

Uitslagen onderzoek over de invloed van de menstruatiecyclus

onder ruim
15.000 jonge meiden

in de leeftijd van 12 tot 19 jaar

uitgegeven door

MENSTRUATIE

VOORLICHTINGSINSTITUUT



Enorm veel ziekteverzuim door menstruatie

We hebben onderzoek gedaan onder 15.000 meiden in de leeftijd 12 tot 19 jaar. Het onderzoek richtte zich op de invloed van de menstruatie op schoolprestaties en ziekteverzuim. Daarnaast hebben we onderzocht aan welke informatie jonge meiden behoefte hebben.

Dit onderzoek is gebaseerd op het onderzoek dat het Radboud UMC gehouden heeft onder 42.000 vrouwen. In tegenstelling tot het Radboud hebben wij ons onderzoek random gehouden. Tijdens onze gastlessen op scholen hebben wij de meiden gevraagd mee te doen aan dit onderzoek. Dit werd massaal gedaan. Niet alleen door meiden mét klachten maar ook door meiden zonder klachten.

Conclusie

- Het kennisniveau van meiden, docenten en schoolbesturen over het onderwerp menstruatie is ver beneden peil
- Scholen houden volgens de meiden onvoldoende rekening met hun behoeftes
- Te veel meiden blijven met ernstige menstruatieklachten rondlopen
- Er heerst nog steeds een enorme taboe
- Menstruatie gerelateerd ziekteverzuim is enorm hoog
- De leerprestaties worden enorm beïnvloed

