

Sitzung vom 3. Juni 2026

**592. Anfrage (Wechseljahre – Gesundheitskompetenz stärken,
Versorgung verbessern)**

Kantonsrätin Sabine Arnold, Zürich, und Mitunterzeichnende haben am 16. März 2026 folgende Anfrage eingereicht:

Frauen zwischen zirka 40 und 65 Jahren können aufgrund der Perimenopause, Menopause oder Postmenopause – vereinfachend Wechseljahre genannt – hormonellen Schwankungen ausgesetzt sein. Diese lösen bei ungefähr einem Drittel Symptome wie zum Beispiel Hitzewallungen, Schlafstörungen, psychische und physische Erschöpfung aus.

Die Wechseljahre sind keine Krankheit, können jedoch die Betroffenen stark belasten. Ein beachtlicher Teil der Frauen fühlt sich von ihren Gynäkolog:innen in ihrem Erleben nicht ernst genommen oder erhält keine hilfreichen Informationen.¹ Frauen, die unter depressiven Verstimmungen oder Ängsten leiden, werden häufig mit einem Burnout fehldiagnostiziert und mit Psychopharmaka behandelt.

Gründe für das fehlende Wissen sind einerseits, dass die Wechseljahre ein klassisches Thema der Frauengesundheit sind und deshalb in der Medizin nicht die Bedeutung haben, die sie erhalten müssten. Dabei sind die Wechseljahre ein «genuin gesundheitspolitisches Thema», wie es auch die Fraktion der CDU/CSU in ihrem Antrag auf eine nationale Menopausen-Strategie formuliert hat.²

Defizite in der Versorgung sind andererseits damit zu begründen, dass das Thema in der Ausbildung der Ärzt:innen vernachlässigt wird. Da die Weiterbildung zur Fachärztin, zum Facharzt Gynäkologie und Geburtshilfe zu einem grossen Teil an Spitälern erfolgt, kommen die angehenden Gynäkolog:innen kaum in Kontakt mit dem Thema. Denn Frauen gehen mit Wechseljahrbeschwerden nicht ins Spital.

¹ DAK-Whitepaper: Lebensphase Wechseljahre. Ergebnisse einer Online-Befragung von 2500 Frauen. <https://caas.content.dak.de/caas/v1/media/152046/data/d2fc5de2cecc933632b90276b2a82b85e/dak-whitepaper-wechseljahre-2025.pdf>

² <https://www.bundestag.de/dokumente/textarchiv/2024/kw42-de-wechseljahre-1023856>

Vor diesem Hintergrund bitten wir die Regierung um die Beantwortung folgender Fragen:

1. Wie kann die Bevölkerung, auch die männliche, über das gesundheitspolitisch relevante Thema aufgeklärt werden?
2. Wie gelangen die betroffenen Frauen an nötige Informationen, um ihre Gesundheitskompetenz und ihre Selbstwirksamkeit zu stärken und somit auch unnötig entstandene Gesundheitskosten zu sparen?
3. Würde das Einrichten einer Informationsplattform Sinn ergeben, die die auf endokrinologische Fragen spezialisierten Praxen, medizinischen Fachpersonen und Berater:innen verzeichnet und niederschwellige Informationen liefert?
4. Wie will die Regierung die Versorgung von Frauen, die unter Wechseljahrbeschwerden leiden, ausreichend sicherstellen und verbessern?
5. Wie kann sie sich für eine interdisziplinäre Versorgung, durch die Zusammenarbeit von Gynäkologie, Endokrinologie und Psychologie/Psychiatrie, starkmachen?
6. Will sie das Thema Wechseljahre stärker in der Weiterbildung von Fachärzt:innen verankern, und wenn ja, wie?

