



Community-Marketing: *Wie Echte Mamas & Exeltis werdenden Müttern eine Stimme geben*

ECHT. EHRlich. UNAUFHALTSAM.

„Du bist doch
nur schwanger,
nicht krank!“

Studie »

Agenda für Social Health

Kurzportrait Echte Mamas

Unser Case mit Exeltis Germany GmbH

Studienergebnisse

Unser Kontakt



 Echte Mamas

Kurzportrait


Echte Mamas


Echte Mamas

Unser Erfolgsgeheimnis? Community **first**

Größte und erfolgreichstes Netzwerk

Auf Social Media für Schwangere und Mütter im deutschsprachigen Raum

1,5 Mio. Mitglieder

Und 15 Mio. Reichweite
über alle Social Media Plattformen

Wertvolle Insights aus der Community

Ermöglichen treffsichere Content Marketing Kampagnen



Wir geben Müttern
die *stärksten Stimmen*.

Jeden Tag schreiben uns Frauen, um ihre Erfahrungen mit unserer Community zu teilen. Ob Kinderwunsch, Schwangerschaft, Geburt, das Leben mit Baby oder Herausforderungen in Beziehungen – jede Geschichte findet bei uns ihren Platz.

Kein Computer, keine KI kann das ersetzen.

Unsere Community lebt von Müttern, die ihre Herzen öffnen – und genau das macht Echte Mamas einzigartig.



 *Echte Mamas*

Echte Mamas & Echte Papas *Universe*

Website



Facebook



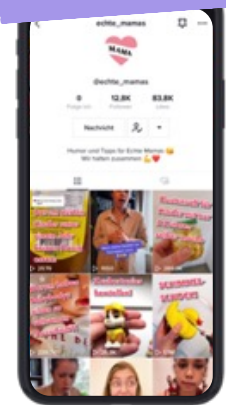
Newsletter



Pinterest



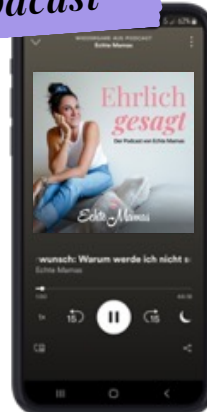
TikTok



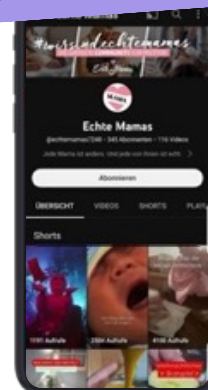
Instagram



Podcast



YouTube Shorts



Echte Papas



Unser Case


Echte Mamas




Echte Mamas

Herausforderung *Regularien en masse.*

Die Pharma Branche hat es im Marketing nicht immer leicht.

WERBEMITTELHEILGESETZ

INTERNE REGULARIEN

KOMPLIZIERTE ABSTIMMUNGSPROZESSE

LANGE VORLAUFZEITEN

ERKLÄRUNGSBEDÜRFTIGE PRODUKTE

ÄRZTE- VS. CONSUMER-KOMMUNIKATION

SCHWIERIGERE FREIGABE-POLICY META PHARMA

- Schwierig auf Trends einzugehen.
- Kommunikation ist zu kompliziert für den Endverbraucher.
- Verunsicherung im Marketing. Was ist erlaubt, was nicht?
- Zu wenig Zielgruppeninsights. Zu wenig Verständnis, was wirklich bewegt.



Zusammenarbeit **Exeltis Germany & Echte Mamas**

- Der Medikamentenmarkt gegen Schwangerschaftsübelkeit ist von zwei großen Playern bestimmt: Cariban und Xonvea
- Exeltis ist mit dem Produkt Xonvea neuer auf dem Markt und möchte bezüglich Schwangerschaftsübelkeit aufklären und die Zielgruppe verstehen

Was haben wir gemacht?