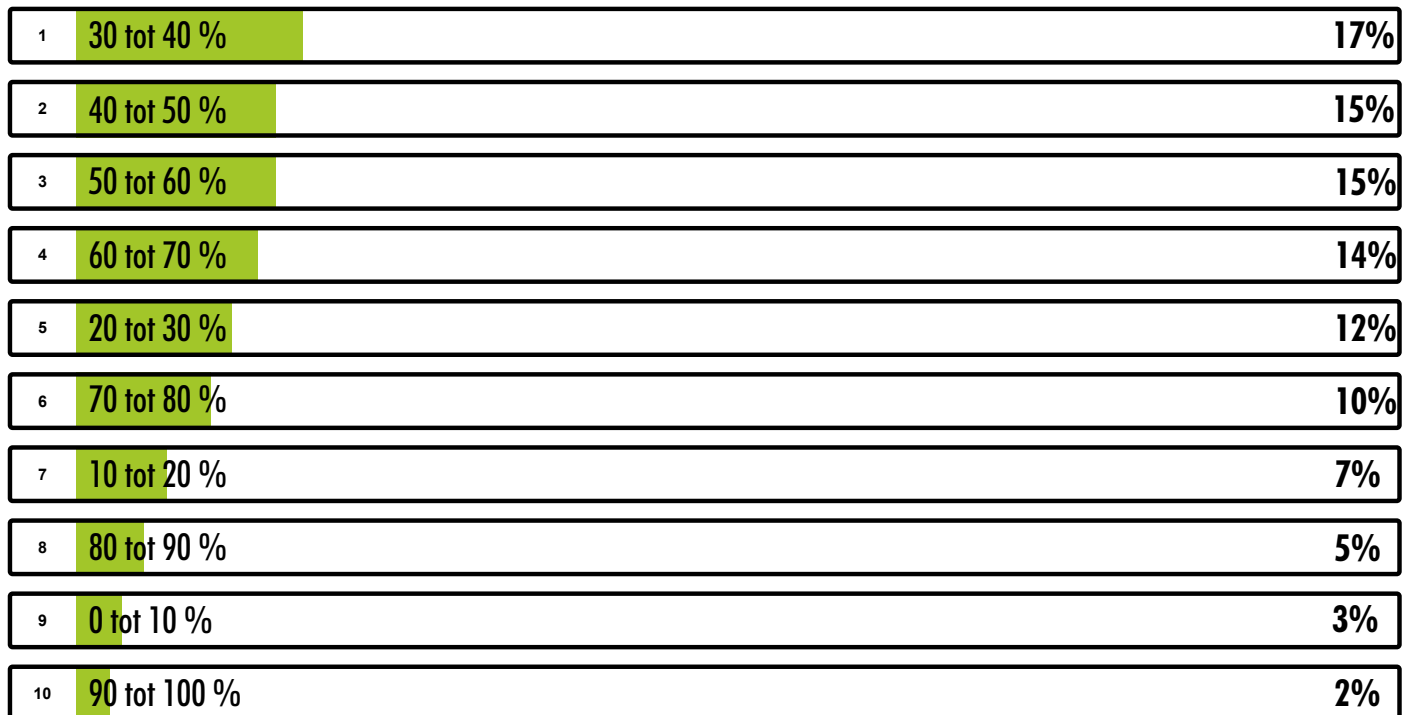
Openheid

Wij pleiten voor meer openheid en kennisoverdracht binnen het onderwijs. Te veel meiden lopen met klachten rond die medische aandacht behoeven. Het onderwijs zal meer rekening moeten gaan houden met de behoeftes van jonge meiden. Gelijke behandeling is op dit punt onzinnig omdat de behoeftes van meisjes ten opzichte van jongens totaal anders zijn. Wij nodigen het ministerie van onderwijs uit om in gesprek te gaan met ons, schoolbesturen en huisartsen.

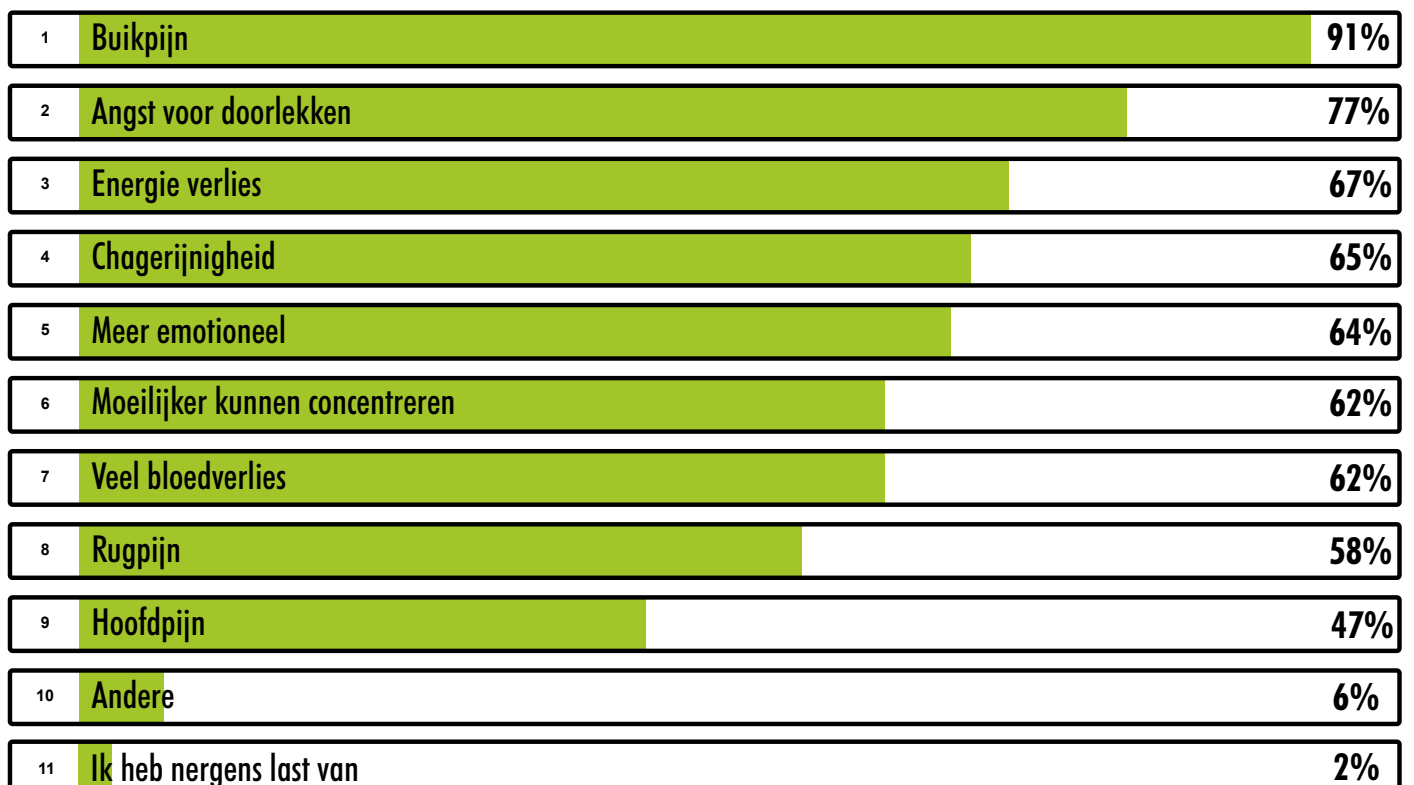
Menstruatie Voorlichtingsinstituut

Peter de Vroed en
Anke Verhagen

Hoeveel procent van jouw energie hou jij over tijdens de zwaarste dagen van jouw menstruatie?
(uitgaande dat dit 100% is wanneer jij je goed voelt).



