Verständnis der Erkrankung. Eine frühzeitige Diagnose ist dabei entscheidend, um Schmerzen zu lindern und Folgeschäden zu vermeiden.

Universitätsklinikum des Saarlandes – Endometriose-Zentrum

Adresse: Gebäude 9, D - 66421 Homburg

Telefon: 06841 16-28016

Web: www.uks.eu/kliniken-einrichtungen/frauenheilkunde-geburtsmedizin



Endometriose-Vereinigung Deutschland e.V.

Web: www.endometriose-vereinigung.de

Sichere Schwangerschaft ohne Nachteile

Schwangerschaft darf kein Nachteil sein – weder beruflich noch gesellschaftlich. Und auch in der Schwangerschaft muss Chancengleichheit gelten.

Eine Schwangerschaft ist für viele Frauen eine besondere und prägende Zeit, die von Hoffnung, Erwartung und dem bewussten Erleben neuen Lebens getragen wird. Eine Schwangerschaft ist aber auch mit vielen Fragen und manchmal schwierigen Entscheidungen verbunden. Wir fördern Beratung, familienfreundliche Strukturen, gute Vereinbarkeit von Familie und Beruf sowie den Schutz und die Gesundheit von Mutter und Kind.

- **App „MedAssist“ sicher für zwei**
Damit werdende Mütter Risiken frühzeitig erkennen, hat die saarländische Landesregierung gemeinsam mit der RpDoc® Solutions GmbH das Projekt „Saarland. Sicher für 2“ gestartet. Die kostenfreie App hilft unter anderem dabei, potenziell ungeeignete Arzneimittel zu identifizieren.

App „MedAssist“ sicher für zwei
Web: appservice.rpdocus.de/store



- **Beratungsangebote für Schwangere**
Neben den Gesundheitsämtern informieren und beraten auch vom Land geförderte Träger über Hilfen in der Schwangerschaft und im Schwangerschaftskonflikt.

Hilfetelefon Schwangere in Not
Telefon: 0800 40 40 020
Web: www.hilfetelefon-schwangere.de



Mutterschutz nach einer Fehlgeburt

Eine Fehlgeburt ist für Frauen und ihre Familien ein schmerzhafter Einschnitt. Neben der körperlichen Erholung braucht auch die seelische Verarbeitung Zeit und Raum. Der Mutterschutz nach einer Fehlgeburt soll Betroffene in dieser schwierigen Situation unterstützen und entlasten. Er gibt die Möglichkeit, sich auf die eigene Gesundheit sowie auf

das körperliche und seelische Gesundsein zu konzentrieren, ohne sich um berufliche Verpflichtungen sorgen zu müssen.

Auf Initiative der saarländischen Landesregierung wird seit 2025 der Mutterschutz nach einer Fehlgeburt abhängig von der Schwangerschaftsdauer unterschiedlich lang gewährt. Und zwar als gesetzlicher Anspruch. Konkret heißt das:

- ab der 13. Schwangerschaftswoche bis zu 2 Wochen Mutterschutz
- ab der 17. Schwangerschaftswoche bis zu 6 Wochen Mutterschutz
- ab der 20. Schwangerschaftswoche bis zu 8 Wochen Mutterschutz

Die Idee hinter dem Rechtsanspruch: Je weiter die Schwangerschaft fortgeschritten war, desto größer sind in der Regel die körperlichen und psychischen Belastungen – deshalb wird die Schutzfrist „gestaffelt“ (also abgestuft). Früher gab es bei Fehlgeburten oft gar keinen Anspruch auf Mutterschutz, sondern nur Krankschreibungen. Die neue Regelung schließt diese Lücke.



Beratungsangebote
Arbeitskammer des Saarlandes
Web: www.arbeitskammer.de

Projekt BASaar von BEST e. V.
Web: basaar.best-saarland.de



Brustkrebsvorsorge und Unterstützung

Brustkrebs ist die häufigste bösartige Krebserkrankung bei Frauen. Jährlich erkranken rund 900 Saarländerinnen neu an Brustkrebs. Früherkennung, gute medizinische Versorgung in Zentren sowie psychosoziale und berufliche Unterstützung sind entscheidend, damit Frauen bestmögliche Versorgung erhalten und ihre Teilhabe am Arbeits- und Gesellschaftsleben erhalten bleibt.

- **Mammographie-Screening**
Das Mammographie-Screening zur Früherkennung von Brustkrebs wird als gesetzliche Früherkennungsuntersuchung allen Frauen im Alter von 50 bis 75 Jahren angeboten. Zusätzlich zu den Untersuchungspraxen in Saarbrücken und Saarlouis steht mit dem „Mammobil“ eine mobile Untersuchungspraxis zur Verfügung, die

in Homburg, Neunkirchen, St. Wendel, Merzig und Wadern wohnortnahe Untersuchungen im Saarland ermöglicht. Teilnahmeberechtigte Frauen erhalten wiederkehrend alle zwei Jahre eine Einladung zur Teilnahme am Mammographie-Screening.

