

Umfrage zeigt: 98% aller Frauen leiden unter Menstruationsbeschwerden

Eine aktuelle Umfrage der erdbeerwoche unter mehr als 2.000 Frauen bringt teils schockierende, teils überraschende Fakten zu Tage.

Wien, 22. September 2020: Laut einer aktuellen Umfrage* der Menstruations-Plattform erdbeerwoche geben 98% der Frauen an, unter unterschiedlichen Formen von Menstruationsbeschwerden zu leiden. Diese Zahl übertrifft sämtliche bisherige Studien zu diesem Thema, welche meist von 70 bis max. 90% betroffenen Frauen ausgehen. Ganz oben im Schmerzranking: Bauchschmerzen (63%) gefolgt von Stimmungsschwankungen (36%). Mehr als die Hälfte der Befragten (52%) geben zudem an, dass Regelschmerzen bzw. die Beeinträchtigung durch selbige zu den größten Herausforderungen mit ihrer Periode zählen, gefolgt von einer sehr starken Menstruationsblutung (30%) und Zyklusunregelmäßigkeiten (23%).

Aufklärung wirkt und kann Zufriedenheit mit Periode steigern

Besonders interessant ist der Unterschied zwischen jenen Befragten, welche regelmäßig Informationen der erdbeerwoche konsumieren (rund 600) und den anderen: Während bei beiden Gruppen Regelschmerzen an erster Stelle stehen, gibt ¼ der erdbeerwoche-Community an, keine Probleme mit der Menstruation zu haben. Bei der Vergleichsgruppe sind dies nur 20%. Die Umfrage ergab außerdem, dass sich nur 42% aller Frauen** immer vor dem Wechseln ihres Menstruationsprodukts die Hände waschen. 15% tun dies nie, wobei sich diese Zahl bei den Befragten aus der erdbeerwoche-Community halbierte. „Diese Ergebnisse zeigen, dass Wissen über über Menstruation und die damit verbundenen Produkte und Lösungsmöglichkeiten tatsächlich Wirkung zeigen. Wir von der erdbeerwoche wollen daher auch weiterhin Mädchen und Frauen das notwendige Wissen rund um ihre Periode und ihren Körper vermitteln – ob über unsere digitale Lernplattform für Jugendliche readyforred.com oder unser Webportal erdbeerwoche.com,“ erklärt erdbeerwoche-Co-Gründerin Annemarie Harant.

Produktzufriedenheit bei Menstruationstasse am höchsten

Als häufigstes Menstruationsprodukt rangiert der Tampon nach wie vor an erster Stelle (41%), wobei dieser bei den 600 Befragten aus der erdbeerwoche-Community bereits von der Menstruationstasse überholt wurde (42% aus dieser Gruppe nutzen bereits eine Menstruationstasse). Die Hälfte (49%) der Nutzerinnen nachhaltiger Periodenprodukte wie Menstruationstasse oder Stoffbinde sind sehr zufrieden mit ihrem Produkt, während dies in der Vergleichsgruppe (Tampon, Einwegbinde) nur 19% sind. Die meisten Unzufriedenen geben an, dass sie vor allem der entstehende Müll bzw. der fehlende Nachhaltigkeitsaspekt bei diesem Produkt störe, gefolgt von dem fehlenden Tragekomfort sowie den hohen Kosten.

Jede 6. Frau entsorgt Tampon oder Binde über's Klo

Ebenso schockierend: Jede 6. erwachsene Frau entsorgt ihre Monatshygiene teilweise oder immer über die Toilette. Bei jungen Mädchen ist diese Zahl noch eklatanter: Laut einer Umfrage der erdbeerwoche 2017 unter 1.100 Jugendlichen entsorgen 83% der Mädchen ihre Monatshygiene über das WC. Dies stellt ein massives ökologisches und ökonomisches Problem für die Abwässer dar. Laut einer Aussendung der steirischen Kläranlagen fallen jedes Jahr rund 1200 Lkw-Ladungen an Material an, das im Kanalsystem nichts verloren hätte. Hochgerechnet verursache das unnötige Kosten von jährlich 16 Millionen Euro, ein Problem das sich in der Coronakrise noch einmal verschärft habe. Auch in Wien sind Schätzungen zufolge rund 20% der Störstoffe in der Kläranlage Monatshygieneprodukte.

PERIODS FOR FUTURE: Fortsetzung der Kampagne Wasser schützen – Mistkübel nützen!

Aus diesem Grund hat die Wasser-Jugendplattform Generation Blue des Bundesministeriums für Landwirtschaft, Regionen und Tourismus gemeinsam mit dem Menstruations-Aufklärungsprojekt READY FOR RED 2019 eine Kampagne zur korrekten Entsorgung von Hygieneprodukten gestartet. Aufgrund des großen Erfolges der Kampagne im letzten Jahr wird diese auch 2020 fortgesetzt. Es geht jetzt darum, für die Schulen konkrete Handlungsanleitungen auszuarbeiten und ihnen diese bekannt zu machen. Außerdem konnte dm drogeriemarkt als weiterer Unterstützer des Projekts gewonnen werden.

