

Medienmitteilung vom 8. Juni 2016

ZHAW Departement Angewandte Psychologie und Psychiatrische Universitätsklinik Zürich

## **Menopause führt nicht zu Depressionen**

**Obwohl einige US-Studien in den letzten Jahren die Menopause für die Entstehung von Depressionen verantwortlich machten, war der Zusammenhang nie ganz geklärt. Nun zeigt eine Studie von Forschenden der PUK und der ZHAW: Die Menopause hat keinen direkten Einfluss auf die psychische Gesundheit von Frauen.**

Die hormonellen Veränderungen der Wechseljahre können bei Frauen zu verschiedenen physischen und psychischen Veränderungen führen. Oft wird die Menopause auch in Zusammenhang mit psychischen Problemen gebracht, allen voran mit Depressionen. Die Mehrheit der wissenschaftlichen Studien konnte dies zwar nicht belegen. Allerdings erschienen in den letzten zehn bis fünfzehn Jahren einige aufsehenerregende Studien aus den USA, die einen direkten Zusammenhang zwischen der Menopause und Depressionen hergestellt haben. Die Forschenden Wulf Rössler und Jules Angst von der Psychiatrischen Universitätsklinik Zürich und Michael P. Hengartner von der ZHAW sind dieser Thematik nachgegangen und haben die Daten aus einer Langzeitstudie untersucht. Dazu wurden 168 Frauen vom 20. bis zum 50. Lebensjahr im Zeitraum von 1979 bis 2008 wiederholt zu psychischen Problemen befragt. ZHAW-Forscher Michael P. Hengartner zieht folgendes Fazit: «Wir fanden bei Frauen in den Wechseljahren im Vergleich zur Zeit vor der Menopause kein erhöhtes Risiko für Depressionen oder andere psychische Störungen».

### **Menopause hat keinen Einfluss auf psychische Gesundheit**

Gemäss der Studie traten psychische Probleme wie Angststörungen oder Depressionen in der Zeit während oder nach der Menopause nicht häufiger auf als in der Zeit vor der Menopause. «Dies bedeutet, dass die Menopause die psychische Gesundheit nicht direkt beeinflusst», sagt Hengartner. Hingegen entdeckten die Forschenden, dass im Alter zwischen 41 und 50 Jahren gewisse Persönlichkeitseigenschaften sowie familiär, beruflich oder finanziell verursachter Stress psychische Störungen bewirken können. Diese treten jedoch unabhängig von der Menopause auf und betreffen somit Frauen vor und nach der Menopause gleich häufig. Zudem spielen vorgängige psychische Probleme bei der Entstehung von Depressionen in dieser Altersspanne eine grosse Rolle.

### **Mängel in US-Studien**

Die Forschenden vermuteten, dass die Zusammenhänge von Menopause und Depressionen in den US-Studien aufgrund methodischer Mängel hergestellt wurden. Denn oftmals wurde ein statistisch unzulässiges Verfahren angewendet, welches als Dichotomisierung bezeichnet wird. Dabei wird eine künstliche Zweiteilung dimensionaler Masse vorgenommen und durch einen willkürlich gesetzten Grenzwert eine Gruppe in depressiv und die andere in nicht-depressiv eingeteilt. Gemäss der statistischen Literatur führt diese problematische Vereinfachung zu schweren Verzerrungen und falschen Zusammenhängen.



Die Forschenden untersuchten deshalb, ob die Dichotomisierung in ihrer Studie zu ähnlichen Befunden wie in den amerikanischen Ergebnissen führt. Und tatsächlich: Je nachdem, welcher Wert als Grenze gesetzt wurde, stellten die Forschenden einen vermeintlichen Zusammenhang zwischen Menopause und Depressionen fest. «Dieser irrtümliche Zusammenhang entstand also aufgrund methodischer Mängel», sagt ZHAW-Forscher Hengartner. «Dies könnte erklären, warum diverse amerikanische Studien fälschlicherweise einen Zusammenhang hergestellt haben».

**Departement Angewandte Psychologie der ZHAW**

Das ZHAW Departement Angewandte Psychologie ist das führende Kompetenzzentrum für wissenschaftlich fundierte Angewandte Psychologie in der Schweiz. Mit dem Bachelor- und dem konsekutiven Masterstudiengang, dem Bereich Forschung & Entwicklung sowie dem Beratungs- und Weiterbildungsangebot des Hochschulinstituts IAP Institut für Angewandte Psychologie wird wissenschaftlich fundiertes Wissen für Menschen und Unternehmen in ihrem Lebens- und Arbeitsumfeld nutzbar gemacht. [www.zhaw.ch/psychologie](http://www.zhaw.ch/psychologie)

**Weitere Informationen:**

ZHAW, Departement Angewandte Psychologie, Dr. Michael P. Hengartner,  
Telefon +41 58 934 83 82, E-Mail [michaelpascal.hengartner@zhaw.ch](mailto:michaelpascal.hengartner@zhaw.ch)

Die Studie wurde im Juni im renommierten Fachjournal World Psychiatry publiziert:

<http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/wps.20319/abstract>

**Kontakt:**

ZHAW Departement Angewandte Psychologie, +41 58 934 84 08, [tanja.vonrotz@zhaw.ch](mailto:tanja.vonrotz@zhaw.ch)