Welke klachten/ongemakken ervaar je tijdens jouw menstruatie (meer keuzes mogelijk)



Welke score geef jij jouw klachten?



Gemiddelde:
6,26

Alles boven de 3 is niet meer acceptabel

1 = niets 2 = mild 4 = matig 6 = ernstig 8 = zeer ernstig 10 = niet ernstiger denkbaar



Hoeveel dagen heb je last van jouw klachten?



Gemiddelde:
4,23

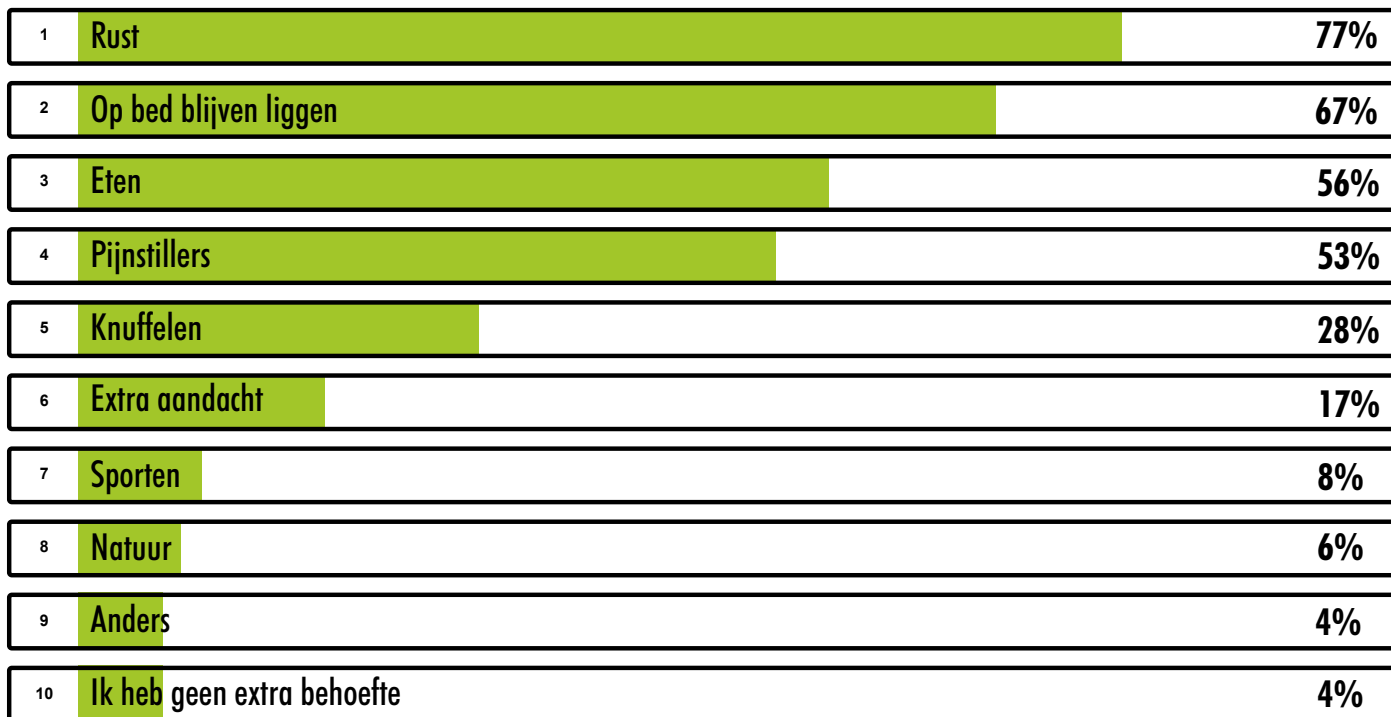
Alles boven de 2 is niet meer acceptabel

1	3 ★ ★ ★	23%
2	4 ★ ★ ★ ★	18%
3	2 ★ ★	16%
4	5 ★ ★ ★ ★ ★	15%
5	6 ★ ★ ★ ★ ★ ★	10%
6	7 ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★	9%
7	1 ★	3%
8	8 ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★	3%
9	10 ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★	2%
10	9 ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★	1%

Hoe ga je om met jouw klachten/ongemakken?

