

Befragung: Menstruationszyklus im Sport

Liebe Teilnehmerin,

im sportlichen Kontext ist der Menstruationszyklus oftmals noch ein Tabuthema. Dennoch berichten Sportlerinnen immer wieder, dass sie Menstruationsbeschwerden haben oder sich durch den Menstruationszyklus in der sportlichen Leistungsfähigkeit beeinträchtigt fühlen. Oft wird der/die Trainer*in darüber nicht informiert. Das größte Kommunikationshindernis ist mangelndes Wissen über den weiblichen Zyklus und, dass Zyklusstörungen im Leistungssport oft als normal angesehen werden.

Wir wollen wissen, wie sieht es im deutschen Leistungssport aus:

- Was weißt du über den Menstruationszyklus und hormonelle Verhütung?
- Merkst du Veränderungen in deiner sportlichen Leistungsfähigkeit während des Menstruationszyklus?
- Besprichst du die Thematik mit deinem/deiner Trainer*in?
- Wie sieht die sportgynäkologische Gesundheit von deutschen Leistungssportlerinnen im Allgemeinen aus?

Dazu haben wir einen Online-Fragebogen entwickelt, indem deine Daten anonymisiert gespeichert werden. Für den Fragebogen benötigst du in etwa 20-30 Minuten.

Warum führen wir die Befragung durch?

- Wir wollen Sportlerinnen und Trainer*innen ziel- und bedarfsgerecht über den Menstruationszyklus im Sport informieren und
- Forschungsfragestellungen für weitere Projekte identifizieren.

Scanne einfach den QR-Code oder gib folgenden Link in deinen Browser ein und los geht´s!



<https://www.soscisurvey.de/FIL-Sportlerin/>

Wenn du noch weitere Informationen benötigst oder weitere Fragen hast, melde dich gerne direkt bei uns: fil@iat.uni-leipzig.de

Vielen Dank für deine Unterstützung!

Sportliche Grüße,
Katharina Fischer & Elisabeth Kirschbaum
Themengruppe Frau im Leistungssport