Zentrale Stelle Mammographiescreening Saarland
Adresse: Neugeländstraße 9
66117 Saarbrücken
Telefon: 0681-5016100
Web: mammotermin.de/login/73



Menopause enttabuisieren

Die Menopause ist keine Krankheit. Sie betrifft früher oder später alle Frauen im Laufe ihres Lebens, wird aber im Alltag, im Arbeitsleben und in der Gesellschaft noch zu oft tabuisiert oder unterschätzt. Wichtig ist es, für Frauen auch in dieser Phase Rahmenbedingungen zu schaffen, die ihre Gesundheit und Leistungsfähigkeit erhalten.

Arbeitgebende sollten im Rahmen ihrer Beurteilung von Arbeitsplätzen auch Faktoren berücksichtigen, die Wechseljahresbeschwerden verschlimmern könnten. Eine Umgestaltung der Arbeitsumgebung im Hinblick auf Temperatur oder Lüftung sowie der Arbeitszeiten, beispielsweise durch eine Flexibilisierung von Pausenzeiten, kann in Betracht gezogen werden.

Außerdem können Unternehmen als Teil der betrieblichen Gesundheitsförderung im Rahmen einer offenen Kommunikationskultur Gespräche anbieten, Führungskräfte sensibilisieren sowie Informationsveranstaltungen zu den Symptomen, möglichen Maßnahmen zur Linderung von Beschwerden und zu den unterschiedlichen Leistungen der gesetzlichen Krankenkassen anbieten.

- Betriebsärztinnen und -ärzte, Frauenbeauftragte und Betriebs- bzw. Personalrat können in dieser Lebensphase gute Ansprechpersonen im Unternehmen sein.



HPV vorbeugen – frühzeitig schützen

Die Impfung gegen Humane Papillomviren ist eine der wirksamsten Maßnahmen zur Krebsprävention. HPV kann verschiedene Krebsarten auslösen und dennoch sind die Impfquoten noch immer zu niedrig. Auch im Saarland sehen wir hier weiterhin deutlichen Handlungsbedarf. Im Jahr 2024 waren im Saarland nur 58 % der 15-jährigen Mädchen und sogar nur 34 % der 15-jährigen Jungen vollständig gegen HPV geimpft.

Die Nationale Lenkungsgruppe Impfen hat deshalb beschlossen, ein Aktionsjahr zur Förderung der HPV-Impfung durchzuführen mit dem Ziel, die Impfbereitschaft zu erhöhen. Aus diesem Grund soll 2028 ein HPV-Impfjahr durchgeführt werden. Ziel ist es, Kinder, Jugendliche und ihre Familien noch besser zu erreichen und niedrigschwellige Impfangebote zu schaffen.

Die Ständige Impfkommission (STIKO) empfiehlt die HPV-Impfung für alle Mädchen und Jungen im Alter von 9 bis 14 Jahren. Ungeimpfte Jugendliche bis 17 Jahre sollten die Impfung nachholen. Die Kosten werden von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen. Viele Krankenkassen bieten zudem eine freiwillige Mehrleistung an und übernehmen die Kosten auch für junge Erwachsene. Die Impfungen können beispielsweise in Praxen von Kinder- und Jugendärztinnen und -ärzten, Frauenärztinnen und -ärzten sowie Hausärztinnen und Hausärzten erfolgen.

Nationale Lenkungsgruppe Impfen (NaLI)
HPV-Schwerpunkt
Web: www.nali-impfen.de/hpv-schwerpunkt



Weitere Ansprechpartner zum Thema Frauengesundheit

- **Centrum für geschlechtsspezifische Biologie und Medizin (CGBM)**
Das Centrum für geschlechtsspezifische Biologie und Medizin (CGBM) ist eine wissenschaftliche Einrichtung an der Medizinischen Fakultät der Universität des Saarlandes. Es dient der Erforschung grundlegender Mechanismen geschlechtsspezifischer Erkrankungen, um neues Wissen für deren Prävention, Diagnose und Therapie zu generieren.



Univ.-Prof. Dr. Sandra Iden – Zell- und Entwicklungsbiologie
Universität des Saarlandes, Gebäude 61.4 - 66421 Homburg
Tel.: +49 (0) 68 41 – 16 26 112 E-Mail: sandra.iden@uks.eu

Univ.-Prof. Dr. Frank Kirchhoff – Molecular Physiologie / CIPMM
Universität des Saarlandes, Gebäude 48 - 66421 Homburg
Tel.: +49 (0) 68 41 – 16 16 440 E-Mail: frank.kirchhoff@uks.eu

- **Berufsverband der Frauenärztinnen und Frauenärzte e.V.**
Wichtigste Ansprechpartner bei Beschwerden sind dabei die Frauenärztinnen und Frauenärzte im Saarland.

