

Pressemitteilung | Neue Studie vergleicht Umweltauswirkungen von Periodenprodukten: Menstruationstasse schneidet am besten ab

In einer neuen Ökobilanz-Studie wurde wissenschaftlich untersucht, wie umweltfreundlich die Menstruationstasse im Vergleich zu Wegwerfprodukten wie Binden und Tampons ist. Verglichen wurden konventionelle Periodenprodukte (mit hohem Kunststoffanteil) und Produkte, die mit Bio-Baumwolle hergestellt werden. Für die Ökobilanz wurde untersucht, welchen Einfluss der **gesamte Lebenszyklus** von Periodenprodukten auf die Umwelt hat. Diese Studie wurde von einhorn in Auftrag gegeben und von unabhängigen Menstruations- und Ökobilanzexpert*innen begleitet.

Keypoints zur Ökobilanz-Studie:

- Die Menstruationstasse hat im Vergleich zu den in der Studie untersuchten Wegwerfprodukten in fast allen Umweltkategorien einen geringeren ökologischen Fußabdruck.
- Da bei Menstruationstassen vor allem der Wasser- und Stromverbrauch für die regelmäßige Reinigung die Umwelt beeinflussen, lassen sich aus den Ergebnissen auch Tipps für eine besonders nachhaltige Nutzung der Menstruationstasse ableiten.
- Die Ergebnisse verdeutlichen das große Nachhaltigkeitspotenzial wiederverwendbarer Produkte wie der Menstruationstasse und können von Hersteller*innen zur Weiterentwicklung umweltfreundlicher Periodenprodukte genutzt werden.

Eine Orientierungshilfe im Dschungel der Periodenprodukte

In den vergangenen Jahren haben zahlreiche Unternehmen neue Periodenprodukte wie Menstruationstassen oder Tampons und Binden mit Bio-Baumwolle auf den deutschsprachigen Markt gebracht. Viele Konsument*innen greifen mittlerweile gern zu den als umweltfreundlich beworbenen Produkten. Aber sind Bio-Tampons wirklich besser für unseren Planeten? Ist die Menstruationstasse tatsächlich so nachhaltig? Und wie schneiden Binden und Tampons aus Bio-Baumwolle im Vergleich zu konventionellen Produkten ab? Diese Fragen werden in der von einhorn in Auftrag gegebenen Ökobilanz beantwortet.

Die Ökobilanz untersucht auch den bisher vernachlässigten Nutzungszeitraum

Eine Ökobilanz ist eine wissenschaftliche, standardisierte Methode, um die möglichen Umweltauswirkungen eines Produktes zu bemessen. In dieser neuen Studie mit dem Titel “Comparative Life Cycle Assessment of Menstrual Products” wurden die Produkte in 16 verschiedenen Umweltkategorien miteinander verglichen. Die Wissenschaftler*innen untersuchten erstmalig **das ganze Leben der Produkte:** von der Gewinnung und Verarbeitung der Rohmaterialien, über die Herstellung, den Transport, den Einzelhandel, bis hin zur Nutzung und Verwertung am Ende des Produktlebens.

In bisherigen Studien wurde dem Nutzungszeitraum von Periodenprodukten kaum Aufmerksamkeit geschenkt. Das ist aber besonders bei wiederverwendbaren Produkten wie der Menstruationstasse wichtig, denn das regelmäßige Auskochen der Menstruationstasse verbraucht Energie und Wasser. Die Ökobilanz zeigt unter anderem, dass über 95% des Fußabdrucks der Menstruationstasse während der Nutzungsphase (vor allem durch die Reinigung) entstehen. Trotzdem spart sie im Verlauf eines Jahres beispielsweise ca. 63% bis 79% umweltschädlicher Klimagase im Vergleich zu konventionellen Tampons und Binden ein.

Neben der Analyse unterschiedlicher Reinigungsmethoden für die Menstruationstasse, wurden weitere Unsicherheiten adressiert: Wie ändern sich die Ergebnisse wenn die Tasse 1 oder 10 Jahre hält; oder Produkte mit erneuerbaren Energien hergestellt werden; oder wenn Materialien aus einem anderen Land kommen; oder wenn Wegwerf-Produkte 4 oder 8 Stunden getragen werden? Die Einbeziehung dieser (und weiterer) Punkte macht die Ergebnisse und Aussagen der Ökobilanz besonders robust, insbesondere weil kaum Forschung darüber existiert, wie Menstruierende die Produkte in der Realität nutzen.