1	Ik dwing mijzelf om door te gaan	43%
2	Ik ga door maar doe waar mogelijk rustig aan	42%
3	Ik doe rustig aan	7%
4	Ik blijf op mijn bed liggen	5%
5	Ik heb nergens last van	3%

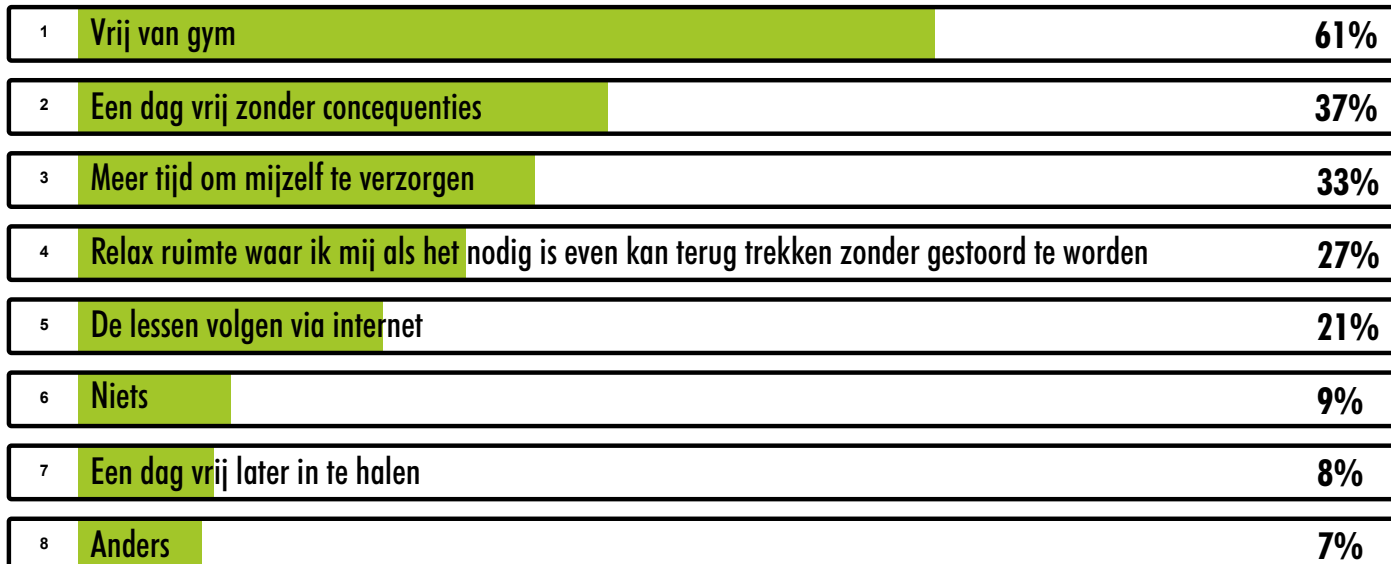
Waar verlang je naar of heb je het meest behoefte aan tijdens de zwaarste dag van jouw menstruatie?
(meer keuzes mogelijk)



Houd jouw school voldoende rekening met jouw menstruatie?



Hoe zou de school rekening kunnen houden met jou, wanneer je menstrueert?



Heb jij je wel eens ziek gemeld tijdens je menstruatie?

1	Ja soms (1 tot 3x per jaar)	31%
2	Nee maar ik zou het eigenlijk wel moeten doen	28%
3	Nee	21%
4	Ja regelmatig (meer dan 4x per jaar)	20%

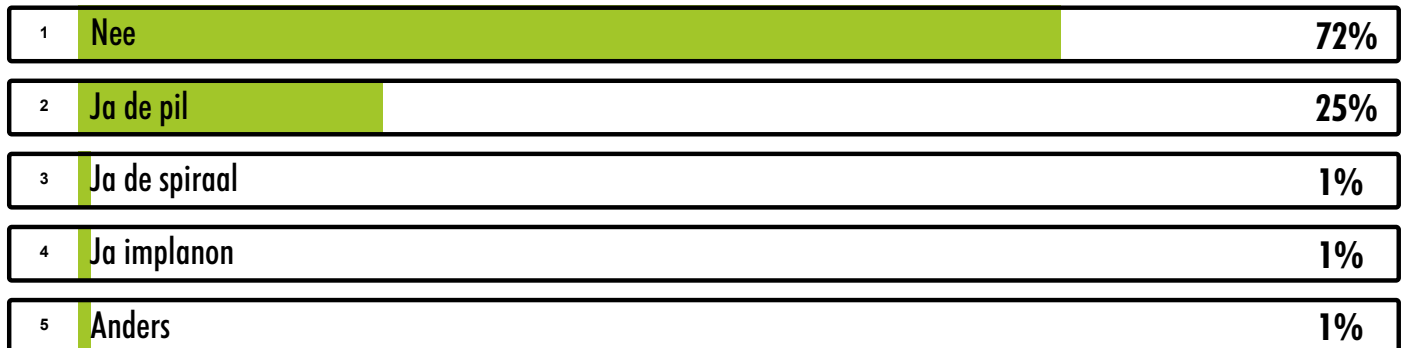
Denk jij dat jouw menstruatie jouw schoolprestaties beïnvloed?



