

Von wegen Blutsschwestern

... Zyklus synchronisieren, geht das?

Vor genau 50 Jahren brachte die Psychologin Dr. Martha McClintock eine vielbeachtete Studie heraus. Studentinnen, die zusammenleben, so die Kernaussage, synchronisieren binnen eines halben Jahres ihre Regelblutungen¹. Echte Freundinnen teilen eben alles: Bücher, Musik, Essen, Kleidung – und sogar **Menstruationszyklus, Eisprung und Zykluslänge**.

Hinterher folgten allerdings einige methodisch ausgefeilte Studien, die zu anderen Ergebnissen kamen – mit zusammenlebenden Frauen eines afrikanischen Stammes oder lesbischen Paaren, zum Beispiel^{2, 3}. Zu viele Teilnehmerinnen verpassten einander ganz oder teilweise in puncto **Zyklus und Blutung**. Weder der Zeitpunkt des **Eisprungs** noch jener der **Follikelphase** oder **Lutealphase** konnten also den **Mythos** von der **Synchronisation** der Zyklen untermauern.

Dass in Wohngemeinschaften oder Familien zwei Frauen gleichzeitig menstruieren, kommt zwar vor – doch nur selten beginnen beide Zyklen am selben Tag. Und davon ausgehend, dass die Regel mal 3 und mal 6 Tage anhält sowie ein **Zyklus** mal kürzer und mal länger ausfällt, ist die statistische Chancen unter Wohngenossinnen hoch, dass sie gelegentlich parallele **Zyklusphasen** haben und auch die **Blutung** zum selben Zeitpunkt einsetzt. Eine echte Blutsschwesterschaft – im Sinne von: Wir leben zusammen, unsere **Eierstöcke** und **Eizellen** funktionieren synchron und wir menstruieren jedes Mal gleichzeitig – ist dem heutigen Stand der Forschung zufolge reiner Zufall.

Autorin: Petra Plum

1) McClintock MK. Menstrual synchrony and suppression. Nature. 1971 Jan 22;229(5282):244-5. doi: 10.1038/229244a0. Erratum in: Nature. 1971 Feb 26;229(5287):643. PMID: 4994256.

2) Beverly I. Strassmann, Menstrual synchrony pheromones: cause for doubt, Human Reproduction, Volume 14, Issue 3, March 1999, Pages 579–580, <https://doi.org/10.1093/humrep/14.3.579>

3) Trevathan WR, Burleson MH, Gregory WL. No evidence for menstrual synchrony in lesbian couples. Psychoneuroendocrinology. 1993;18(5-6):425-35. doi: 10.1016/0306-4530(93)90017-f. PMID: 8416051.