

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

<b>Motivation ist Ihre Chance, gesünder zu leben</b> .....	109
<b>Nutzen Sie Ihre Ressourcen</b> .....	113
Ändern Sie Ihre Prioritäten zugunsten Ihrer Gesundheit .....	116
Denken Sie um! .....	119
<b>Fördern Sie Ihre Ressourcen</b> .....	122
Pausenkultur – statt pausenlos im Einsatz .....	123
Essen, was stärkt – statt Diätenterror .....	127
Bewegungslust – statt Leistung .....	133
 <b>DOC-TALK: ZWEI ÄRZTINNEN, ZWEI GESCHICHTEN, ZWEI PERSPEKTIVEN</b> .....	 141
 <b>FRAUEN UND MEDIKAMENTE: SCHLUCKEN, WAS GESUND MACHT?</b> .....	 146
 <b>Warum Frauen mehr, weniger oder andere Medikamente brauchen als Männer</b> .....	 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
 <b>Wie Arzneimittel getestet werden</b> .....	 153
Tierversuche .....	153
Klinische Studien .....	153
 <b>Verordnung und Einnahme von Arzneimitteln</b> .....	 155
Was wird wem verordnet? .....	155
Sich selbst helfen? .....	157

<b>Hormontherapien und Eingriffe in die Schwangerschaft</b> .....	158
Sexualorgane .....	158
Verhütung .....	163
Schwangerschaftsabbruch .....	165
Kinderwunsch und Unfruchtbarkeit .....	165
Hormontherapie in der Postmenopause .....	168
<b>Arzneimittel in der Schwangerschaft</b> .....	172
Eine Schwangerschaft verändert den Arzneimittelstoffwechsel .....	172
Direkte Effekte der Arzneimittel auf den Fötus .....	173
<b>Unterschiedliche Wirkungen und Nebenwirkungen von Arzneimitteln</b> .....	174
 <b>WAS FRAUEN WISSEN MÜSSEN, WENN SIE KRANK SIND</b> .....	 179
<b>Risikofaktoren und Vorbeugung</b> .....	180
Die wichtigsten Risikofaktoren .....	181
Die eigenen Werte kennen .....	185
Risikofaktoren im Überblick .....	186
<b>Das weibliche Herz-Kreislauf-System</b> .....	187
Wie das Herz und seine Gefäße funktionieren .....	188
Die häufigsten Herz- und Gefäßkrankheiten .....	190
Behandlung für Frau und Mann – eine kurze Übersicht .....	190
<b>Frauen und Herzinfarkt</b> .....	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
<b>Frauen und Herzschwäche .....</b>	<b>201</b>
Wie wird Herzschwäche diagnostiziert? .....	202
Welche Therapien stehen zur Verfügung? .....	202
Herzschwäche und Schwangerschaft .....	204
<b>Frauen und Bluthochdruck .....</b>	<b>206</b>
Wie erkenne ich Bluthochdruck? .....	206
Welche Medikamente helfen bei Bluthochdruck? .....	206
Bluthochdruck und Schwangerschaft .....	207
<b>Frauen und Herzrhythmusstörungen .....</b>	<b>209</b>
Vorhofflimmern .....	209
Andere Herzrhythmusstörungen .....	210
<b>Herzklappenerkrankungen: Welche Therapie für wen? .....</b>	<b>210</b>
Mitralklappenprolaps (MKP) .....	210
Mitralklappenstenose .....	211
Erkrankungen der Aortenklappe .....	212
<b>Diabetes mellitus und Bauchspeicheldrüse .....</b>	<b>213</b>
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

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

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