

# KORA MIKINO

## Sustainable Femcare

Blasenschwäche-Report 2021 des Unterwäschelabels KORA MIKINO:

### Tabu-Thema Blasenschwäche trifft auch junge Frauen

- Blasenschwäche kennt kein Alter: knapp 47 Prozent der Frauen sind in ihren 30ern
- Alles außer lustig: fast 60 Prozent der Frauen machen sich beim Lachen in die Hose
- Sportmuffel: nur jede dritte Frau trainiert regelmäßig ihren Beckenboden
- Wer hat die besten Informationen? „Dr. Google“ liegt knapp vor dem/der Fachärzt:in
- Heimliche Helfer: knapp 60 Prozent der Frauen tragen Einlagen oder Spezial-Slips
- Moderne „Blasenschwäche Unterwäsche“ – stark sein und Schwäche zeigen!

Berlin, März 2021 – Volkskrankheit Blasenschwäche: Laut der Deutschen Inkontinenzgesellschaft leiden neun Millionen Menschen an einer schwachen Blase – Frauen sind dabei häufiger als Männer betroffen<sup>1</sup>. Überraschend: knapp 47 Prozent der betroffenen Frauen sind in ihren 30ern. Das hat unter anderem die repräsentative Studie im Auftrag des nachhaltigen Unterwäsche-Start-ups [KORA MIKINO](#) aus Berlin ergeben. Für den Blasenschwäche-Report 2021 wurden 1041 Frauen zwischen 30 und 75 Jahren befragt. Gründerin und Geschäftsführerin Julia Rittereiser launcht zum Weltfrauentag *Blasenschwäche Unterwäsche*. Die Botschaft: Stärke zeigen in moderner, nachhaltiger Unterwäsche!

#### Blasenschwäche kennt kein Alter

Wer regelmäßig unabsichtlich Urin verliert, ist nicht nur körperlich eingeschränkt – auch das Selbstbewusstsein leidet und die Scham wächst. 51,8 Prozent der Frauen ist von einer Blasenschwäche betroffen. Überraschender Fakt - Die Blase nimmt keine Rücksicht auf das Alter: 46,9 Prozent der Frauen sind zwischen 30 und 39 Jahre alt. Zu diesem Ergebnis kommt die Umfrage Blasenschwäche Report 2021, den das nachhaltige Unterwäsche Start-up KORA MIKINO aus Berlin in Auftrag gegeben hat.

#### Wenn Niesen und Lachen Körperflüssigkeiten freisetzen

Bei 85 Prozent der von Blasenschwäche betroffenen Frauen fliegen beim Niesen nicht nur Tröpfchen durch die Luft, sondern es fließt dabei auch etwas Harn in den Slip. 75 Prozent der 30-39-Jährigen können diese unangenehme Situation nachempfinden.

Mit der Aussage „Ich habe mir vor Lachen fast in die Hose gemacht“ wird in der Regel ein besonders lustiges Ereignis beschrieben. Frauen mit Blasenschwäche kennen dieses Gefühl nur zu gut und für sie ist das alles andere als lustig: 57,9 Prozent haben angegeben, dass beim Lachen schon einmal was danebengegangen ist. 51,2 Prozent sind zwischen 30 und 39 Jahre alt. Wenn es zu einer kompletten Entleerung der Blase kommt, wird es in Fachkreisen als „Giggle Inkontinenz“ bezeichnet.

#### Sport ist für jede Dritte keine Option

Bei der Therapie einer schwachen Blase zählt das richtig ausgeführte Beckenbodentraining<sup>2</sup> laut Prof. Dr. Daniela Schultz-Lampel, Direktorin des Kontinenzentrums Villingen-Schwenningen, nach wie vor zu den wichtigsten und erfolgversprechendsten Methoden. In der Praxis zeigt sich jede dritte Frau als Sportmuffel: Gerade einmal 30,2 Prozent stärken regelmäßig ihren Beckenboden mit gezielten Übungen, um ihrer Blasenschwäche sportlich etwas entgegenzusetzen.

WEB [KORAMIKINO.DE](#) • INSTAGRAM [KORA.MIKINO.MENSTRUATION.PANTY](#) • FACEBOOK [@KORA.MIKINO.FEMCARE](#) • PR-KONTAKT: NORA FLECKENSTEIN • KOMMUNIKATION MIT EIGENSINN • [NORA@KOMMUNIKATIONMITEIGENSINN.DE](mailto:NORA@KOMMUNIKATIONMITEIGENSINN.DE)

BILDMATERIAL: DIE VERWENDUNG DES BILDMATERIALS IST FÜR REDAKTIONELLE ZWECKE HONORARFREI. ABDRUCK UNTER QUELLENANGABE: MONIKA KOZUB | BERLIN BOUDOIR/KORA MIKINO

# KORA MIKINO

## Sustainable Femcare

### Online vs. Ärzt:in – Wem vertrauen Frauen mehr?

Auf die Frage, wo sie die besten Informationen zum Thema Blasenschwäche erhalten, liefert sich „Dr Google“ mit der/dem Gynäkolog:in/Urolog:in ein Kopf-an-Kopf-Rennen: 39,5 Prozent der betroffenen Frauen vertrauen den Online-Informationen. 39 Prozent bevorzugen die fachärztliche Beratung. Gerade mal 17,3 Prozent tauschen sich mit ihrer/ihrer Hausärzt:in über ihre schwache Blase aus.