Menstruationstassen müssen nicht minutenlang ausgekocht werden

Die Ökobilanz zeigt, dass die Menstruationstasse trotz der oben erwähnten Faktoren wie Energie- oder Wasserverbrauch ökologisch nachhaltiger als die untersuchten Einwegprodukte ist. Einen Tipp für eine sichere und besonders umweltschonende Reinigung hat Cordelia-Röders Arnold, Head of Menstruation bei einhorn:

“Bei der Reinigung lässt sich viel Energie sparen, indem man die Menstruationstasse am Ende der Periode mit kochendem Wasser aus dem Wasserkocher übergießt und dann fünf Minuten abgedeckt ziehen lässt. Entgegen der weit verbreiteten

Behauptung, ist es nämlich *nicht* nötig die Menstruationstasse 20 Minuten in einem Topf ohne Deckel kochen zu lassen, um sie zu desinfizieren. Dadurch spart man Geld und schont die Umwelt.”

Eine kürzlich veröffentlichte Studie, die ebenfalls durch einhorn unterstützt wurde, untersucht unterschiedliche Reinigungsmethoden und kam zu dem Schluss, dass diese Methode sicher ist.

Verbesserung von Einwegprodukten & Fokus auf wiederverwendbare Produkte

Neben einem klaren ersten Platz für die Menstruationstasse, befinden sich Bio-Baumwolltampons, konventionelle Tampons und die konventionelle Binde im Mittelfeld und schneiden je nach Umweltkategorie unterschiedlich gut ab, wobei Tampons aus Bio-Baumwolle tendenziell besser abschneiden als konventionelle. Der verwendete Rohstoff und die Menge spielen hier die entscheidende Rolle. Da für die getestete Bio-Baumwollbinde verhältnismäßig viel Material zur Herstellung benötigt wird, schnitt die untersuchte Bio-Binde in vielen Umweltkategorien weniger gut ab, obwohl das verwendete Material überwiegend positiv bewertet wird. Auf Basis der Studienergebnisse hat einhorn gemeinsam mit einem neuen Herstellungspartner diese Erkenntnisse genutzt, um die Materialmenge und damit den Fußabdruck der Bio-Baumwollbinde und -slipeinlage zu verringern. Die neuen Produkte sind ab Juni 2022 im Handel erhältlich. Zukünftig wird sich das Unternehmen noch stärker auf wiederverwendbare Produkte fokussieren. Der ganze Bericht zur Ökobilanz-Studie ist unter [diesem Link](#) zu finden.



Über einhorn

Das junge Unternehmen aus Berlin produziert nachhaltige Periodenprodukte und Kondome aus regenerativer Landwirtschaft. Feminismus, Nachhaltigkeit und Fairness spielen bei

einhorn eine große Rolle. Das Berliner Start-up arbeitet daran, dass es sowohl den Menschen in der Lieferkette, als auch der Umwelt gut geht. Mindestens 50% der Profite fließen in soziale und nachhaltige Projekte. Pro benutztes Kilogramm Bio-Baumwolle werden zudem 30 Cent an Menschenrechtsprojekte in Tansania gespendet. einhorn versteht sich als Teil einer Bewegung für einen nachhaltigen Lebensstil mit Sinn für Gerechtigkeit, Aufklärung auf Augenhöhe und sehr viel Spaß an Design und Ästhetik. einhorn ist eine Purpose Company – das bedeutet, einhorn gehört sich selbst, kann nicht verkauft werden und schüttet keine Gewinne aus. Bei einhorn wird “Neue Arbeit” gelebt, die Mitarbeiter*innen arbeiten selbstorganisiert, ganz ohne formale Hierarchien und ohne feste Arbeitszeiten.

Über die Ökobilanz-Studie

Die Ökobilanz basiert auf einer Methode der Europäischen Kommission, in der insgesamt 16 Umweltwirkungskategorien (z.B. Klimawandel, Wasserknappheit, Ressourcenverbrauch, Landnutzung) analysiert werden. Sie wurde durch einhorn und weitere Partner*innen für wiederverwendbare und Einwegprodukte finanziert und von GreenDelta erarbeitet. Drei unabhängige Expertinnen haben die Studie auf Herz und Nieren geprüft (siehe Kapitel 10 der Ökobilanz-Studie) und befunden, dass sie dem internationalen Standard für Ökobilanzen (ISO14040/44) gerecht wird.

Weiterführende Informationen

[Link zur Studie und Pressematerialien](#)

Pressekontakt

Maik Birnbach

science@einhorn.my

einhorn products gmbH

Skalitzer Str. 100

10997 Berlin

Stand: 28.03.2022

Illustrationen von Sandra Bayer (www.sandra-bayer.de)