

Menstruationsarmut

Verfasserinnen: Katharina Heger & Dr.'in Laura Zapfe (AK Gender)

Zwischen Fünf und 35 Euro gibt eine menstruierende Person durchschnittlich für Menstruationsprodukte im Monat aus¹. Besonders für Menstruierende im Alter zwischen 16 und 24 Jahren - damit in der Phase des Schulabschlusses und des Studiums - bedeutet dies eine enorme finanzielle Belastung¹. Dies führt dazu, dass dem Thema **Menstruationsarmut** sowie dem barriearmen und kostenlosen Zugang zu Menstruationsartikeln an der Universität Würzburg eine größere Bedeutung zukommen muss.

Was ist Menstruationsarmut?

Vor allem junge Menschen sind von **Menstruationsarmut**, auch **Periodenarmut** oder **Period Poverty**, betroffen: Der Kauf von Periodenprodukten wie Slipeinlagen, Tampons und Binden stellt eine finanzielle Belastung dar. Je nach Altersgruppe sind rund 23 bis 32 Prozent aller menstruierenden Personen von Menstruationsarmut betroffen¹. Doch nicht nur Hygieneartikel sind während der Menstruation - und oft auch darüber hinaus - erforderlich. Rücken-, Kopf- und Unterleibsschmerzen können die Menstruation begleiten. Dadurch werden zusätzlich schmerzlindernde Medikamente notwendig¹.

Nicht alle können sich diese leisten.



Was sind die Konsequenzen?

Menstruierende Personen sehen sich gezwungen, so wenig Menstruationsartikel wie möglich zu verwenden. In der Konsequenz werden die Produkte wesentlich länger angewendet als medizinisch empfohlen. Der Intimbereich wird damit zum Infektionsherd². Indem Slipeinlagen, Tampons oder Binden über ihre maximale Aufnahmefähigkeit an Periodenblut getragen werden, kann dies zu Blutflecken auf der Kleidung und Bettwäsche führen. Die Situation ist für 97% der befragten menstruierenden Personen mit großer Scham behaftet¹.

Das Wohlbefinden der menstruierenden Personen wird durch derartige Situationen zusätzlich beeinträchtigt.

Welche Rolle nimmt das universitäre Umfeld ein?

Menstruationsarmut trägt zusammen mit Menstruationsbeschwerden wie Schmerzen, Müdigkeit und Stimmungsschwankungen zu einer deutlichen Benachteiligung von menstruierenden Personen bei. In einigen Fällen ist das Eintreten der Menstruation nicht kalkulierbar. Ist der Zugang zu Hygieneartikeln nicht möglich, wird unter anderem ein vorzeitiges Verlassen der universitären Veranstaltungen notwendig. In anderen Fällen sehen sich menstruierende Personen gezwungen, zu Hause zu bleiben, da sie sonst unhygienische oder schlecht ausgestattete Toiletten benutzen müssen¹.

Was folgt, sind niedrigere Bildungschancen und gesundheitliche Konsequenzen.

An der Universität Würzburg betrifft dies bis zu 15.500 weiblich gelesene Studentinnen³.

Universitäten kommt eine entscheidende Rolle zu: Ein nachhaltiges **Menstrual Health Management** muss etabliert werden^{4,5}. Dies sollte im generellen Interesse der Universitäten sein, denn ein Ziel derer ist es, chancengleiche Lern- und Arbeitsbedingungen im universitären Umfeld herzustellen⁶. Zudem fördert die Thematisierung der Menstruation auch die Enttabuisierung innerhalb des studentischen Umfelds und darüber hinaus.

Welche Lösungen gibt es?

Die Belastungen können durch universitäre Maßnahmen gemildert werden. Im Sinne des Menstrual Health Managements kann der **Zugang zu Menstruationsartikeln erleichtert werden**, indem etwa **Periodenproduktspender** in den Toilettenanlagen installiert werden.

Einige Hochschulen in Deutschland (u.a. Bonn-Rhein-Sieg, Bayreuth, Marburg und Magdeburg) haben bereits erfolgreiche Maßnahmen zur Reduktion von Menstruationsarmut etabliert.

Die Fachschaftsvertretung Fakultät für Humanwissenschaften an der Julius-Maximilians-Universität Würzburg wirkt der Menstruationsarmut entgegen und stellt durch Eigenfinanzierung nun einen Spender mit kostenlosen Menstruationsprodukten am Wittelsbacherplatz (am Raum 03.223) für alle menstruierenden Personen zur Verfügung.

Weitere Informationen zur Mensturationsarmut stehen auf der [Website des AK Gender](#) zur Verfügung.

Literaturverweise

(1) Plan International Deutschland e. V. (2022): *Menstruation im Fokus*. Erfahrungen von Mädchen und Frauen in Deutschland und Weltweit. - Bezug zu S. 10-14.

(2) Bundesverband der Frauenärzte e.V. (2018): *Toxisches Schocksyndrom: Risiko durch Tampon-Verwendung äußerst gering*. - Bezug zu Abschnitt "Sorgfältige Menstruationshygiene ist grundsätzlich wichtig".

(3) Universität Würzburg (2024): *Zahlen und Fakten zur JMU*. Stand: 11.06.2024.

(4) Hillen, B.; Koheck, N. (2022): Studieren und Menstruieren - geschlechtergerechter (Hoch-)schulalltag durch kostenlose Menstruationshygieneartikel. Journal Netzwerk Frauen- und Geschlechterforschung NRW, Nr. 50/2022.

(5) Munro, A. K.; Hunter, E. C.; Hossain, S.Z.; Keep, M. (2021): A systematic review of the menstrual experiences of university students and the impacts on their education: A global perspective. PLOS ONE 16(9). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0257333>

(6) Universität Würzburg (2021): *Gleichstellungskonzept der Julius-Maximilians-Universität Würzburg, Grundsätze und Maßnahmen 2021-2025*

Illustrationen (via Canva) Trendify: Painterly Medicine Blister Pack, 3D Realistic Sanitary Napkin | Andy Lam / JR Abcede (Sketchify Education): Handrawn Semi-detailed Hot Pack, Retro Style Panty with Menstruation Blood, Handrawn Semi-detailed Tampon

