

Drei Frauen brechen Tabus

Weibliche Gesundheit Was hilft bei Mensbeschwerden? Was tun gegen Inkontinenz? Wie funktioniert Botox? Der Berner Podcast von Priska Christen, Jeannine Kohl und Anja Wüest gibt Antworten.

Rahel Guggisberg und **Mirjam Comtesse**

Nach wie vor werden Frauen medizinisch weniger gut behandelt als Männer. Das belegen zahlreiche Studien. Die Gründe dafür sind vielfältig: Medikamente und Behandlungen sind auf einen männlichen Standardtypus ausgerichtet, Männer treten gegenüber Ärztinnen und Ärzten fordernder auf, und schliesslich werden sie oft auch ernster genommen.

«Noch heute höre ich regelmässig von Patientinnen, die meinen, mit verschiedenen Beschwerden müssten sie halt einfach durchhalten», sagt Anja Wüest. Die 47-jährige ist Gynäkologin mit eigener Praxis in Bern. «Dabei gibt es so viel, was man zum Beispiel bei Beschwerden in den Wechseljahren machen kann.»

Frauen sind leidensbereit

Ähnliches stellt Jeannine Kohl (43) fest, die in Luzern als selbstständige Apothekerin arbeitet: «Frauen denken viel zu oft, dass das Leiden nun mal dazugehö-

re.» Das gelte nicht nur für die Wechseljahre, sondern etwa auch beim Gebären.

Genau diese Leidensbereitschaft gibt auch der 47-jährigen Priska Christen zu denken, die in Bern Apothekerin ist. «Wenn man Frauen nicht ganz konkret nach Beschwerden fragt – zum Beispiel nach vaginaler Trockenheit –, sagen sie oft nichts, weil sie denken, das sei ja nicht so schlimm oder peinlich.»

Während der Pandemie hatte sie Zeit zum Nachdenken, und es machte bei ihr klick: «Ich fand, wir müssen endlich dafür sorgen, dass wir über Tabus zur weiblichen Gesundheit reden.» Kurz darauf – das war vor drei Jahren – starteten die drei Freundinnen ihren Podcast «Villa Margarita».

Unverblümter Podcast

Seither behandeln sie darin ungefähr alle drei Wochen ein Thema rund um eine fiktive Protagonistin. Da gibt es etwa «Moody Mandy (38)», die etwas gegen ihre starken monatlichen Stimmungsschwankungen unternehmen will, «Bloody Mary (33)», deren Monatsblutungen immer



Priska Christen, Jeannine Kohl und Anja Wüest (von links) sprechen über Fragen rund um die weibliche Gesundheit. Foto: Franziska Rothenbühler

stärker werden, oder die «schrille Sibylle (39)», die unter ihrer unangenehmen Stimme leidet.

Sächlich, aber immer gut gelaunt reden die drei Frauen über Beschwerden und mögliche Mittel dagegen. Unverblümt nähern sie sich auch eher schambehafteten Fragen wie etwa der, was man bei Inkontinenz nach Dammschnitten machen kann. Das kommt an: Vergangenes Jahr

waren sie für den Swiss Podcast Award nominiert.

Die Anzahl Downloads bewegt sich monatlich im hohen vierstelligen Bereich. Die meisten Rückmeldungen haben die Macherinnen zu ihren verschiedenen Folgen über die Wechseljahre erhalten – nicht nur von Betroffenen, sondern auch von Fachpersonen. «Das zeigt, dass Frauen nach wie vor zu wenig

hilfreiche Informationen dazu erhalten», sagt Priska Christen.

Idee von Gesundheitshaus

Wie sind die drei auf den Namen ihres Podcasts gekommen? Anja Wüest erklärt: «Mit Priska ging ich schon an den Gymer Neufeld. Damals hatten wir die Vision von einem Haus, in dem es ganz um die Gesundheit und das Wohlbefinden von Frauen geht.» Im Erdgeschoss sollte sich eine Apotheke befinden, im ersten Stock eine ärztliche Praxis und unter dem Dach ein Raum für Inspiration und Wissensvermittlung. Dieses Traumhaus nannten sie spasshalber «Villa Margarita».

Nach dem Pharmaziestudium lernte Priska Christen Jeannine Kohl kennen. Sie erzählte ihr von der Villa. «Wir realisieren unseren Traum nun vorerst in Form eines Podcasts», sagt Christen.