Auf Antrag der Gesundheitsdirektion

beschliesst der Regierungsrat:

I. Die Anfrage Sabine Arnold, Zürich, und Mitunterzeichnende wird wie folgt beantwortet:

Zu Fragen 1–3:

Die Menopause ist ein wichtiges gesundheitliches Thema mit hoher gesellschaftlicher Relevanz. Als natürlicher hormoneller Veränderungsprozess betrifft sie einen grossen Teil der weiblichen Bevölkerung in unterschiedlichem Ausmass und kann mit erheblichen körperlichen und psychischen Beschwerden verbunden sein, die eine angemessene medizinische Unterstützung erfordern. Umso wichtiger sind sachliche, wissenschaftlich fundierte und entstigmatisierende Informationen sowie eine gut zugängliche Gesundheitsversorgung. Betroffene Frauen benötigen einen niederschweligen Zugang zu diesen Informationen und qualifizierten Ansprechpersonen. Dafür stehen insbesondere die Hausärztinnen und -ärzte sowie die Gynäkologinnen und Gynäkologen, digitale und analoge Informationsangebote sowie Peer-Netzwerke zur Verfügung.

Die Aufklärung der Bevölkerung erfolgt über bestehende medizinische und gesellschaftliche Kanäle, wozu neben den bereits erwähnten ärztlichen Erstansprechpersonen auch Apotheken, Beratungsstellen

sowie Organisationen der Frauen- und Männerarbeit gehören. Für einen verständnisvollen und lösungsorientierten Umgang mit dem Thema sind auch das persönliche und berufliche Umfeld von Bedeutung. Dies betrifft insbesondere auch die (noch) nicht betroffene sowie die männliche Bevölkerung, da sie im Bereich der Partnerschaft, Familie und Freundschaften zu einem verständnisvollen und lösungsorientierten Umgang mit dem Thema beitragen können. Wichtig ist zudem die Sensibilisierung im Arbeitsumfeld (Anfrage KR-Nr. 97/2026 betreffend Wechseljahre am Arbeitsplatz – Prävention stärken, flexible Lösung finden). Gezielte Informationen und konkrete Hinweise für Arbeitgebende und Mitarbeitende können dazu beitragen, Wissen und angemessene Unterstützung in den Betrieben zu stärken.

Zur Information und Orientierung bestehen verschiedene etablierte Angebote. Die Schweizerische Gesellschaft für Gynäkologische Endokrinologie, Kontrazeption und Menopause (SGEM) stellt auf ihrer Webseite (vgl. meno-pause.ch/themen) ausgewählte Informationen zum Thema Wechseljahre zur Verfügung. Zudem bieten zahlreiche Zürcher Spitäler sowie niedergelassene Gynäkologinnen und Gynäkologen Informationen zum Thema Menopause an. Über die Plattform der schweizerischen Ärztesgesellschaft (vgl. doctorfmh.ch/) können Fachärztinnen und Fachärzte mit entsprechenden Schwerpunkten nach Kanton und Ortschaften gesucht werden.

Ergänzend unterstützte der Kanton Zürich in den letzten Jahren verschiedene Massnahmen zur Sensibilisierung und Information. So führte Prävention und Gesundheitsförderung Kanton Zürich im November 2024 im Auftrag der Gesundheitsdirektion eine Forumsveranstaltung zum Thema Wechseljahre durch. Für Anfang 2027 ist im Auftrag der Gesundheitsdirektion ein weiterer kantonaler Präventionstag geplant, an dem die Menopause als eine wichtige Lebensphase thematisiert werden soll. 2025 gewährte der Kanton Zürich der SGEM zudem Beiträge aus dem Gemeinnützigen Fonds für das Projekt «RUND UM Wechseljahre» (vgl. RRB Nr. 985/2025). Mit dem Projekt, das sich derzeit noch in Umsetzung befindet, soll ein Set von rund 30 Frage-Antwort-Karten mit verständlichen, evidenzbasierten Informationen für Betroffene erarbeitet werden. Die Entwicklung erfolgt unter Einbezug von Fachpersonen aus Medizin, Psychologie, Gesellschaft, Politik, Medien und Kultur.