- Native Kampagne bei Echte Mamas & Online-Umfrage in 2024
- Native Kampagne **& Online-Umfrage & Online-Gruppendiskussion in 2025**



Online-Umfrage 2024 Ärzte-Kommunikation

Die Studie liefert erstmals umfassende Einblicke in die Wahrnehmung und Behandlung von Übelkeit und Erbrechen (NVP) in der Schwangerschaft:

- # **81,9 %** der Teilnehmerinnen berichteten über NVP im ersten Trimester
- # **40 %** haben moderate, **30,6 %** milde und **29,4 %** schwere Symptome
- # **12,4 %** mussten stationär behandelt werden – überwiegend bei schwerer NVP

Informationsquellen:

Ärzt:innen (53,4 %), **Internet** (50,6 %) und **Hebammen** (44,5 %)

Sicherheitsbedenken sind das zentrale Entscheidungskriterium für eine Behandlung

Die Ergebnisse zeigen:

Mit zunehmender Symptomstärke steigt das Informationsbedürfnis.

Und sie unterstreichen, wie wichtig **proaktive, evidenzbasierte Kommunikation**, um Ängste zu adressieren und informierte Therapieentscheidungen zu ermöglichen.

*NVP in der Schwangerschaft steht für "Nausea und Vomiting of Pregnancy"
(Übelkeit und Erbrechen in der Schwangerschaft)



OPEN ACCESS

EDITED BY
Catherine M. T. Sherwin,
University of Western Australia, Australia

REVIEWED BY
Rofana Aghniya,
Poltekkes Kemenkes Tanjung Karang,
Indonesia
Lois Van Der Minnen,
Academic Medical Center, Netherlands

*CORRESPONDENCE
Florian Kohlhepp
✉ florian.kohlhepp@exeltis.com

RECEIVED 11 June 2025
ACCEPTED 13 October 2025
PUBLISHED 31 October 2025

CITATION
Mangler M, Kuhlmann K, Kohlhepp F, Steeb T
and Paulus WE (2025) Attitudes towards the
treatment of nausea and vomiting in
pregnancy: results from a nationwide online
study in Germany.
Front. Glob. Women's Health 6:1585262.
doi: 10.3389/fgwh.2025.1585262

COPYRIGHT
© 2025 Mangler, Kuhlmann, Kohlhepp, Steeb
and Paulus. This is an open-access article
distributed under the terms of the Creative
Commons Attribution License (CC BY). The
use, distribution or reproduction in other
forums is permitted, provided the original
author(s) and the copyright owner(s) are
credited and that the original publication in
this journal is cited, in accordance with
accepted academic practice. No use,
distribution or reproduction is permitted
which does not comply with these terms.

Attitudes towards the treatment of nausea and vomiting in pregnancy: results from a nationwide online study in Germany

Mandy Mangler¹, Kirsten Kuhlmann², Florian Kohlhepp^{3*},
Theresa Steeb¹ and Wolfgang E. Paulus⁴

¹Klinik für Gynäkologie und Geburtsmedizin, Vivantes Auguste-Viktoria-Klinikum, Berlin, Germany,
²Frauenarztpraxis Berlin, Berlin, Germany, ³Medical Affairs, Exeltis Germany GmbH, Ismaning,
Germany, ⁴Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe, Universitätsklinikum Ulm, Ulm, Germany

Background: Nausea and vomiting in pregnancy (NVP) affect up to 85% of pregnant individuals, predominantly in the first trimester. While most cases are mild, moderate to severe NVP can significantly impair quality of life and require medical intervention. Besides, safety concerns often influence decision-making. This study examines the perceptions, concerns, and information-seeking behaviors of women in Germany regarding NVP and its treatment.

Methods: A nationwide cross-sectional online study was conducted from March 18–28, 2024, targeting pregnant individuals and mothers in Germany via the "Echte Mamas" online community. Participants completed an anonymous online questionnaire comprising 15 items covering sociodemographic data, NVP severity (using the PUQE-24 score for pregnant individuals currently suffering from NVP), treatment attitudes, and information-seeking behavior. Data were analyzed using descriptive statistics and subgroup analyses were performed to investigate differences in NVP severity.

Results: Among 506 respondents (completion rate: 83.9%), 81.9% reported experiencing NVP, with 40% reporting moderate, 30.6% mild and 29.4% severe symptoms. Hospitalization was required in 12.4% of cases, predominantly among those with severe NVP, with 76.3% of those receiving medication post-discharge. Participants primarily sought information from physicians (53.4%), the internet (50.6%), and midwives (44.5%), with more severe NVP prompting greater information-seeking behavior. Safety concerns dominated treatment preferences, with participants prioritizing drug approval (on-label prescription) for pregnancy and rapid symptom relief.

