

Menstruation an der Hochschule

Umfrage unter Studierenden zeigt: 96 % der Menstruierenden sind von Schmerzen betroffen. Wie können Hochschulen periodenfreundlicher werden?

Wien, 12. April 2023: Eine aktuelle Umfrage von erdbeerwoche und Studo liefert überraschende Ergebnisse: Mehr als die Hälfte aller menstruierenden Personen musste wegen Schmerzen schon einmal einer Vorlesung fernbleiben. Studierende wünschen sich zudem kostenlose Periodenprodukte und tatsächlich umgesetzte hybride Lehre von den Hochschulen.

Das auf Menstruation spezialisierte Social Business erdbeerwoche und die Studo, die meistgenutzte Studierenden-App in Österreich, haben eine Umfrage unter 3.500 Studierenden zum Thema Menstruation durchgeführt. Demzufolge leiden 96 % der befragten Studierenden mit Menstruation unter Regelbeschwerden. Über 54 % mussten aufgrund dessen schon mal der Universität fernbleiben. Sie fordern deshalb konkrete Maßnahmen für einen periodenfreundlichen Ausbildungsplatz wie etwa kostenlose Periodenprodukte auf den WCs oder flächendeckend umgesetzte hybride Lehre, um den Lehrveranstaltungen auch von zu Hause aus folgen zu können.

Jede zweite Menstruierende ist bereits wegen Schmerzen nicht zur Vorlesung gegangen

*„Menstruationsbeschwerden können das Studium stark beeinträchtigen und im schlimmsten Fall dazu führen, dass Frauen langsamer studieren, schlechtere Noten und erschwerte Chancen haben“, sagt **Isabella Zick**, Pressesprecherin von Studo, „dessen sind sich viele Studierende bereits bewusst.“* Denn fast 9 von 10 Befragten (87 %) denken, dass ein höheres Bewusstsein über Menstruation zu mehr Chancengleichheit und Gerechtigkeit führen kann.

Menstruationsbeschwerden als größte Herausforderung

Die Ergebnisse der Befragung decken sich größtenteils mit jenen der [erdbeerwoche-Umfrage](#) 2020 unter 2.200 Menstruierenden. *„Bereits 2020 hatten wir festgestellt, dass 98 % der Befragten unter Menstruationsbeschwerden leiden und 44 % deshalb schon einmal dem Job ferngeblieben sind. Hier muss sich noch deutlich mehr tun, um Arbeits- und Ausbildungsplätze periodenfreundlich zu gestalten“,* fordert **Bettina Steinbrugger**, Co-Gründerin und Geschäftsführerin der erdbeerwoche.

Aufklärung wirkt: Einstellung zur Periode wird immer positiver

„Mit dieser Umfrage sehen wir eine positive Entwicklung bei der Einstellung zur Periode: Während wir 2017 in einer [Umfrage unter 1.100 Jugendlichen](#) festgestellt haben, dass 60 % eine negative Einstellung zur Menstruation haben, waren es bei dieser Umfrage 2023 unter Studierenden nur mehr 31 %. Daraus schließen wir, dass konstante Aufklärung rund um die Enttabuisierung der Periode, wie sie die erdbeerwoche seit mehr als zwölf Jahren leistet, wirkt“, zeigt sich **Steinbrugger** überzeugt.

Ebenfalls verbessert hat sich das Wissen rund um die korrekte Entsorgung von Tampons und Binden: Während 2020 noch 17 % der befragten Menstruierenden fälschlicherweise ihre Periodenprodukte in der Toilette entsorgten, waren es 2023 nur mehr knapp 5 %. *„Auch hier sehen wir, dass Aufklärung*

wirkt – etwa durch unsere digitale Lernplattform [READY FOR RED](#) oder das Projekt [PERIODS FOR FUTURE](#)“, so Steinbrugger.

Was wünschen sich Studierende von Hochschulen?

