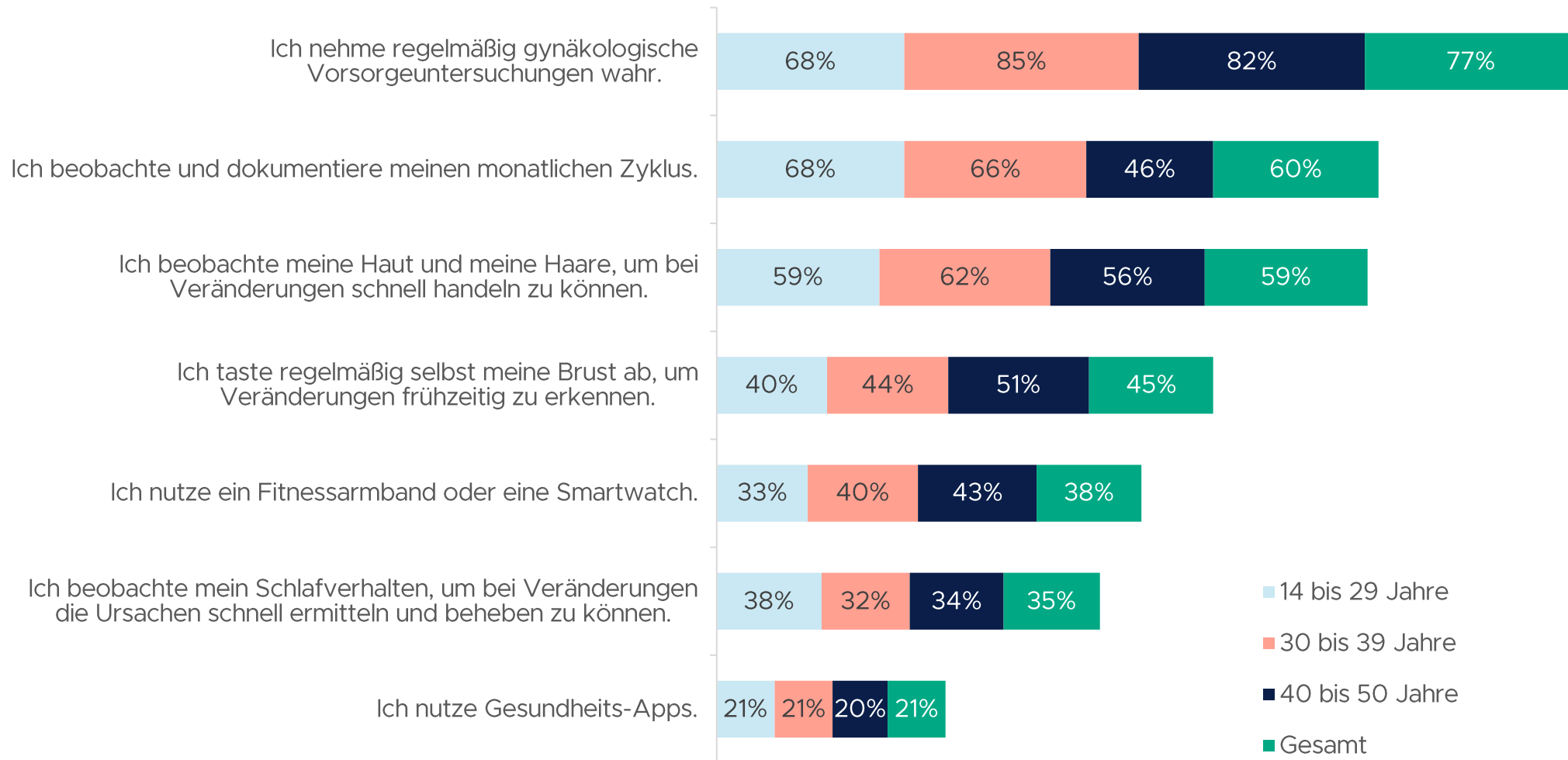
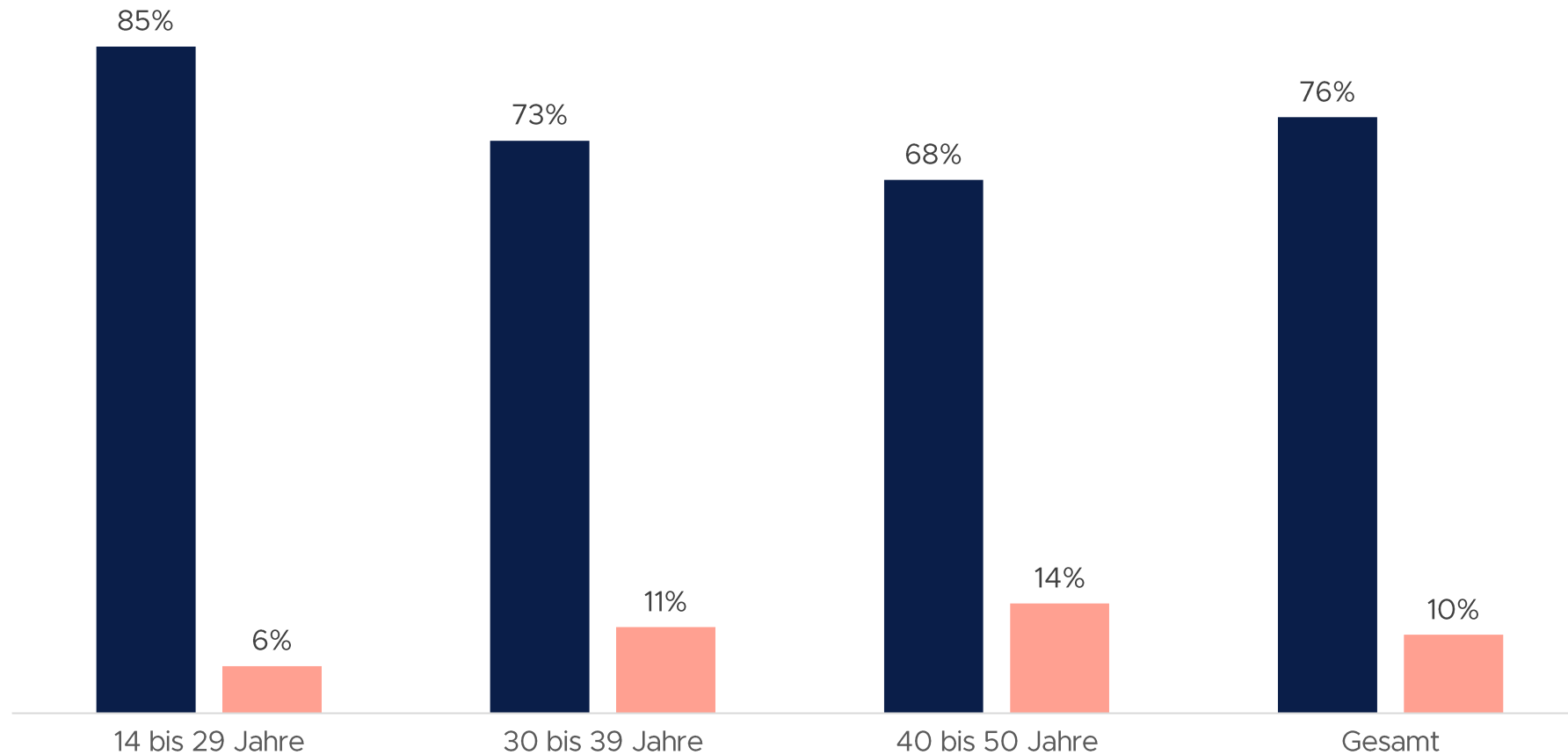


