

Medienmitteilung vom 5. Juni 2023

Tabuthema Menstruation: Jede Fünfte leidet unter hohen Schmerzen

Eine repräsentative Umfrage der Groupe Mutuel zeigt, dass etwa jede fünfte Schweizerin unter sehr starken Menstruationsschmerzen leidet und mehr als die Hälfte der Befragten diese mit Schmerzmitteln bekämpft. Ausserdem fühlen sich viele Frauen während ihrer Periode im Alltag eingeschränkt. Sie verzichten an diesen Tagen v.a. auf Sport und Sex und tragen dunkle Kleider.

Menstruation, Periode, Regel, Erdbeerwoche oder Besuch der roten Tante – es gibt viele Begriffe zur Menstruation, darüber gesprochen wird aber eher weniger. Obwohl die Menstruation für Frauen zum Alltag gehört, ist wenig darüber bekannt, wie es den Frauen während ihrer Tage geht.

Eine repräsentative Umfrage der Groupe Mutuel zeigt, dass Schweizerinnen im Durchschnitt jeden Monat mittelstarke Schmerzen erleiden müssen (5.16 auf einer Skala von 1-10). Jede Fünfte von ihnen leidet sehr stark mit einem Schmerzlevel von 8 und mehr. Bei jüngeren Frauen unter 35 melden sogar mehr als ein Viertel starke Schmerzen. Entsprechend nehmen mehr als die Hälfte der Befragten zur Linderung der Schmerzen Medikamente ein. Mehr als ein Drittel nimmt diese ab und zu oder sogar immer, bei den jüngeren Frauen liegt dieser Anteil bei 40 Prozent.

Eher Zuhause anstatt im Gym

Viele Frauen fühlen sich während ihrer Menstruation im Alltag eingeschränkt. Nur zehn Prozent bewältigen ihn ohne Abstriche, während sich ein Fünftel sogar stark oder sehr stark eingeschränkt fühlt. 60 Prozent verzichten während der Menstruation auf gewisse Aktivitäten. Am häufigsten genannt wurde der Verzicht auf Schwimmen und Geschlechtsverkehr (fast jede zweite) sowie auf Sport (33%). Jüngere Befragte und Westschweizerinnen sind am ehesten geneigt, auf die genannten Aktivitäten zu verzichten. Jede Zweite trägt zu dieser Zeit ausserdem bewusst dunklere Kleidung. Dieses Verhalten ist ebenfalls bei Jüngeren und in den lateinischen Teilen der Schweiz verbreiteter.

Bei Fragen zur Menstruation wenden sich die grosse Mehrheit (80%) an ihre Gynäkologin. Insbesondere bei älteren Frauen und in der Westschweiz und im Tessin geniessen die Mediziner hohes Ansehen. Die zweite Informationsquelle ist das Internet (63%), dies wird besonders von jungen Frauen (72%) und Deutschschweizerinnen bevorzugt konsultiert. Bei jüngeren Frauen sind auch Freundinnen wichtig.

Die Menstruation ist negativ konnotiert

Obwohl in der Umfrage ein Grossteil der Frauen (86%) rapportiert, dass es ihnen nicht unangenehm ist, über die Menstruation zu sprechen, assoziieren sie diese nach wie vor mit vielen negativen Begriffen, wie «Schmerzen», «mühsam» und «unangenehm». Die Häufigkeit der Begriffe variiert nach Region: Während in der Deutschschweiz immerhin ein Viertel die Periode mit «Weiblichkeit» gleichsetzen, ist der Anteil der Westschweizerinnen, die diese «peinlich» und «unangenehm» finden höher. Die Schmerzen werden jedoch in allen drei Sprachregionen am häufigsten genannt.

«Wir wissen noch viel zu wenig über die spezifischen Anliegen von Frauen in der Medizin. Nur vier Prozent der Forschungsgelder im Gesundheitsbereich weltweit widmen sich der Frauengesundheit. Mit unserem Start-up-Accelerator Tech4Eva, den wir mit dem EPFL Innovation Park gegründet haben, und weiteren Initiativen möchten wir unseren Teil dazu beitragen, dass die Gesundheit der Frauen weiter gefördert wird», erklärt Sophie Revaz, Leiterin Leistungen Einzelversicherungen und Geschäftsleitungsmitglied der Groupe Mutuel.



Ansprechpartner für die Medien

Serkan Isik, Leiter Medienkommunikation D-CH

Tel. 058 758 90 05, Mobile 079 788 95 83, sisik@groupemutuel.ch

Über die Groupe Mutuel

Mit mehr als 2800 Mitarbeitenden in der ganzen Schweiz steht die Groupe Mutuel im Dienst von 1,36 Millionen Einzelkunden und 28 000 Unternehmen.

Als einziger umfassender Versicherer in der Schweiz positioniert sich die Groupe Mutuel als bevorzugter Ansprechpartner in den Bereichen Gesundheit und Vorsorge für ihre Einzel- und Unternehmenskunden. Der Umsatz überschreitet 5,3 Milliarden Franken. Dank ihren massgeschneiderten Versicherungslösungen in den Bereichen Grundversicherung (KVG) und Zusatzversicherung (VVG) belegt sie den dritten Rang der Gesundheitsversicherer in der Schweiz.

Die Groupe Mutuel verfügt zudem über eine umfassende Produktpalette in den Bereichen individuelle Vorsorge und Vermögensversicherung. Der Versicherer mit Sitz in Martigny bietet Unternehmen aller Grössen Lösungen für das Krankentaggeld, die Unfallversicherung (UVG) sowie für die berufliche Vorsorge (BVG) an. Im Bereich Gesundheitsversicherungen für Unternehmen belegt die Groupe Mutuel national den fünften Rang.