

# INFO: Die Menstruation

Biologie R, E 5, 6

- ① **Die Menstruation, also die Regelblutung, setzt bei Mädchen während der Pubertät ein. Erfahre in einem kurzen Clip, um was es dabei geht.**



[Die Menstruation - kurz erklärt](#)



## Die Menstruation

Die Menstruation ist ein wesentlicher Bestandteil des weiblichen Zyklus. Bei jeder Monatsblutung verliert eine Frau rund 70 Milliliter Blut. Der gesamte Zyklus dauert etwa 28 Tage.



## Zyklus

Der Menstruationszyklus, menstruelle Zyklus oder weibliche Zyklus ist beim Menschen ein monatlich (durchschnittlich alle 28 Tage) auftretender Vorgang im Körper der Frau, der sich von der Pubertät bis in die Wechseljahre etwa 400-mal vollzieht. Der Zyklus ist charakterisiert durch hormonelle Veränderungen, die darauf ausgerichtet sind, dass in erster Linie im Eierstock und an der Gebärmutter günstige Bedingungen für eine Befruchtung und Schwangerschaft geschaffen werden.