Welche Maßnahmen ergreifen Sie selbst für Ihre Gesundheit?



Basis: 1.002 von forsa im Auftrag der KKH vom 4. bis 14. März 2025 online, repräsentativ befragte Frauen im Alter von 14 bis 50 Jahren. Mehrere Nennungen möglich.
Fragestellung: Für Frauen gibt es unterschiedliche Möglichkeiten, etwas Gutes für die eigene Gesundheit zu tun oder möglichst schnell Veränderungen am eigenen Körper feststellen und entsprechend handeln zu können. Was davon tun Sie selbst für Ihre Gesundheit?

Welchen Effekt hat die Anpassung des Lebensstils an den Zyklus?



- einen sehr positiven oder eher positiven Effekt
- einen weniger positiven oder überhaupt keinen Effekt

Basis: 1.002 von forsa im Auftrag der KKH vom 4. bis 14. März 2025 online, repräsentativ befragte Frauen im Alter von 14 bis 50 Jahren.

Fragestellung: Was meinen Sie: Inwieweit kann eine Anpassung des Lebensstils (z. B. Ernährung, Sport, Beruf und Partnerschaft) an die unterschiedlichen Phasen des monatlichen Zyklus, einen positiven Effekt auf die körperliche und emotionale Befindlichkeit während des Zyklus haben?