

Viktig studie kring hur menstruation och hormonella preventivmedel påverkar idrottsprestation och träning

Karolinska Institutet genomför i samarbete med Sveriges Olympiska Kommitté och flera idrottsförbund en webbenkätstudie om hur menstruationscykeln och olika hormonella preventivmedel påverkar idrottsprestation och träning. Studien har en godkänd etikprövning via Etikprövningsnämnden.

Gymnastikförbundet stödjer studien genom att sprida informationen och uppmuntra våra idrottskvinnor att delta.

Vår förhoppning och studiens intention är att erhålla en ökad kunskap kring hur träning och tävling kan planeras och förläggas på bästa sätt utifrån gymnastens förutsättningar och då innefattar detta även att ta hänsyn till menstruationscykeln. Vi önskar också kunna säkerställa att ny kunskap överförs till praktiskt kunnande inom vår organisation där både gymnaster och ledare kan ta del.

Du, som är kvinnlig gymnast, har fyllt 18 år och tävlar på högre nivå kan hjälpa oss att ge en rättvis helhetsbild av hur menstruationscykel, hormonella preventivmedel och idrotten i kombination fungerar för just dig. Vi hoppas att du vill delta!

Vänligen
Åsa Ekdahl
Medicinsk koordinator
Gymnastikförbundet

Nedan följer information från projektansvariga kring hur du deltar och hur det fungerar.

Hur påverkar menstruation och hormonella preventivmedel idrottsprestation och träning?

Karolinska Institutet genomför i samarbete med Sveriges Olympiska Kommitté en webbenkätstudie om hur menstruationscykeln och olika hormonella preventivmedel påverkar idrottsprestation och träning.

Vi söker idrottskvinnor som tränar och tävlar på en hög nivå, från distrikts- till landslagsnivå, för en enkätundersökning. Vi söker både sommar och vinteridrottare inom såväl individuella idrotter som lagidrotter. För att delta ska du ha fyllt 18 år. Ditt svar är viktigt för att öka förståelsen och förbättra kunskapsläget om hur menstruation och hormoner kan påverka prestation hos kvinnliga idrottare och hur träning kan läggas upp på bästa sätt. Du kan läsa mer om studien och välja om du vill delta i enkäten i länken nedan.

LÄNK till webbenkäten: <https://response.questback.com/riksidrottsforbundet/h5cbadd5jj>

För mer information kontakta:

Cecilia Fridén, docent, Karolinska Institutet, tel: 070-7415122, cecilia.friden@ki.se