Die Ärztesgesellschaft des Kantons Bern findet es grundsätzlich «hilfreich und nutzbringend», wenn komplexe medizinische Inhalte «der Bevölkerung in verständlicher Form von Fachpersonen nähergebracht werden». Wichtig sei einfach, «dass

die Sachverhalte auf der Basis der geltenden wissenschaftlichen Erkenntnisse korrekt und fundiert wiedergegeben werden».

Das nötige Wissen haben die drei Expertinnen. Und wie halten sie es mit Werbung für bestimmte Produkte? «Da sind wir sehr vorsichtig», sagt Priska Christen. Damit grenzen sie sich bewusst von bezahlten Influencerinnen und Influencern ab.

Spezialfolge für Männer?

Künftig wollen sie auch noch andere Angebote aufnehmen: Vergangenes Jahr gab es bereits einen Villa-Margarita-Weiterbildungsanlass: Fachpersonen und Interessierte konnten in der Villa Kocher in Bern mehr zur Perimenopause erfahren. Damit bezeichnet man die Jahre unmittelbar vor und das Jahr nach der letzten Regelblutung.

2024 planen sie unter anderem eine Wechseljahre-Roadshow durch die Schweiz, und vielleicht erweitern sie auch ihr Themenspektrum: Die drei diskutieren über eine Podcast-Ausgabe zu einer typisch männlichen Gesundheitsfrage.

Ein Skilager gibt es – dank Crowdfunding

Mini-Shutdown in drei Gemeinden Sie hatten finanzpolitisch einen Fehlstart ins neue Jahr: Aefligen, Niederhünigen und Oberdiessbach. Ohne Budget jedoch steht nur Geld für das Notwendigste zur Verfügung.

Dölf Barben

Tempo-30-Gegner, die ein Budget ausbremsen: In Oberdiessbach ist genau das passiert. Im Dezember hatte die Gemeindeversammlung zwar noch Ja gesagt zum Zahlenwerk. Dann aber gab es eine Beschwerde. Die Folge: Die Gemeinde steht seit Anfang Jahr ohne Budget da. Das heisst, sie darf Geld nur «für unumgängliche Verpflichtungen» ausgeben.

Oberdiessbach ist jedoch nicht die einzige Gemeinde im Kanton Bern, die einen finanzpolitischen Fehlstart ins neue Jahr hingelegt hat. Gemäss den Angaben des Kantons sind es zwei weitere: Niederhünigen und Aefligen.

In Niederhünigen ist die Situation ganz ähnlich wie in Oberdiessbach. Im Zusammenhang mit Tempo-30-Krediten ging eine Beschwerde ein. Im Grundsatz gehe es um die Frage, ob Finanzkompetenzen nicht eingehalten worden seien, sagt Gemeindepräsident Anton Schmutz (parteilos) auf Anfrage. Der Gemeinderat habe seine Stellungnahme zur Beschwerde eben abgegeben. «Wir hoffen, dass der Fall bis Ende Februar abgeschlossen ist», sagt Anton Schmutz.

Ausnahmezustand bis April

Klassisch liegt der Fall in Aefligen. Die Gemeindeversammlung hat im Dezember eine Steuererhöhung abgelehnt. Der Gemeinderat muss nun über die Bücher gehen und ein neues Budget ausarbeiten. Damit steht fest: Der finanzpolitische Ausnahmezustand wird mindestens bis April dauern – dann wird eine ausserordentliche Gemeindeversammlung stattfinden.

Der Kanton gibt Gemeinden, die kein Budget haben, Zeit bis Mitte Jahr. Falls bis dann keines vorliegt, übernimmt er das Ruder und setzt ein Budget fest – inklusive Steueranfrage. Dies kommt aber selten vor.

Ohne Budget ist eine Gemeinde gezwungen, gewissermassen einen Mini-Shutdown vorzunehmen.



Die Erweiterung der Aefliiger Schule machte eine Steuererhöhung nötig – sie wurde von der Gemeindeversammlung aber abgelehnt. Foto: Beat Mathys

«So funktioniert Demokratie, es hat keinen Sinn zu jammern.»

Peter Hofer (Pro Aefligen) Gemeinderatspräsident Aefligen

men. Bekannt ist der Begriff Shutdown aus den Vereinigten Staaten. Wenn dort kein Budget zustande kommt, werden staatliche Aktivitäten zum Teil rigoros heruntergefahren und Staatsangestellte in die Zwangsferien geschickt.

