

Vorzeitige Menopause: Einfluss auf das Risiko für koronare Herzkrankheiten

Datum: 08.06.2026

Original Titel:

Premature Menopause and Lifetime Risk of Coronary Heart Disease

Kurz & fundiert

- Zeitpunkt der Menopause: Relevant für das Risiko für koronare Herzkrankheiten (KHK)?
- Untersuchung der Rolle vorzeitiger natürlicher Menopause (vor dem 40. Lebensjahr) und lebenslangem KHK-Risiko
- Prospektive, bevölkerungsbasierte Kohortenstudie
- Analyse über 10 036 postmenopausale Frauen aus 6 US-amerikanischen Kohortenstudien (163 600 Personenjahre)
- Häufiger vorzeitige Menopause bei schwarzen (15,5 %) als bei weißen Frauen (4,8 %)
- Um etwa 40 % erhöhtes lebenslanges Risiko für erstmalige KHK bei vorzeitiger Menopause
- Menopausenanamnese könnte routinemäßig kardiovaskuläre Risikobewertung und präventive Maßnahmen stützen

MedWiss - Eine prospektive, bevölkerungsbasierte Kohortenstudie mit mehr als 10 000 Frauen konnte zeigen, dass eine vorzeitige natürliche Menopause (vor dem 40. Lebensjahr) mit einem rund 40 % höheren lebenslangen Risiko für koronare Herzkrankheiten verbunden ist. Die Ergebnisse unterstreichen laut der Autoren die Bedeutung der Menopause als wichtigen Faktor in der kardiovaskulären Prävention.

Eine vorzeitige Menopause wurde als möglicher Risikofaktor für die kurzfristige Herzgesundheit diskutiert. Bislang war jedoch unklar, wie sich dieses Risiko, spezifisch für koronare Herzkrankheiten (KHK), langfristig über die gesamte Lebensspanne entwickelt. Eine US-amerikanische Studie berechnete nun das lebenslange Risiko für das erstmalige Auftreten einer koronaren Herzkrankheit sowie die Schätzung der Lebensjahre ohne und mit koronarer Herzkrankheit in Abhängigkeit vom Vorliegen einer vorzeitigen Menopause.

Zeitpunkt der Menopause: Relevant für das KHK-Risiko?

Die prospektive, bevölkerungsbasierte Kohortenstudie schloss individuelle Daten von postmenopausalen Frauen im Alter von 55 - 69 Jahren aus 6 US-amerikanischen Kohortenstudien ein. Alle Studienteilnehmerinnen waren zu Studienbeginn frei von koronarer Herzkrankheit und verfügten über Angaben zum Menopausenstatus sowie zu kardiovaskulären Ereignissen. Frauen mit chirurgisch herbeigeführter Menopause wurden von der Analyse ausgeschlossen. Als Exposition galt

das Auftreten einer vorzeitigen natürlichen Menopause vor dem 40. Lebensjahr. Der primäre Endpunkt war das Auftreten einer koronaren Herzkrankheit, definiert als tödlicher oder nicht tödlicher Herzinfarkt. Die Analysen wurden getrennt für schwarze und weiße Frauen durchgeführt.

Analyse über 10 000 postmenopausale Frauen aus 6 US-amerikanischen Kohortenstudien

Die Studie umfasste insgesamt 163 600 Personenjahre in einer Nachbeobachtungszeit von 1964 - 2018. Von den eingeschlossenen Frauen waren 3 522 schwarz und 6 514 weiß. Das mittlere Alter zu Studienbeginn betrug 61,2 Jahre (Standardabweichung, SD: 4,3) bei schwarzen Frauen und 60,0 Jahre (SD: 4,4) bei weißen Frauen. Eine vorzeitige natürliche Menopause trat bei schwarzen Frauen häufiger auf als bei weißen Frauen und betraf 545 schwarze Frauen (15,5 %) und 313 weiße Frauen (4,8 %). Frauen mit vorzeitiger Menopause hatten ein höheres lebenslanges Risiko für das erstmalige Auftreten einer koronaren Herzkrankheit. Bei schwarzen Frauen war dies ein um 41 % erhöhtes Risiko (Hazard Ratio, HR: 1,41; 95 % Konfidenzintervall: KI: 1,04 - 1,90), bei weißen Frauen war das Risiko um 39 % erhöht (HR: 1,39; 95 % KI: 1,03 - 1,87).

Die Zeit bis zum Auftreten einer koronaren Herzkrankheit unterschied sich jedoch nicht signifikant zwischen Frauen mit vorzeitiger oder in durchschnittlichem Alter auftretender Menopause, unabhängig auch von der Hautfarbe.

Höheres Risiko bei früher Menopause, aber vergleichbar lange ohne koronare Herzkrankheit

Die Ergebnisse dieser Kohortenstudie zeigen, dass eine vorzeitige natürliche Menopause mit einem etwa 40 % höheren lebenslangen Risiko für koronare Herzkrankheiten verbunden ist, unabhängig von der Hautfarbe der Frauen. Die Studienautoren bewerten die vorzeitige Menopause daher als relevanten risikoverstärkenden Faktor für die langfristige Herz-Kreislauf-Gesundheit. Die routinemäßige Erfassung des Menopausenalters in der klinischen Praxis könnte dazu beitragen, Frauen mit erhöhtem Risiko frühzeitig zu identifizieren und gezielt präventive Maßnahmen zu ergreifen.

Weitere Informationen zu Prävention und HealthyAging auch bei [staYoung](#)

Referenzen:

Freaney PM, Ning H, Carnethon M, et al. Premature Menopause and Lifetime Risk of Coronary Heart Disease. JAMA Cardiol. 2026;11(5):455-458. doi:10.1001/jamacardio.2026.0212