

Pressemitteilung

AOK-Umfrage: 66 Prozent der Frauen in Bayern leiden unter Menstruationsschmerzen

forsa-Erhebung zum Tag der Endometriose zeigt Aufklärungsbedarf

München, 26. September 2024

Die AOK Bayern hat zum Tag der Endometriose am 29. September eine repräsentative Umfrage des Meinungsforschungsinstituts forsa zum Thema Menstruationsschmerzen durchgeführt. Zwei Drittel der menstruierenden Frauen (66 Prozent) im Alter von 14 bis 50 Jahren sind in Bayern von Regelschmerzen betroffen, mehr als ein Viertel (27 Prozent) von ihnen sogar so stark, dass sie in jedem Zyklus Schmerzmittel einnehmen. 17 Prozent der Betroffenen gaben an, sich in den letzten 12 Monaten auf Grund der Schmerzen mindestens einmal krankgemeldet zu haben. „Auch wenn leichte Beschwerden normal sein können, sind ausgeprägte Schmerzen aber keine Lappalie und dürften nicht heruntergespielt oder tabuisiert werden“, sagt Margit Hermann, Bereichsleiterin Versorgungsmanagement bei der AOK Bayern und fordert mehr Aufmerksamkeit in der Öffentlichkeit für dieses Thema. Laut Umfrage würden 76 Prozent der 14- bis 50-jährigen Frauen sich dieser Forderung anschließen. Insgesamt 44 Prozent der von Schmerzen Betroffenen gaben zudem an, sich schon einmal unwohl dabei gefühlt zu haben, über ihre Beschwerden zu sprechen. Nur etwa die Hälfte der jüngeren Frauen im Alter von 14-35 Jahren (53 Prozent) fühlt sich zudem beim Thema Menstruationsschmerzen gut aufgeklärt. 43 Prozent der von Regelschmerzen betroffenen 14- bis 35-Jährigen sagten, dass die Schmerzen sie belasten, sie aber nicht wissen, wie sie die Situation verbessern können.

Wissenslücken bei Endometriose

Um den Wissensstand in der bayerischen Bevölkerung zu möglichen Ursachen von starken Menstruationsschmerzen zu ermitteln, sollten die Befragten ohne vorgegebene Kategorien antworten. 85 Prozent der Männer und 51 Prozent der Frauen in allen Altersgruppen konnte keinen Grund nennen. Am häufigsten wurde noch Endometriose angegeben, von 34 Prozent der Frauen und 8 Prozent der Männer. Anzeichen für Endometriose können starke Menstruationsbeschwerden, Schmerzen im Unterleib mit Ausstrahlung in den Rücken sowie beim Geschlechtsverkehr, Magen-Darm-Beschwerden und Erschöpfung sein. Dabei siedelt sich Gebärmutter-schleimhautartiges Gewebe außerhalb der Gebärmutter an. „In Bayern hatten 42 Prozent aller Befragten vor dieser Umfrage weder von Endometriose gehört oder gelesen, noch wussten sie, dass dies eine Ursache von Menstruationsschmerzen ist. So war nur 42 Prozent aller Befragten in Bayern bewusst, dass diese unbehandelt zu Unfruchtbarkeit führen kann“, sagt Hermann und rät: „Wer ausgeprägte Beschwerden hat, soll diese auf keinen Fall einfach hinnehmen oder dauerhaft im Alleingang mit Schmerzmitteln bekämpfen, sondern sich ärztlichen Rat suchen.“

Hilfsangebote der AOK speziell für junge Betroffene bis 29 Jahre

Um Betroffenen mit Menstruationsschmerzen zu helfen, hat die AOK eine bundesweite Kampagne unter dem Motto „Starke Regelschmerzen sind nicht normal“ ins Leben gerufen. Auf der Webseite www.aok.de/regelschmerzen stehen zahlreiche medizinische Informationen und Experten-Tipps zur Verfügung. Das Angebot richtet sich besonders an Frauen von 14 bis 29 Jahren. Darüber hinaus bietet die Gesundheitskasse auch Online-Live-Vorträge mit einer Psychologin zum besseren Umgang mit psychischen und physischen Menstruationsbeschwerden an. Interessierte können sich hier anmelden: <https://bit.ly/4c4dDpT>. Das Angebot gilt auch für Nicht-AOK-Versicherte.

Über die Umfrage

In einer repräsentativen Bevölkerungsumfrage von forsa im Auftrag der AOK Bayern wurden vom 16. Juli bis 9. August 2024 Betroffenheit und Wissen rund um die Themen Regelschmerzen und Endometriose erhoben. Insgesamt wurden 1.019 zufällig ausgewählte Personen ab 14 Jahren in Bayern im Rahmen des repräsentativen Online-Panels forsa.omninet befragt, darunter 577 Frauen zwischen 14 und 50 Jahren.