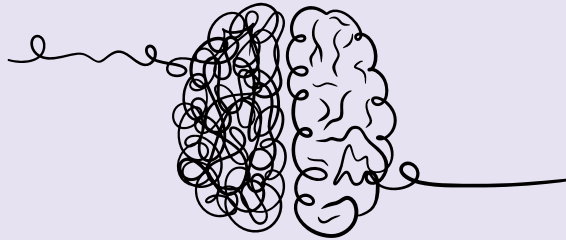


DIE PRÄMENSTRUELLE DYSPHORISCHE STÖRUNG (PMDS): EINE CHRONISCHE, NEUROBIOLOGISCHE ERKRANKUNG

Etwa 3-8 % aller Frauen* im reproduktiven Alter haben PMDS - eine chronische Erkrankung, bei der das Gehirn extrem negativ auf Hormone und deren Schwankungen reagiert.



Betroffene erleben so starke, zyklusabhängige Symptome, dass der Alltag nicht bewältigt werden kann: Weinen, Wutausbrüche, Angstzustände, Depressionen, suizidale Gedanken, aber auch Konzentrationsschwierigkeiten und körperliche Symptome wie Schmerzen und Schlafstörungen können auftreten.

Mehr Informationen auf
www.pmds-hilfe.de

*Personen, die menstruieren

PMDS HILFE E.V. IN ZAHLEN

8.500+
Seitenbesucher*innen / Monat

2.800+
Newsletterabonnent*innen

1.700+
Follower auf Instagram

400+
Selbsthilfegruppe Teilnehmer*innen

200+
Vereinsmitglieder

Werde Mitglied oder unterstütze
uns mit deiner Spende!

KONTAKT

PMDS Hilfe e.V.
Urnenstr. 2 - 51069 Köln



www.pmds-hilfe.de
info@pmds-hilfe.de
verein@pmds-hilfe.de
fachkreise@pmds-hilfe.de

Spendenkonto
IBAN: DE71 8306 5408 0005 4057 42
BIC: GENODEF1SLR

Herausgeber: PMDS Hilfe e.V., Urnenstr. 2, 51069 Köln
Steuernummer: 205/5767/3544

1 VON 20 FRAUEN* MIT ZYKLUS LEIDET AN PMDS.

Prämenstruelle Dysphorische Störung
(PMDS) - ICD 11 - GA34. 41

Über 60% kämpfen mit
suizidalen Gedanken.

AUFKLÄRUNG RETTET LEBEN!



EIN BLINDER FLECK IM GESUNDHEITSSYSTEM

Die PMDS ist seit 2022 als eigenständige, gynäkologische Erkrankung im Diagnose-Handbuch (ICD-11) der WHO erfasst. Leider ist dies noch nicht ins Deutsche übersetzt – und PMDS selbst bei Ärzt:Innen oft unbekannt!

Betroffene haben es schwer, die richtige Hilfe zu finden. Beschwerden werden oft nicht ernst genommen, fehldiagnostiziert und fehlbehandelt.



UNSERE MISSION

Den Zugang zu Behandlung und Unterstützung bei PMDS in deutschsprachigen Ländern verbessern – damit Betroffene schneller die richtige Hilfe finden!

UNSERE ARBEIT

UNABHÄNGIGE AUFKLÄRUNG & WISSENSVERMITTLUNG



- Infowebseite pmds-hilfe.de
- Mediathek (im Aufbau)
- Newsletter
- Erklärvideos (in Planung)

SELBSTHILFE & SERVICES



- Online-Selbsthilfegruppe
- Pilotgruppe für Angehörige
- Workshops & Expert*Innen-Talks
- Spezialisten*innenverzeichnis

FORSCHUNG & FACHKREISE



- Kooperation mit Universitäten und BehandlerInnen
- Vorträge (Z.B. Kongresse, Bildung)
- Veröffentlichung von Studien, die TeilnehmerInnen mit PMDS suchen
- Fachkreis-Newsletter
- Infoseite & -material für BehandlerInnen (im Aufbau)



Unser gemeinnütziger Verein wird rein ehrenamtlich von Betroffenen geführt. Unsere Infoplattform pmds-hilfe.de ist die bislang einzige unabhängige Anlaufstelle zu PMDS im deutschsprachigen Raum.

MEILENSTEINE

