

**DIU Dresden International University**

**Studiengang Präventions-, Therapie- und  
Rehabilitationswissenschaften (B. Sc.)**

## **Bachelorarbeit**

Thema:

### **Lebensqualität bei Prämenstruellem Syndrom**

**Eine Eigeneinschätzung von betroffenen Frauen im Vergleich zur  
Fremdeinschätzung durch ihre männlichen Partner**

vorgelegt von: Ann-Katrin Schlitter  
geboren am: 14. Juli 1991 in Stuttgart  
Matrikelnummer: 7007041

zur

Erlangung des akademischen Grades

### **Bachelor of Science**

1. Gutachter: Prof. Dr. med. Dipl.-Psych. Joachim Kugler  
2. Gutachter: Bernhard Reichert MSc. PT  
eingereicht am: 15.03.2019

## Zusammenfassung

**Hintergrund:** Das Prämenstruelle Syndrom kommt weltweit bei bis zu 20 bis 50% der Frauen im gebärfähigen Alter mit einem natürlichen Menstruationszyklus vor. Ab dem Eisprung bis zur Menstruation leiden die Betroffenen unter körperlichen Symptomen wie Abgeschlagenheit, Brustschmerzen, Wassereinlagerungen, Magen-Darm-Beschwerden u.v.m. Hinzu kommen schwerwiegende psychische und emotionale Beschwerden wie depressive Verstimmung, Angstzustände und starke Reizbarkeit. Im Hinblick auf die Lebensqualität sind die Frauen deutlich eingeschränkt. Dies wirkt sich wiederum negativ auf ihr Umfeld und die Qualität ihrer Partnerschaft aus.

Ziel dieser Arbeit ist es, herauszufinden, inwieweit die männlichen Partner ihre betroffenen Frauen hinsichtlich verschiedener Faktoren der Lebensqualität einschätzen können, im Vergleich zur Eigeneinschätzung der Frauen.

**Methodik:** Mithilfe bestehender Fragebögen wurden zwei Online-Umfragen erstellt. Zunächst erfolgte eine Online-Befragung bezüglich der Ein- und Ausschlusskriterien für die Frauen in *Umfrage-Online*. Nach der Rekrutierung wurde für die passenden Probandinnen und ihre männlichen Partner ein vergleichbarer Online-Fragebogen in *SoSci Survey* erstellt. Dieser beinhaltete Fragen zum körperlichen und psychischen Wohlbefinden, zum Wohlbefinden am Arbeitsplatz und im Privatleben, sowie zur Qualität und Kommunikation der Partnerschaft. Die Auswertung der Daten diente zur Beantwortung der primären und sekundären Forschungsfragen.

**Ergebnisse:** Die Männer konnten ihre Partnerinnen in verschiedenen Faktoren der Lebensqualität ähnlich einschätzen. Kategorien wie das körperliche und soziale Befinden wurden besser eingeschätzt als das psychische Befinden und das Wohlbefinden am Arbeitsplatz. Es wurde zudem deutlich, dass die Qualität und Kommunikation innerhalb der Partnerschaft einen entscheidenden Einfluss darauf hat, inwieweit die Männer ihre Partnerinnen einschätzen konnten.

**Schlussfolgerung:** Grundlegend wird es für Männer immer schwierig bleiben, die Vielzahl der Beschwerden ihrer Partnerinnen zu verstehen und identisch einzuschätzen. Um mehr Verständnis und Unterstützung der Partner zu erhalten, ist es wichtig, vermehrt über die Beschwerden und Folgen von PMS aufzuklären.

Dadurch kann eine Förderung der Lebensqualität der betroffenen Frauen erreicht werden.

**Schlüsselbegriffe:**

Prämenstruelles Syndrom, Lebensqualität, Wohlbefinden, Partnerschaft, Ehemann/ Partner, Fragebogen

## Abstract

**Background:** Premenstrual syndrome is found in up to 20 to 50% of women of childbearing age with a natural menstrual cycle worldwide. From ovulation to menstruation the women are suffering from physical symptoms such as fatigue, chest pain, water retention, gastrointestinal complaints a.s.o. In addition, there are serious mental and emotional complaints such as depressive mood, anxiety and severe irritability. In terms of quality of life, women are clearly limited. This in turn negatively affects their environment and the quality of their partnership. The aim of this work is to find out to what extent the male partners can assess their affected women in terms of different quality of life factors compared to the self-assessment of women.

**Methods:** Two online surveys were created using existing questionnaires. First, an online survey was conducted on the inclusion and exclusion criteria for women in *survey online*. After recruitment, a comparable online questionnaire was created in *SoSci Survey* for the appropriate subjects and their male partners. It included questions on physical and mental well-being, well-being at work and in private life, and on the quality and communication within their partnership. The evaluation of the data served to answer the primary and secondary research questions.

**Results:** Men were able to assess their partners similarly in different quality of life factors. Categories such as physical and social well-being were better assessed than mental health and well-being at work. It also became clear that the quality and communication of the partnership had a decisive influence on the extent to which men were able to assess their partners.

**Conclusion:** Fundamentally, it will always be difficult for men to understand the multiple complaints of their partners and to assess them identically. In order to gain more understanding and support from the partners, it is important to raise awareness about the complaints and consequences of PMS. This can help to improve the quality of life of the women affected.

**Keywords:** premenstrual syndrome, life quality, well-being, partnership, spouses, questionnaire