Für insgesamt 100 Schulen und Jugendeinrichtungen gibt es deshalb ab sofort die Möglichkeit, kostenloses Informationsmaterial der Kampagne zu bestellen. Darin enthalten sind Sticker, Broschüren und Poster, die für die Sensibilisierung der Jugendlichen sorgen. Weitere Informationen zum Thema Entsorgung sowie einen Aufklärungsfilm mit der bekannten österreichischen Influencerin Lifestylena gibt es hier: <https://www.instagram.com/lifestylena/?hl=de>.

erdbeerwoche-Umfrage 2020 unter 2.165 Frauen – die wichtigsten Ergebnisse:

- **98%** aller Befragten leiden unter **Menstruationsbeschwerden**: 63% unter Bauchschmerzen, 36% unter Stimmungsschwankungen, 27% unter Rückenschmerzen.
- Die größten **Herausforderungen** im Bereich der Menstruation sind für die meisten Frauen die damit verbundenen **Schmerzen (52%)**, gefolgt von einer sehr starken **Blutung (30%)** und einem **unregelmäßigen Zyklus (23%)**.
- **49%** der Nutzerinnen von **Zero Waste-Produkten** wie Periodenslip, Menstruationstasse oder Stoffbinde sind **sehr zufrieden** mit ihrem Produkt, bei Einwegbinden und Tamponnutzerinnen sind dies nur 19%.
- Nur **42%** der Befragten **waschen sich immer die Hände**, bevor sie ihr Menstruationsprodukt wechseln. 13% tun dies nie.
- **17%** der Befragten, die Einwegprodukte wie etwa Tampons verwenden, gaben an, dass sie zumindest hin und wieder ihr Monatshygiene-Produkt **in der Toilette entsorgen**.

Die Umfrage wurde im August 2020 als anonyme Umfrage unter 2.165 Frauen durchgeführt. 65% der Befragten waren unter 26 Jahren, 24% zw. 26 und 35 Jahren und 11% älter als 35. 600 der Befragten beziehen regelmäßig Informationen der erdbeerwoche.

erdbeerwoche-Fakten:

- Bis zu **500 Mal** menstruiert eine Frau im Leben und verbringt **6-7 Jahre** am Stück blutend.
- **10.000 – 17.000** Tampons bzw. Binden verbraucht eine Frau in ihrem Leben.
- Tampons und Binden sind weltweit unter den **Top 10 Produkten**, die nach der Entsorgung im Meer landen.
- Alleine in Österreich verbrauchen alle Frauen pro Jahr ca. **460 Mio. Produkte** für die Menstruation.
- Mehr als **7 Millionen** konventionelle Tampons und Binden konnte die erdbeerwoche bisher durch nachhaltige Alternativen ersetzen.

Über die erdbeerwoche:

Die erdbeerwoche bietet seit über 9 Jahren Aufklärung sowie intelligente und nachhaltige Lösungen rund um das Thema Menstruation. Dazu gehören ein auf nachhaltige Monatshygiene spezialisierter Onlineshop (erdbeerwoche-shop.com), eine digitale Lernplattform über Menstruation für Jugendliche (ready-for-red.com) sowie diverse Forschungs- und Aufklärungsprojekte (erdbeerwoche.com/b2b/).

Über PERIODS FOR FUTURE:

Das Ziel der gemeinsamen Kampagne der Jugendplattform „[Generation Blue](#)“ des Bundesministeriums für Landwirtschaft, Regionen und Tourismus, dm drogeriemarkt und READY FOR RED ist es, Kindern und Jugendlichen einen bewussteren Umgang mit der Ressource Wasser, konkret in Zusammenhang mit Hygieneartikeln auf Toiletten, zu ermöglichen. Auf einfach zugängliche Weise vermittelt die Kampagne den Jugendlichen die richtige Handhabung ihrer benutzten Hygieneprodukte, wie Tampons, Binden, Slipeinlagen, aber auch Feuchttücher und Wattestäbchen. Kostenlose Info-Materialien für Schulen und Jugendeinrichtungen [hier bestellen](#).

Quellen und Weiterführende Links:

**Das versteht die erdbeerwoche unter „Frauen“:

Wenn wir über „Frauen“ schreiben, so meinen wir damit alle, die sich als Frauen fühlen. Natürlich ist uns klar, dass nicht alle Menschen mit weiblichen Geschlechtsorganen sich als Frau definieren bzw. menstruieren. Auf der anderen Seite wollen wir auch jene ansprechen, die sich nicht als weiblich identifizieren (wie Transgender, Intersexuelle und nicht-binäre Menschen) und menstruieren.

*erdbeerwoche-Umfrage 2020 unter 2.165 Frauen: <https://erdbeerwoche.com/erdbeerwoche-menstruations-umfrage>

erdbeerwoche-Umfrage 2017 unter 1.100 Jugendlichen: <https://www.ready-for-red.at/umfrage-menstruation/>

Mehr Infos zum Thema Entsorgung von Menstruationsprodukten:

<https://erdbeerwoche.com/meine-umwelt/muellproblem/#periods-for-future>

Müll im Kanal kostet Millionen (Kleine Zeitung, 11.09.2020)

https://www.kleinezeitung.at/steiermark/5865358/Teures-Fehlverhalten_Muell-im-steirischen-Kanal-kostet-jedes-Jahr

Feuchttücher stellen nach wie vor ein großes Umweltproblem dar:

https://www.oekotest.de/kinder-familie/Feuchttuecher-Test-Wie-gut-sind-Hipp-Pampers-Co-11328_1.html

Weitere Studien zum Thema Menstruationsbeschwerden:

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30885768/>

<http://www.frauengesundheitszentrum.eu/maedchen-staerken-in-allen-lebenslagen-und-phasen/>

Rückfragehinweis und Bildmaterial:

Mag.a Bettina Steinbrugger, erdbeerwoche GmbH, Tel.: +43 (650) 84 31 400, mail:

office@erdbeerwoche.com, web: www.erdbeerwoche.com

Fotos honorarfrei abdruckbar (copyright erdbeerwoche)