Vor dem Hintergrund der erwähnten, bestehenden Informationsplattformen und -gefässen ist die Schaffung einer zusätzlichen kantonalen Informationsplattform nicht nötig.

Zu Fragen 4 und 5:

Die medizinische Versorgung von Frauen mit Beschwerden in den Wechseljahren erfolgt im Kanton Zürich primär im Rahmen der bestehenden ambulanten Versorgungsstrukturen. Eine wichtige Rolle kommt dabei zunächst der Grundversorgung zu. Hausärztinnen und Hausärzte können bei allgemeinen Fragestellungen Abklärungen vornehmen sowie eine Ersttriage und Basisberatung leisten. Je nach Fragestellung können auch weitere geeignete Gesundheitsfachpersonen zur niederschweligen Information und Beratung beitragen. Für spezifische Fragestellungen und Behandlungen stehen insbesondere Gynäkologinnen und Gynäkologen zur Verfügung.

Der Kanton Zürich weist in der Gynäkologie und Geburtshilfe einen leicht überdurchschnittlichen Versorgungsgrad auf (vgl. Obsan Bericht 16/2024). Im Weiterbildungscurriculum der Gynäkologinnen und Gynäkologen sind zudem ausdrücklich theoretische und praktische Kenntnisse zum Thema Menopause enthalten. Die Weiterbildung findet zwar mehrheitlich im stationären Bereich statt, umfasst jedoch auch Einsätze in ambulanten Strukturen. Damit verfügen Gynäkologinnen und Gynäkologen grundsätzlich über die notwendigen Kompetenzen zur Betreuung von Frauen mit Wechseljahrsbeschwerden. Über die fachärztliche Weiterbildung hinaus können sich Gynäkologinnen und Gynäkologen im Schwerpunkt Reproduktionsmedizin und gynäkologische Endokrinologie spezialisieren. Dieser umfasst auch die Beratung und Behandlung in der Peri- und Postmenopause einschliesslich psychosomatischer Aspekte. Gemäss Medizinalberuferegister verfügen im Kanton Zürich 34 Ärztinnen und Ärzte über einen entsprechenden Schwerpunkt. Je nach Situation und Beschwerdebild kann eine interdisziplinäre Betreuung unter Einbezug weiterer Fachpersonen, beispielsweise der Endokrinologie oder Psychiatrie und Psychologie sinnvoll sein.

Zu Frage 6:

Die inhaltliche Ausgestaltung der fachärztlichen Weiterbildung ist bundesrechtlich geregelt. Zuständig für die Festlegung der Weiterbildungsprogramme sind die dafür anerkannten gesamtschweizerischen Fachorganisationen. Im Weiterbildungsgang Gynäkologie und Geburtshilfe sind dies das Schweizerische Institut für ärztliche Weiter- und Fortbildung und die Schweizerische Gesellschaft für Gynäkologie und Geburtshilfe. Die Akkreditierung der Weiterbildungsprogramme erfolgt durch das zuständige Eidgenössische Departement des Innern.

Im Kanton Zürich bestehen verschiedene Weiterbildungsangebote im Bereich Gynäkologie und Geburtshilfe. An allen akutsomatischen Spitälern mit Notfallstation und einem Leistungsauftrag für Gynäkologie werden Weiterbildungsstellen angeboten. Darüber hinaus gibt es

über zehn Praxen, welche Praxisassistentenstellen anbieten. Am Universitätsspital Zürich besteht zudem eine Weiterbildungsstätte für den Schwerpunkttitle Reproduktionsmedizin und gynäkologische Endokrinologie. Ebenfalls wird dort eine spezialisierte ambulante Sprechstunde für Frauen in den Wechseljahren angeboten.

II. Mitteilung an die Mitglieder des Kantonsrates und des Regierungsrates sowie an die Gesundheitsdirektion.

Vor dem Regierungsrat
Die Staatsschreiberin:
Kathrin Arioli