



Wechseljahre neu denken (Teil 2) – Vertrauen, Arbeitswelt und die Zukunft der Frauengesundheit

Nach dem Blick auf medizinische Versorgungslücken und digitale Lösungen [im ersten Teil des Interviews](#) geht das Gespräch mit Dr. Valerie Kirchberger und Folke Tedsen nun weiter: Wie entsteht Vertrauen in der digitalen Begleitung – gerade bei sensiblen Themen wie Schlafstörungen oder Libidoverlust? Und warum sind die Wechseljahre längst auch ein Wirtschaftsthema? Es geht um Nutzererfahrungen, die Rolle von Unternehmen und den gesellschaftlichen Wandel rund um Frauengesundheit.

Interview Teil 2: Digitale Nähe, Unternehmensverantwortung und gesellschaftlicher Wandel

Wie erleben Sie die Nutzerinnen von [Evela Health](#) – gibt es typische Profile oder überraschende Nutzungsverläufe?

Dr. Valerie Kirchberger: Unsere Nutzerinnen sind unglaublich vielfältig. Wir haben Managerinnen, die ihren Schlaf wiederfinden wollen, genauso wie Lehrerinnen, die nach mehr Energie suchen, oder Unternehmerinnen, die lernen möchten, mit Stimmungsschwankungen umzugehen.

Wir haben durchaus einen Schwerpunkt im Bereich der frühen Wechseljahre, also der sogenannten Perimenopause, viele Frauen kommen im Alter Anfang bis Mitte 40 mit intensiven Beschwerden zu uns, sie suchen oft schon lange nach Erklärungen und Hilfe. Wir haben auch viele Nutzerinnen, die „klassische“ Symptome wie Hitzewallungen mit Mitte 50 belasten.

Was uns begeistert: Frauen kommen teilweise auch zu uns nicht erst, wenn sie „am Limit“ sind, sondern zunehmend präventiv – sie wollen verstehen, was mit ihrem Körper passiert, bevor Beschwerden entstehen. Das zeigt, wie stark das Bedürfnis nach Wissen und Selbstwirksamkeit ist.

Wie gelingt es, bei einem digitalen Gesundheitsangebot wie Evela Health eine vertrauensvolle Beziehung aufzubauen – gerade bei sensiblen Themen wie Schlafstörungen, Libidoverlust oder Stimmungsschwankungen, die eigentlich nach persönlicher Nähe verlangen?

Dr. Valerie Kirchberger: Danke, diese Frage liebe ich. Das geht tatsächlich per Video-Sprechstunde sehr gut! Vertrauen entsteht durch Qualität, Transparenz und Empathie. Unsere Inhalte sind medizinisch geprüft, aber wir sprechen in einer Sprache, die verständlich und respektvoll ist und die Frauen sind so extrem dankbar, dass sie sich endlich ernst genommen, gehört und verstanden fühlen.

Wir setzen auf echte Begleitung: Mensch zu Mensch, das ist trotz digitalem Programm und zunehmender Automatisierung aller Vorgänge im Hintergrund unser Kern und Wertversprechen.

Viele Frauen sagen uns, dass sie sich bei Evela Health zum ersten Mal wirklich verstanden fühlen, weil wir ihre

Situation ernst nehmen, ohne sie zu pathologisieren. Das ist wahrscheinlich das größte Kompliment.

Welche Rolle spielen frauenspezifische Gesundheitsangebote in Ihrer Zukunftsstrategie?

Folke Tedsen: Frauengesundheit verdient mehr Aufmerksamkeit – das zeigen nicht nur die aktuellen gesellschaftlichen Diskussionen, sondern auch die Nachfrage unserer Kundinnen. Wir möchten diesen Bereich gezielt stärken, indem wir Angebote schaffen, die auf die besonderen Bedürfnisse von Frauen eingehen. Das [digitale Angebot von Evela Health](#) ist da ein wichtiger Baustein innerhalb einer [wachsenden Reihe weiterer guter Gesundheitsservices](#), die wir unseren Kundinnen anbieten. Es ist uns ein echtes Anliegen, das Bewusstsein für Frauengesundheit weiter zu fördern.

Sie richten sich mit Evela Health nicht nur an Privatpersonen, sondern auch an Unternehmen. Welche Chancen sehen Sie darin, Frauengesundheit stärker in die Arbeitswelt zu integrieren – und wie kann ein Angebot wie Evela Health dabei unterstützen?

Dr. Valerie Kirchberger: Die Wechseljahre sind längst ein Wirtschaftsthema. Studien zeigen, dass unbehandelte Beschwerden zu hohen Fehlzeiten und Produktivitätsverlusten führen – allein in Deutschland entstehen dadurch jährlich über 9 Milliarden Euro an Kosten. Wenn Unternehmen Frauengesundheit ernst nehmen, investieren sie also nicht nur in Wohlbefinden, sondern in Fachkräftebindung, Leistungsfähigkeit und Gleichstellung.

Evela Health unterstützt Arbeitgeber, indem wir ein skalierbares, anonymes und wissenschaftlich fundiertes Angebot machen – Frauen erhalten Hilfe, ohne dass sie im Unternehmen über persönliche Themen sprechen müssen. Das wird enorm positiv aufgenommen.

Was wünschen Sie sich für den gesellschaftlichen Umgang mit den Wechseljahren – und für die Versorgung von Frauen?

Dr. Valerie Kirchberger: Ich wünsche mir, dass wir endlich offen, selbstverständlich und mit Stolz über diese Lebensphase sprechen. Die Wechseljahre sind kein Tabu und müssen kein Karriereknick sein, sondern sie sind eine Zeit des Umbruchs und der Neuorientierung. In der Versorgung wünsche ich mir einen Paradigmenwechsel – weg von Symptombehandlung, hin zu Prävention, Aufklärung und personalisierter Medizin. Frauen sollten wissen, dass sie Wahlmöglichkeiten haben! Keine Angst, keine Mythen, kein Druck von außen, sondern Fakten und die individuelle Situation sollten die Entscheidungen beeinflussen.

Wenn Sie einer Frau in den Wechseljahren einen einzigen Rat mitgeben dürften – was wäre das?

Dr. Valerie Kirchberger: Hör auf deinen Körper – und nimm dich ernst. Wenn du merkst, dass etwas anders wird, such dir frühzeitig Unterstützung und such so lange, bis du jemand findest, dem du vertraust. Die Wechseljahre sind kein Ende, sondern ein Übergang in eine neue, oft sehr kraftvolle Lebensphase. Und du musst da nicht alleine durch.

Bildquellen

- Evela Health_Teil_2.png: HanseMerkur