

**PRESSEMITTEILUNG | Lübeck, 04.05.2026**

## **femCycle startet öffentliches Pilotprojekt zur Verbesserung der Zyklus- und Menstruationsgesundheit**

App gegen Zyklusbeschwerden geht zum Weltmenstruationstag in Pilotphase

- Öffentlicher Start des Pilotprojekts zum Weltmenstruationstag am 28. Mai
- Kostenfreie Nutzung der femCycle App zur Unterstützung bei Zyklus- und Menstruationsbeschwerden
- Ziel ist die gemeinsame Weiterentwicklung mit Betroffenen und die Verbesserung der gynäkologischen Versorgung

### **Zyklusbeschwerden weit verbreitet – Versorgung bleibt lückenhaft**

75 Prozent der Menstruierenden in Deutschland leiden regelmäßig unter zyklusbedingten Schmerzen und weiteren Beschwerden<sup>1</sup>. Dennoch werden diese häufig medizinisch unzureichend adressiert: Bei Erkrankungen wie Endometriose vergehen durchschnittlich rund zehn Jahre, bis eine Diagnose gestellt wird<sup>2</sup>. Studien zeigen zudem, dass nur 46 Prozent der Betroffenen überhaupt medizinische Hilfe suchen, von denen wiederum über die Hälfte mit der Versorgung unzufrieden ist<sup>1</sup>. Gleichzeitig nutzen bereits rund 39 Prozent der Menstruierenden in Deutschland Zyklus-Apps<sup>3</sup> – diese beschränken sich jedoch meist auf reines Tracking und bieten keine medizinische Unterstützung bei der aktiven Linderung von Beschwerden.

### **Öffentliches Pilotprojekt zum Weltmenstruationstag**

Vor diesem Hintergrund startet das Lübecker femTech-Startup femCycle am 28. Mai 2026 eine öffentliche Pilotphase seiner medizinischen App zur Unterstützung bei Zyklus- und Menstruationsbeschwerden. Der Start des Pilotprojekts fällt bewusst auf den Weltmenstruationstag, der international auf die Bedeutung von Zyklus- und Frauengesundheit aufmerksam macht.

Die femCycle App richtet sich an menstruierende Personen mit Zyklus- und Menstruationsbeschwerden. Sie unterstützt dabei, den eigenen Zyklus besser zu verstehen, Beschwerden individuell und ganzheitlich zu lindern sowie Symptome strukturiert zu dokumentieren. Die systematische Datenerfassung soll zudem als verbesserte Grundlage für ärztliche Gespräche dienen.

## **Gemeinsame Weiterentwicklung mit Betroffenen**

Im Rahmen des Pilotprojekts können Menstruierende die femCycle App kostenfrei in den App Stores herunterladen und nutzen. Ziel der Pilotphase ist es, die App gemeinsam mit Nutzenden weiterzuentwickeln, Nutzungsmuster zu analysieren und Inhalte sowie Funktionen bedarfsorientiert zu optimieren. femCycle verfolgt dabei einen konsequent zielgruppenzentrierten Ansatz und bezieht Rückmeldungen direkt in die Weiterentwicklung ein. Die App wurde so bereits in der Konzeptionsphase mit Input von über 330 Betroffenen entwickelt.

„Zyklus- und Menstruationsbeschwerden betreffen viele Menschen, werden aber häufig nicht ausreichend ernst genommen“, sagt Gründerin Carina Seliger. „Mit dem öffentlichen Pilotprojekt möchten wir gemeinsam mit Betroffenen die digitale Unterstützung weiterentwickeln, damit sie im Alltag wirklich hilfreich ist.“

## **Perspektive für Forschung und Gesundheitsversorgung**

femCycle wird von einem Female Founder-Team aus Lübeck entwickelt und aktuell durch das Gründungsstipendium EXIST des Bundesministeriums für Wirtschaft und Energie gefördert. Die öffentliche Pilotphase ist zeitlich begrenzt und dient als Grundlage für die weitere Produkt- und Versorgungsentwicklung.

Langfristig verfolgen die Gründerinnen das Ziel, die App als Bestandteil der gynäkologischen Regelversorgung zu etablieren, sodass Betroffene sie perspektivisch kostenfrei über ihre Krankenkassen nutzen können. Die anonymisierten Gesundheitsdaten sollen zudem dazu beitragen, bestehende Forschungslücken im Bereich der Zyklus- und Menstruationsgesundheit zu schließen und die medizinische Versorgung nachhaltig zu verbessern.

## **Kontakt für Rückfragen**

Carina Seliger  
CEO & Gründerin femCycle  
E-Mail: [seliger@femcycleapp.com](mailto:seliger@femcycleapp.com)  
Telefon: +49 151 57351772  
Website: [www.femcycleapp.com](http://www.femcycleapp.com)

## **Quellen**

<sup>1</sup> [Plan International Deutschland \(2022\): Menstruationsgesundheit und Versorgungssituation](#)

<sup>2</sup> [Endometriose-Vereinigung Deutschland e. V. \(2023\): Diagnose und Versorgungsrealität](#)

<sup>3</sup> [Verbraucherzentrale Bundesverband \(2023\): Nutzung von Zyklus-Apps](#)