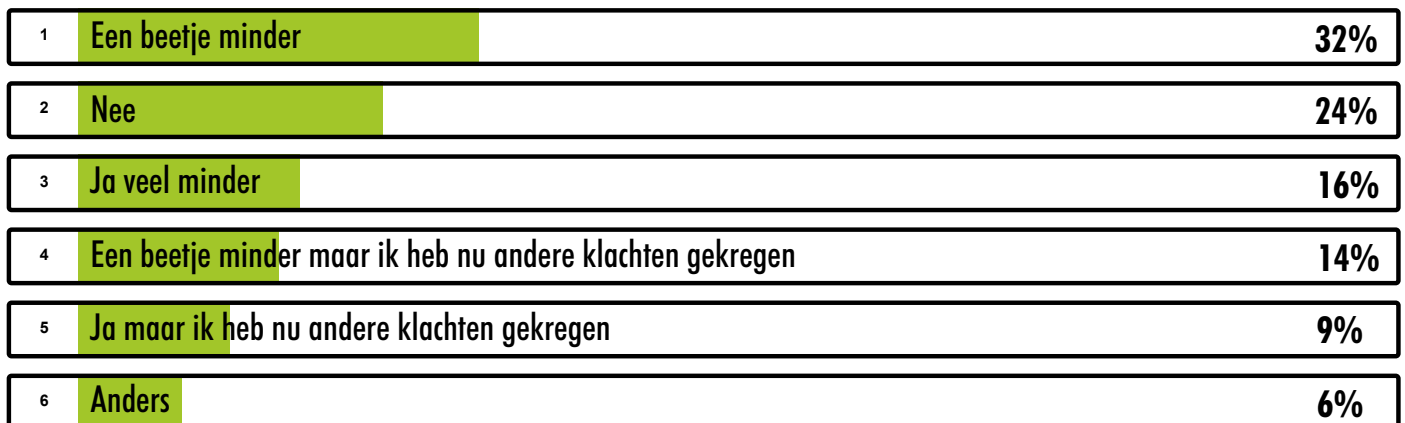
Alles boven de 3 is niet meer acceptabel

1	7 ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★	17%
2	6 ★ ★ ★ ★ ★ ★	15%
3	5 ★ ★ ★ ★ ★	14%
4	8 ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★	12%
5	4 ★ ★ ★ ★	11%
6	3 ★ ★ ★	9%
7	2 ★ ★	7%
8	1 ★	6%
9	9 ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★	4%
10	10 ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★	4%

Gebruik jij hormonale anticonceptie zoals de pil, implanon of spiraal?



Zijn jouw klachten minder sinds gebruik hormonale anticonceptie



Wil jij dat er bij jou op school meer en/of betere voorlichting komt zodat er meer rekening met jouw behoeftes kan worden gehouden? Zo ja, waarover wil je meer/betere voorlichting krijgen? (meer keuzes mogelijk)

1	Ja, over omgaan met onbegrip	42%
2	Ja, over wat ik kan doen om minder last te hebben	41%
3	Ja, over wat normale klachten zijn en welke niet	33%
4	Ja, over hoe te luisteren naar mijn eigen lichaam	32%
5	Ja, kom de men-struatiechallenge doen bij ons op school	31%
6	Ja, over communiceren over menstruatie	30%
7	Ja, over opkomen voor mijn eigen behoeftes	25%
8	Nee	20%
9	Ja, over wat een gezonde cyclus is	17%
10	Ja, over de voor en nadelen van hormonale anticonceptie	17%
11	Ja, over wat de cyclus inhoud	15%
12	Ja, over de invloed van eten	13%
13	Anders	1%