### Heimliche Helfer mit Folgen

Im Umgang mit ihrer schwachen Blase sind 60,1 Prozent der betroffenen Frauen pragmatisch und verwenden Einlagen oder spezielle Unterwäsche. Davon zählen 40,5 Prozent zur jüngeren Zielgruppe zwischen 30 und 39 Jahre. Beim Kauf der Inkontinenzprodukte spielt der Aspekt der Nachhaltigkeit keine große Rolle: 93.000 Tonnen<sup>3</sup> Restmüll entstehen jedes Jahr in Deutschland durch den Einsatz von Inkontinenzprodukten – das entspricht dem Gewicht von circa 489 Blauwalen.

### Raus aus der Tabuzone: Stärke durch Schwäche zeigen

Ist das peinlich? Für 47,8 Prozent der Frauen ist Blasenschwäche ein Grund sich zu schämen. Julia Rittreiser, Gründerin und Geschäftsführerin des Unterwäsche-Labels KORA MIKINO, sieht das anders: *„Die neue Blasenschwäche Unterwäsche ist für alle Frauen, die selbstbestimmt zu ihren Schwächen stehen und dadurch Stärke beweisen. Die nachhaltige Produktion und Wiederverwendbarkeit im Alltag ist auch bei diesem Kora Mikino-Produkt eine Selbstverständlichkeit“.*

Tam (60 J.), die für die neue KORA MIKINO-Linie modelt, sagt: *„Von meinen drei Schwangerschaften kenne ich das Ohnmachtsgefühl, wenn dich deine Blase im Stich lässt, nur zu gut. Vor allem aus meinem Freundeskreis weiß ich, wie sehr das Schamgefühl über die eigene Blasenschwäche der gezielten Aufklärung im Weg stehen kann“.* Tochter Emma (26 J.), die gemeinsam mit ihrer Mutter vor der Kamera stand, ergänzt: *„Bei uns Zuhause wurde immer sehr offen über die weibliche Gesundheit gesprochen, dadurch hatten natürliche Themen wie Menstruation oder Blasenschwäche erst gar keine Chance, zu einem Tabu zu werden“.*

### Hintergrundinformationen Blasenschwäche-Report 2021

Für den Blasenschwäche-Report 2021 wurden 1041 Frauen in Deutschland zwischen 30 und 75 Jahren im Februar 2021 befragt. Das Marktforschungsinstitut Innofact AG führte die repräsentative Studie im Auftrag von KORA MIKINO durch.

Über KORA MIKINO:

Die Mission von Kora Mikino ist es, Tabus rund um den natürlichen FLOW zu brechen. Das Unterwäsche Start-up kreiert Menstruationsprodukte und Blasenschwäche Unterwäsche: klimaneutral und frei von Stigmen rund um Hygieneartikel und Körperflüssigkeiten. Das Motto ist Wiederverwenden, statt Wegwerfen! Gründerin und Geschäftsführerin Julia Rittreiser legt sehr viel Wert auf Nachhaltigkeit - vom Verpackungsmaterial bis zum Produkt! Panties aus Holz? Die KORA MIKINO-Slips bestehen aus MicroModal, bei dem es sich um Buchenbäume aus nachhaltiger und zertifizierter Waldwirtschaft in Mitteleuropa handelt. Was Kora Mikino vor allem wichtig ist: Der Produktionspartner teilt generell ihre hohen Umwelt- und Sozialstandards. Die Produktion erfolgt ausschließlich in Europa, vor allem in Deutschland, wo faire Bezahlung und respektvolle Behandlung von Näher:innen großgeschrieben wird. Übrigens: KORA MIKINO bedeutet so viel wie 'Freundin' und entstammt der Plansprache Esperanto - eine Sprache, die entwickelt wurde, um die Völkerverständigung zu verbessern, Rassismus zu verhindern und zum Weltfrieden beizutragen. Daran angelehnt sind auch die Unternehmenswerte.

<sup>1</sup>[https://www.kontinenzkongress.de/xconfig/upload/files/Kontinenz%20Hauptprogramm%202018\\_final\\_web%284%29.pdf](https://www.kontinenzkongress.de/xconfig/upload/files/Kontinenz%20Hauptprogramm%202018_final_web%284%29.pdf)

<sup>2</sup>69. Kongress der Deutschen Gesellschaft für Urologie (DGU), 20. bis 23. September 2017, Dresden

<sup>3</sup><https://de.statista.com/outlook/cmo/haushalts-hygienepapier/inkontinenz/deutschland>