Immer mehr Hochschulen stellen kostenlose Periodenprodukte bereit. Auf die Frage, was sich Studierende von Bildungseinrichtungen im Sinne eines menstruationsfreundlichen Ausbildungsplatzes wünschen, wurden folgende Aspekte genannt:

1. Bereitstellung kostenloser Periodenartikel auf den Uni-WCs
2. offener Umgang mit dem Thema Menstruation unter Studierenden und Lehrenden
3. flächendeckend umgesetzte hybride Lehre
4. mehr Flexibilität bei Prüfungen

Erfreulicherweise kommen immer mehr Hochschulen diesen Forderungen nach: 28 % der Befragten gaben an, dass es an ihrer Universität bereits kostenlose Periodenprodukte gäbe. Bei der Umsetzung der anderen Punkte herrscht allerdings noch Luft nach oben: So ist ein offener Umgang mit dem Tabuthema Menstruation sowie eine entsprechende Flexibilität bei Prüfungen und eine Umsetzung hybrider Lehrer noch lange nicht überall Standard. „Wir hoffen, mit dieser Umfrage einen Beitrag zu mehr Bewusstsein für die Notwendigkeit eines menstruationsfreundlichen Ausbildungsplatzes geschaffen zu haben. Es ist wichtig, dass Entscheidungsträger*innen erkennen, wie sich Menstruationsbeschwerden auf die Ausbildung junger Menschen auswirken können“, erklärt Zick.

Die erdbeerwoche dockt beim Thema [Periode@work](#) mit weiteren Schritten an: Mit einem 10-Punkte-Plan unterstützt sie sowohl Arbeitgeber*innen als auch Bildungseinrichtungen dabei, einen menstruationsfreundlichen Arbeitsplatz zu schaffen und Tabus zu brechen. „Unternehmen und Universitäten können außerdem Tamponspender und spezielle Periodenservice-Boxen direkt im [erdbeerwoche-Shop](#) bestellen“, so Rika Mader, General Director der erdbeerwoche.

Über die Umfrage:

Die Online-Befragung wurde vom 22. Februar bis 1. März 2023 durchgeführt. 3.568 Studierende aus Österreich haben daran teilgenommen. Die Teilnehmenden waren im Schnitt 23 Jahre alt. Knapp 90 % der Teilnehmenden menstruieren. Geschlechterverteilung: 88 % weiblich, 9 % männlich, 3 % divers. Alle Details hier: <https://erdbeerwoche.com/erdbeerwoche-menstruations-umfrage/>

Die wichtigsten Ergebnisse zusammengefasst:

- ★ 96 % aller Befragten leiden – teilweise sehr stark – unter Menstruationsbeschwerden.
- ★ 54 % der Menstruierenden sind bereits aufgrund von **Regelbeschwerden der Hochschule ferngeblieben**.
- ★ 31 % der Menstruierenden stehen der Periode negativ gegenüber. Bei Nicht-Menstruierenden sind dies nur knapp 23 %.
- ★ Der **Großteil** (knapp zwei Drittel) nutzt nach wie vor hauptsächlich **Einwegprodukte** für die Menstruation, vor allem Tampons oder Binden. Ein Viertel nutzt bereits eine Menstruationstasse und 17 % Periodenunterwäsche.

- ★ 5 % der Befragten **entsorgen** ihre Einweg-Periodenprodukte in der **Toilette**.
- ★ 28 % der Befragten geben an, dass es an ihrer Hochschule bereits **kostenlose Periodenprodukte auf den WCs** gibt.
- ★ 87 % der Befragten sind der Meinung, dass verstärktes Bewusstsein über Menstruation zu **mehr Chancengleichheit und Gendergerechtigkeit** führen kann.

Über die erdbeerwoche:

Die erdbeerwoche bietet 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 Unterstützung bei der Umsetzung eines menstruationsfreundlichen Arbeits- bzw. Ausbildungsplatzes (<https://erdbeerwoche.com/b2b/>).

Über Studo

Studo ist ein Educational-Technology-Unternehmen aus Graz und beschäftigt sich mit Digitalisierungslösungen für Studierende und Hochschulen. Seit 2016 bietet Studo eine Organisations-App für Studierende an, die derzeit von 400.000 Studierenden täglich genutzt wird. Die App organisiert Kurse, Stundenplan und Mails und bietet mit dem integrierten Chat und Newsfeed eine Plattform für Studierende an den jeweiligen Hochschulen.

Für Rückfragen wenden Sie sich gerne an:

Mag.a Bettina Steinbrugger

erdbeerwoche GmbH
Co-Gründerin und Geschäftsführerin
office@erdbeerwoche.com
+43 650 84 31 400
www.erdbeerwoche.com

Isabella Zick

Studo – Die App für dein Studium
Public Relations
isabella.zick@studo.com
Mobil: +43 660 7334293
www.studo.com

Bild honorarfrei abdruckbar.