

WARUM DER »KLEINE« UNTERSCHIED EINE GROSSE ROLLE SPIELT	11
GENDERMEDIZIN: WAS IST GLEICH, WAS IST ANDERS?	14
Was ist Gendermedizin?	15
Frauen sind keine Männer – biologische Unterschiede	16
Von Anfang an sind wir anders	16
Gene haben Schalter – Epigenetik	22
Messbare Unterschiede – größer, weiter, schneller?	31
Lebenslang – geprägt von Sexualhormonen	44
Frausein 2.0 – psychosoziale Unterschiede	53
Frauengesundheit neu gedacht	54
Gesund als Mädchen, gesund als Frau	56
Defizite sind lernbar, Stärken auch	68
Weibliche Lebenserfahrungen	80
Muttersein hat Potenzial	89
FRAUEN UND PRÄVENTION	94
Ressourcen stärken – statt Risikodenken	94
Das Konzept der Risikofaktoren	96
Welche beeinflussbaren Risikofaktoren gibt es?	97

Motivation ist Ihre Chance, gesünder zu leben	109
Nutzen Sie Ihre Ressourcen	113
Ändern Sie Ihre Prioritäten zugunsten Ihrer Gesundheit	116
Denken Sie um!	119
Fördern Sie Ihre Ressourcen	122
Pausenkultur – statt pausenlos im Einsatz	123
Essen, was stärkt – statt Diätenterror	127
Bewegungslust – statt Leistung	133
DOC-TALK: ZWEI ÄRZTINNEN, ZWEI GESCHICHTEN, ZWEI PERSPEKTIVEN	141
FRAUEN UND MEDIKAMENTE: SCHLUCKEN, WAS GESUND MACHT?	146
Warum Frauen mehr, weniger oder andere Medikamente brauchen als Männer	146
Wie unser Körper Medikamente aufnimmt	147
Auch Fett spielt eine Rolle	149
Die Leber – zentrale Verarbeitungsstation für Medikamente	150
Die Nieren – Ausscheidung der Arzneimittel	150
Sexualhormone und Arzneimittel beeinflussen sich gegenseitig	151
Wie Arzneimittel getestet werden	153
Tierversuche	153
Klinische Studien	153
Verordnung und Einnahme von Arzneimitteln	155
Was wird wem verordnet?	155
Sich selbst helfen?	157

Hormontherapien und Eingriffe in die Schwangerschaft	158
Sexualorgane	158
Verhütung	163
Schwangerschaftsabbruch	165
Kinderwunsch und Unfruchtbarkeit	165
Hormontherapie in der Postmenopause	168
Arzneimittel in der Schwangerschaft	172
Eine Schwangerschaft verändert den Arzneimittelstoffwechsel	172
Direkte Effekte der Arzneimittel auf den Fötus	173
Unterschiedliche Wirkungen und Nebenwirkungen von Arzneimitteln	174
 WAS FRAUEN WISSEN MÜSSEN, WENN SIE KRANK SIND	 179
Risikofaktoren und Vorbeugung	180
Die wichtigsten Risikofaktoren	181
Die eigenen Werte kennen	185
Risikofaktoren im Überblick	186
Das weibliche Herz-Kreislauf-System	187
Wie das Herz und seine Gefäße funktionieren	188
Die häufigsten Herz- und Gefäßkrankheiten	190
Behandlung für Frau und Mann – eine kurze Übersicht	190
Frauen und Herzinfarkt	192
Symptome: Wie Frauen den Infarkt erleben	192
Wie kommen Frauen an die richtige Diagnose?	195
Welche Verfahren bei der Diagnostik helfen	195
Krankheitsursachen für einen Herzinfarkt bei Frauen	197
Therapie und Verlauf	199

Erholung und Rehabilitation	199
In der Schwangerschaft	200
Frauen und Herzschwäche	201
Wie wird Herzschwäche diagnostiziert?	202
Welche Therapien stehen zur Verfügung?	202
Herzschwäche und Schwangerschaft	204
Frauen und Bluthochdruck	206
Wie erkenne ich Bluthochdruck?	206
Welche Medikamente helfen bei Bluthochdruck?	206
Bluthochdruck und Schwangerschaft	207
Frauen und Herzrhythmusstörungen	209
Vorhofflimmern	209
Andere Herzrhythmusstörungen	210
Herzklappenerkrankungen: Welche Therapie für wen?	210
Mitralklappenprolaps (MKP)	210
Mitralklappenstenose	211
Erkrankungen der Aortenklappe	212
Diabetes mellitus und Bauchspeicheldrüse	213
Die Bauchspeicheldrüse	213
Typ-1-Diabetes	215
Schwangerschaftsdiabetes	215
Typ-2-Diabetes	217
Symptome, Frühformen und Diagnose	218
Risikofaktoren für Diabetes	219
Prävention und Versorgung bei Diabetes	221
Verlauf und Komplikationen	223

Die weibliche Leber – Stoffwechselfentrale und	
Entgiftungsstation	228
Alkoholbedingte Lebererkrankungen	228
Leberentzündungen	229
Autoimmunerkrankungen der Leber	230
Gallenerkrankungen	231
Das weibliche Immunsystem	232
Rheuma und rheumatoide Arthritis	234
Morbus Bechterew	235
Multiple Sklerose (MS)	236
Lupus erythematoses	237
Systemische Sklerose	238
Sjögren-Syndrom	239
Fibromyalgie	239
Das weibliche Gehirn und die Psyche	240
Größe und Funktion des Gehirns	241
Schlaganfall	242
Demenz und Alzheimer-Krankheit	243
Epilepsie	244
Depression	244
Die weibliche Lunge	245
Chronische Lungenerkrankungen	247
Lungenkrebs	249
Lungenembolie	249
Lungenhochdruck und Appetitzügler	249
Die weibliche Niere	250
Chronische Niereninsuffizienz	252
Diabetische Nierenerkrankungen	253
Polyzystische Nierenerkrankungen	254

Die weibliche Schilddrüse: Auf Jod kommt's an	255
Über- und Unterfunktion	256
Die weiblichen Knochen und Gelenke	258
Osteoporose	258
Kniegelenke	260
Karpaltunnelsyndrom	261
Frauen und Bluterkrankungen	262
Anämien	262
Venenthrombosen und Lungenembolien	263
Frauen und Magen-Darm-Erkrankungen	264
Magenschleimhautentzündungen und Magenkrebs.....	264
Entzündliche Darmerkrankungen	265
Darmkrebs	265
 ES GIBT NOCH VIEL ZU TUN!	 267
 ZUM NACHSCHLAGEN	 269
Glossar	269
Bücher, Publikationen und Links	273
Quellenangaben	276
Dank	278