Conclusion: This study emphasizes the need for proactive communication from healthcare providers about safe and effective NVP treatments. Tailored, patient-centered strategies that address safety concerns and provide evidence-based guidance are essential for informed decision-making.

KEYWORDS

nausea and vomiting in pregnancy, cross-sectional study, patient attitudes, information-seeking behavior, pregnancy

Rekrutierung

Emotionaler Zugang zur Community & Feedback

Die Community berichtet von **eigenen Erlebnissen** mit Übelkeit während der Schwangerschaft → Wichtiges Thema für unsere Zielgruppe → viele Betroffene

41ssw nur übergeben... 20-30 Mal am Tag ...15 Krankenhausaufenthalt... 😞 aber das passiert wenn die DNA des Vaters Dominant ist 🤢🤢

Ich hatte das die ersten 3 Monate jeden Tag. Mit Erbrechen 🤢

3 Monate? Es ist meine dritte Schwangerschaft und in jeder hatte ich Hyperemesis. Ich habe mich bis zum letzten Tag übergeben. Das wird auch jetzt nicht anders sein. Bis zum 11.11. werde ich das haben. Jeden einzelnen Tag.



IG-Story zur Umfrage



FB-Post

Studienergebnisse


Echte Mamas


Echte Mamas

Online-Gruppendiskussion 2025 Hintergrundinfos.

Zielsetzung

- Gewinnung tieferer Einblicke in Wahrnehmung und Umgang mit Schwangerschaftsübelkeit
- Verständnis für emotionale und körperliche Auswirkungen auf den Alltag
- Identifikation zentraler Bedürfnisse und Unterstützungsmöglichkeiten für Betroffene (durch den / die Gynäkologen / Gynäkologin)

Studiendesign

- 4 Online Gruppendiskussionen à 90 Minuten
- Pro Gruppe 3-6 Teilnehmerinnen (angestrebt wurden pro Gruppe n=4-6 – allerdings konnte dies auch aufgrund kurzfristiger Ausfälle nicht in allen Gruppen realisiert werden)
- GD 1: n= 3 TN
- GD 2: n= 4 TN
- GD 3: n= 6 TN
- GD 4: n= 4 TN
- Zeitraum 08. & 09.10.2025

Zielgruppe

- Teilnehmerinnen aus der quantitativen Online-Befragung innerhalb der "Echte Mamas"-Community
- Alle leiden aktuell oder haben in den letzten 3 Monaten an Schwangerschaftsübelkeit gelitten
- Alle können sich gut artikulieren und sind bereit, über ihre Schwangerschaftsübelkeit zu sprechen
- Frauen mit und ohne Erfahrungen mit Medikamenten gegen Schwangerschaftsübelkeit
- Erst- und Mehrfachmütter, um unterschiedliche Perspektiven abzubilden

Online-Gruppendiskussion 2025

Ablauf & Leitfragen.

#1

Wahrnehmung & Alltagserleben von Schwangerschaftsübelkeit

- Erste Assoziationen im Bezug auf Schwangerschaftsübelkeit?
 - Beeinflussung im Alltag schwangerer Frauen?
- Welche Situationen, Aktivitäten oder Lebensbereiche sind besonders betroffen?

#2

Informationsstand & Informationsquellen rund um Schwangerschaftsübelkeit

- Welche Informationsquellen werden genutzt?
- Wie werden diese Quellen hinsichtlich Verlässlichkeit und Nutzen wahrgenommen?

#3

Hilfsmittel & Haltung/Bedenken ggü. Medikamenten in der Schwangerschaft

- Welche Strategien und Hilfsmittel werden zur Linderung von Schwangerschaftsübelkeit angewendet?
- Welche Faktoren beeinflussen die Entscheidung für oder gegen den Einsatz von Medikamenten?

#4

Erfahrungen und Wahrnehmung mit ärztlicher Beratung

- Welche Rolle spielt die ärztliche Beratung im Umgang mit Schwangerschaftsübelkeit?
 - Wie wird die Qualität, Empathie und Wirksamkeit ärztlicher Empfehlungen wahrgenommen?