Personal ist nicht betroffen

So weit kommt es in bernischen Gemeinden aber nicht. Das Personal ist nicht betroffen, die Löhne werden bezahlt. Ausgaben, die für das Funktionieren des Gemeinwesens unerlässlich sind, dürfen noch getätigt werden. Dazu gehört etwa der Winterdienst auf den Strassen oder das Putzen von Liegenschaften.

Es darf jedoch kein Geld ausgegeben werden, das nicht unbedingt ausgegeben werden muss. Ein geläufiges Beispiel dafür ist

das Büromaterial. Solange davon noch vorhanden ist, darf kein neues eingekauft werden.

Betroffen sind auch Gemeindebeiträge an Schulausflüge wie Exkursionen oder Skilager. In Aefligen wird das Skilager jeweils mit rund 10'000 Franken unterstützt. Diese Ausgabe darf nicht getätigt werden, bis ein genehmigtes Budget vorliegt. Und doch kommt das Skilager zustande, wie Gemeinderatspräsident Peter Hofer (Pro Aefligen) auf Anfrage sagt. Der Betrag sei von Einwohnerinnen und Einwohnern über ein Crowdfunding aufgebracht worden.

Nicht tangiert sind laut Peter Hofer auch die laufenden Bauarbeiten für die Schulhausweiterung. Ausgaben aufgrund abgelehnter Verträge gelten als gebundene Kosten. Insbesondere

er gelte es auch Folgeschäden zu vermeiden.

Steuererhöhung mit Ansage

Interessant am Fall Aefligen ist, dass die Schulhausweiterung am Anfang des gegenwärtigen Finanzproblems steht. Der Gemeinderat habe schon zu Beginn und auch in der Abstimmungsbotschaft ausdrücklich darauf hingewiesen, dass eine Steuererhöhung nötig sein werde, sagt Peter Hofer. Das Projekt sei bei der Volksabstimmung trotzdem mit solider Mehrheit angenommen worden.

An der Gemeindeversammlung schliesslich ist die Erhöhung der Steueranlage von 1,8 auf 1,9 knapp gescheitert. Mit 26 zu 24 Stimmen bei 9 Enthaltungen. «So funktioniert Demokratie», sagt Hofer, «es hat keinen

Fehlstarts gibt es praktisch jedes Jahr

Bis Ende der 2010er-Jahre waren es jeweils ein bis zwei bernische Gemeinden, die ohne Budget ins neue Jahr starteten. Eine Ausnahme war 2014 mit neun Gemeinden – unter ihnen Schwergewichte wie die Stadt Biel sowie Worb und Münchenbuchsee. Auch die Stadt Bern war schon betroffen; im Jahr 2000 musste der Kanton eingreifen und ein Budget festsetzen.

Ein weiteres Ausnahmejahr war 2021. Nach Angaben des Kantons hatten 28 Gemeinden zu Beginn des Jahres kein Budget. Der Grund: Wegen der Corona-Pandemie mussten zahlreiche Gemeindeversammlungen verschoben werden. 2022 war ebenfalls ein Corona-Effekt zu spüren. Folgende zehn Gemeinden starteten ohne Budget: Burgdorf, Köniz, Saanen, Gsteig, Gerzensee, Niederbipp, Frutigen, Péry-La Heutte, Bolligen, Saules. 2023 waren es immer noch überdurchschnittlich viele: Langenthal, Biel, Moutier, Plateau de Diesse, Gündlischwand, Herzogenbuchsee, Bowil.

Ein Eingreifen des Kantons war in den letzten Jahren nirgendwo mehr nötig. (db)

ANZEIGE

MENSCHMARK

Vermögensverwaltung mit dem Menschen als Wertmassstab.



Jetzt Beratungsgespräch mit der 15-fachen
Seriensiegerin im Anlegen vereinbaren. [bekb.ch/vermoegensberatung](https://www.bekb.ch/vermoegensberatung)

ANZEIGE

BÜHNEN BERN

OPER

Ab
20.01.24
Stadttheater

JENŮFA

Musikalische Leitung Nicholas Carter
Regie Eva-Mariā Höckmayr
Mit Claude Eichenberger und Alžběta Poláčková