

## Herea Expert Board: „Selbstmanagement der Menopause mithilfe digitaler Lösungen“

Das erste Expert Board Meeting war dem Thema „Selbstmanagement der Menopause mithilfe digitaler Lösungen“ gewidmet. Die Statistiken im deutschsprachigen Raum zeigen, dass das „Suchen nach Gesundheitsinformationen“ eine der drei häufigsten Onlineaktivitäten neben „Informationssuche zu Waren und Dienstleistungen“ sowie der „Kommunikation per eMail“ darstellt (Quelle: [statista.de](https://www.statista.de)). Bei der Suche nach Gesundheitsinformationen wird häufig das Thema Menopause nachgefragt. Zudem äussern menopausale Frauen ein hohes Bedürfnis an vertrauenswürdigen, einfach zugänglichen und neutralen Informationen [1–3]. Dr. med. Sabrina Vollrath stellte die Ergebnisse eines Mapping-Reviews vor, dessen Ziel es war, existierende wissenschaftliche Literatur zum Thema Selbstmanagement in der Menopause mittels digitaler Lösungen zusammenzufassen. In der Literaturanalyse wurden 29 Publikationen eingeschlossen. Den Hauptanteil stellten Querschnittsstudien mit qualitativen Assessments von Informationswebsites zur Menopause (total: 13/29 Studien) sowie nicht-randomisierte Kohortenstudien (total: 10/29 Studien), die den Einfluss von digitalen Menopauseinformationsangeboten untersuchten, dar. Letztere sind grösstenteils kommerziellen Ursprungs (beispielsweise Pharmaindustrie) ohne Involvement weiterer Stakeholder, was sich negativ auf die Vertrauenswürdigkeit aus Patientensicht auswirkt [4]. Hingegen konnte bei Informationswebsites zur Menopause, initiiert durch non-profit Organisationen, eine signifikant höhere Informationsqualität festgestellt werden [4]. Bezüglich des Inhalts ist häufig das Leserlichkeitslevel für die Zielgruppe ungeeignet, spezifisch zu hoch [4]. Weiterhin sind häufig fehlende Balance der Informationen und oftmals auch mangelhafte Aktualität der Informationen und damit Inkongruenz zu den aktuellen Leitlinien feststellbar [5]. Positive Ergebnisse konnten in wissenschaftlichen Arbeiten zu digitalen Menopauseinformationsangeboten hinsichtlich Zufriedenheit und Gesundheitskompetenz der Zielgruppe dargelegt werden [6]. In der Kohortenstudie von Saver et al. [6] wurden zusätzlich die behandelnden Ärztinnen und Ärzte befragt. Hier zeichnete sich ab, dass sich die Sprechstundeneffizienz bei gut informierten Patientinnen verbesserte, was ebenso die Zufriedenheit der Ärzteschaft positiv beeinflusste. Trotz der vielfältigen Auswahl an Informationen im Internet kann geschlussfolgert werden, dass wenige Angebote dem erläuterten Qualitätsanspruch genügen. Die aktuellen Lösungen stammen häufig von einem einzelnen, meistens kommerziellen Absender. Die Expertinnen und Experten berichten von positiven Er-

**Hinweis des Verlags.** Der Verlag bleibt in Hinblick auf geografische Zuordnungen und Gebietsbezeichnungen in veröffentlichten Karten und Institutsadressen neutral.

J. Gynäkol. Endokrinol. CH 2023 · 26:148  
<https://doi.org/10.1007/s41975-023-00311-0>  
© The Author(s), under exclusive licence to Springer-Verlag GmbH Austria, ein Teil von Springer Nature 2023



**Herea Menopause Network**  
[www.herea-network.com](http://www.herea-network.com)

Im Herea Expert Board findet ein regelmässiger Austausch über medizinische Themen und Fragestellungen zur Menopause statt.

fahrungen beim Einsatz von Informationsmaterial (Bücher, Podcasts, Handouts) in der Beratung menopausaler Frauen. Das Expert Board kam zum Schluss, dass es einen Bedarf an Informationswebsites zur Menopause gibt, deren Leserlichkeitslevel der Zielgruppe angepasst ist, deren Inhalte evident, leitlinienkonform und aktuell sind und die von einem Multistakeholder-Absender stammen. Die wissenschaftliche Evidenz zur Wirksamkeit solcher Lösungen ist unzureichend und sollte Teil zukünftiger wissenschaftlicher Projekte sein.

### Literatur

1. Hajesmaeel-Gohari S et al (2021) A study on women's health information needs in menopausal age. *BMC Womens Health* 21(1):434 (Dec 28)
2. Vaccaro CM et al (2021) What women think about menopause: An Italian survey. *Maturitas* 147:47–52 (May)
3. Crawford SL (2017) What you don't know can hurt you: more information and communication are needed regarding menopausal therapies. *Menopause* 24(10):1116–1117 (Oct)
4. Sowter J et al (2016) Assessment of the quality and content of website health information about herbal remedies for menopausal symptoms. *Maturitas* 88:16–22 (Jun)
5. Murtaza F et al (2021) Quality and readability of online health information on menopausal hormone therapy in Canada: what are our patients reading? *Menopause* 29(1):54–62 (Dec 13)
6. Saver BG et al (2007) A tale of two studies: the importance of setting, subjects and context in two randomized, controlled trials of a web-based decision support for perimenopausal and postmenopausal health decisions. *Patient Educ Couns* 66(2):211–222. <https://doi.org/10.1016/j.pec.2006.12.004> (May)

### Das Herea Menopause Network

Der Verein Herea Menopause Network setzt sich für die Verbesserung der Lebensqualität von Frauen in den Wechseljahren ein. Im Fokus stehen:

#### Die informierte Patientin

Die unabhängige Herea-Redaktion stellt wissenschaftlich fundierte Inhalte in einem laienverständlichen Format zur Verfügung.

#### Der fachliche Fokus der Ärzteschaft

Im Herea Expert Board wird interdisziplinärer Austausch zu spezifischen Fragestellungen rund um die ärztliche Versorgung menopausaler Patientinnen umgesetzt.

#### Ein verlässliches Netzwerk

Herea vernetzt Personen, Initiativen und Projekte, die sich im Bereich Menopause engagieren und bietet ein Forum, in dem Frauen sich untereinander austauschen können.