#5

Umgang und Erfahrungen mit konkreten Medikamenten

- Welche Erfahrungen machen Frauen mit der Anwendung von medikamentösen Behandlungen?
 - Wie werden Wirksamkeit, Nebenwirkungen und Alltagstauglichkeit bewertet?

Online-Gruppendiskussion 2025 Assoziationen.

mitgefühl hilflosigkeit
anstrengend
sauzustand unplanbar
gewissen
anderen
hungergefühl erschlagen
essen ekelig ekel erschöpfung
wenig schuldgefühl kompliziert
energie vergleich ungewissheit
erbärmlicher ernährung
tausend unwohlsein ratschläge
unverständnis schlechtes
nährstoffarme
schlaflosigkeit

Online-Gruppendiskussion 2025

Ergebnisse

Große Belastung –
körperlich und psychisch

Hilfsmittel = Hausmittel –
solange es geht

Gesellschaftlicher,
sozialer Druck

Erwartungen an Rx- Medikation
nicht vollends erfüllt

Emotionalität

Hilflosigkeit
Alles probiert, aber nichts hat
geholfen

Scham
Übelkeit übertönt das Glück.
Schuldgefühle, weil man die Zeit
nicht genießen kann

Frustration
Frauenarzt*in nehme Übelkeit
nicht ernst. Kein Verständnis für die
Intensität des Zustands.

O- Töne

"Ich würde mir wünschen, dass durch
Projekte wie diese Informationen
gesammelt werden.

Dass dieses ganze Thema
Schwangerschaftsübelkeit empathischer
in der Gesellschaft und
auch von Ärzten behandelt und auch
einfach ernst genommen wird,
denn jede Frau erlebt es anders und
jede Intensität ist für jede Frau anders."

Online-Gruppendiskussion 2025 Informationsquellen

Freundinnen/Familie

→ Erfahrungen & Alltagstipps

Apotheke

→ Anlaufstelle für OTC-Produkte, Beratung
eher selten

Internet

→ schnelle, anonyme Orientierung bei akutem
Bedarf – hilfreich, aber kritisch bewertet

*„Ich fand's schade, dass sie gar nicht wusste,
was man bei starker Übelkeit machen kann.
Ich dachte, die hätte da mehr Erfahrung.“*



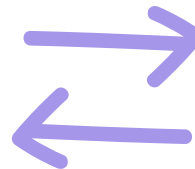
Hebamme

vertrauensvoll, gut erreichbar, mit praxisnaher Hilfe

Emotionaler Beistand & Verständnis

Fehlende medizinische
Handlungsmöglichkeiten

Unterschiedliche Kompetenzniveaus



Gynäkolog*in

Medizinische Sicherheit & Kontrolle

Wirksame Hilfe durch Medikamente

Seriosität und Vertrauen

Fokus auf Medikation

Beschwerden werden abgetan

Online-Gruppendiskussion 2025

Sozialer Kontext.

**Schwangere erleben bei Übelkeit nicht nur körperliche, sondern auch soziale und normative Belastung.
Dieses Spannungsfeld zwischen gesellschaftlicher Erwartung und realem Erleben erzeugt...**

....massiven Druck, Scham und Selbstzweifel.



„Das gehört halt einfach dazu.“
Bagatellisierung durch
Umfeld und Ärzt:innen

Partnerschaftlicher
Druck

„Du bist doch nur schwanger,
nicht krank. –
Soziale Vergleiche

Das Bild der
glücklichen Schwangeren.

Arbeitsumfeld &
gesellschaftliche
Leistungsnormen.

Ratschläge wie:
„Sei doch dankbar...“

Key Takeaways.

Empfehlungen.

#1

SSÜ ganzheitlich sehen,
Betroffene ernst nehmen

#2

Awareness steigern,
Druck & Schuldgefühle
abbauen

#3

HCPs, insb. Gynäkolg:innen
sensibilisieren und auf ihre
wichtige Rolle aufmerksam
machen

#4

Informationen
bereitstellen – Bedenken
einordnen und entkräften

#5

Erwartungsmanagement
betreiben: keine
Wunderpille!

Stay in touch

Wir freuen uns auf Euch



Echte Mamas GmbH

Markusstraße 7
20355 Hamburg



Michèle Nemsow-Richter

Director Sales & Client Solutions
0174 6199551
michele@echtemamas.de