Berufsverband der Frauenärztinnen und Frauenärzte e.V.
Postfach 20 03 63, 80003 München
Telefon: 089 244466-0
Web: www.bvf.de



Geschlechtersensible Medizin

Medizinische Erkenntnisse weisen darauf hin, dass sich bestimmte Krankheitsbilder bei Frauen und Mädchen sowie Männern und Jungen unterschiedlich äußern. Geschlechtersensible Medizin berücksichtigt diese Unterschiede in Vorbeugung, Diagnose und Behandlung – für eine bessere und gerechtere Gesundheitsversorgung. Ein stärkeres Bewusstsein für geschlechtsspezifische Unterschiede kann die Behandlung für Frauen und Männer deutlich verbessern.

Herzinfarkte erkennen

Frauen stellen sich bei einem Herzinfarkt im Schnitt erst zwei Stunden später als Männer in einem Krankenhaus vor, da sie üblicherweise an anderen Symptomen leiden als Männer. Männer berichten häufig über starke Brustschmerzen, während Frauen öfter unspezifische Symptome wie Übelkeit, Atemnot oder Schmerzen im Rücken oder Kiefer haben. Häufig



wird ein Herzinfarkt als solcher in der Folge auch nicht oder oft viel zu spät erkannt. Um diesem Umstand entgegenzuwirken, gibt es mittlerweile kardiologische Sprechstunden im Saarland, die explizit für Frauen angeboten werden.

- **Kardiologische Frauensprechstunde am Knappschaftsklinikum in Sulzbach**

Das Knappschaftsklinikum bietet jeden Mittwoch von 11:00 bis 13:00 Uhr eine spezielle kardiologische Frauensprechstunde (Frauenherzsprechstunde) an, die sich gezielt den besonderen Bedürfnissen und Symptomen von Frauenherzen widmet.

Frauenherzsprechstunde am Knappschaftsklinikum
Sulzbach – An d. Klinik 10, 66280 Sulzbach/Saar
Telefon: 06897 574-1102
Web: www.knappschaft-kliniken.de/sulzbach/fachabteilungen/kardiologie



Depressionen entstigmatisieren

Depressionen äußern sich bei Frauen und Männern nicht immer gleich. Während Frauen häufiger diagnostiziert und behandelt werden, nehmen Männer seltener professionelle Hilfe in Anspruch. Gründe dafür können gesellschaftliche Rollenerwartungen, unterschiedliche Symptombildungen oder Hemmschwellen beim Sprechen über psychische Belastungen sein.

Die geschlechtersensible Medizin berücksichtigt diese Unterschiede, erkennt spezifische Risiken und spricht Betroffene gezielt an. Psychische Erkrankungen sind behandelbar – entscheidend ist, Barrieren abzubauen und Hilfe niedrigschwellig zugänglich zu machen.

TelefonSeelsorge® Deutschland e.V.
Telefon: 0800 1110111
Web: www.telefonseelsorge.de



Osteoporose

Osteoporose wird häufig als „Frauenkrankheit“ wahrgenommen, da sie besonders nach den Wechseljahren auftritt. Männer sind ebenfalls betroffen, werden aber seltener untersucht und behandelt.

Seit dem 1. Oktober 2025 existiert im Saarland ein Disease-Management-Programm (DMP) Osteoporose, in das sich Patientinnen und Patienten mit gesicherter Diagnose einer medikamentös behandlungsbedürftigen Osteoporose über ihre behandelnde Ärztin oder ihren behandelnden Arzt einschreiben können. Dieses Programm umfasst regelmäßige Kontrolluntersuchungen, Schulungen und koordinierte Versorgung über mehrere Fachbereiche hinweg – ein Baustein, der künftig die Osteoporose-Versorgung verbessern soll.

Wenn Sie mehr über das Programm erfahren möchten oder eine Teilnahme in Betracht ziehen, können Sie sich an Ihre behandelnde Ärztin oder Ihren behandelnden Arzt wenden.

Disease-Management-Program (DMP)
KV Saarland
Telefon: 116 117
Web: www.kvsaarland.de/kbtopic/patienten



Weitere Informationen und Hilfsangebote

Neben den in dieser Broschüre genannten Angeboten finden Sie hier weitere Informationen und Unterstützungsangebote des Saarlandes.



Gewaltfrei Saarland
Übersicht über Hilfs-, Beratungs- und Schutzangebote für Frauen und Kinder im Saarland.
Web: www.gewaltfrei.saarland.de

Spuren sichern

Vertrauliche Spurensicherung nach sexualisierter Gewalt – auch ohne sofortige Anzeige.
Telefon: 0681 / 844 944
Web: www.spuren-sichern.de



Infos zur Gleichstellungsstrategie

Die Gleichstellungsstrategie und das Monitoring-Konzept von KoMIT - Kompetenzzentrum Mensch, Innovation & Technik GmbH sind hier abrufbar:

Ministerium für Arbeit,
Soziales, Frauen und Gesundheit
Mainzer Straße 34
66111 Saarbrücken
presse@soziales.saarland.de

@ [masfg.saarland](https://www.instagram.com/masfg.saarland)
f [soziales.saarland](https://www.facebook.com/soziales.saarland)

Foto: stock.adobe.com
*insta_photos, *Halfpoint,
*WavebreakMediaMicro,
*Siphosethu F/peopleimages.com,
*Art_Photo, *peopleimages.com

Saarbrücken 2026

