

Menstruacija v vsakdanjem življenju ostaja tabu

Sodobne ženske so v zahodnem svetu vržene v zmešnjavo razdrobljenega življenja. Vsakdanjost prevladuje nad kontemplativnim življenjem. V tej razpršenosti je komajda možno ohraniti notranje ravnovesje. Ženske se posledično ne zmorejo in ne znajo obrniti vase, k svojemu telesu. V naši kulturi je menstruacija odklon in obremenitev v vsakdanjem življenju. Družba predvsem z oglaševalskim govorom ne določa menstruacije kot posebnega časa v življenju ženske, temveč po eni strani predpisuje, da naj se menstruacijo in čas krvavenja dojemamo kot nekaj samoumevnega, naravnega in normalnega, po drugi strani pa naj menstrualno krvavenje prikrijemo.

Zelo malo je raziskav, ki bi prikazale dojetanja menstruacije, saj moška izkustva v večini raziskovalnih področij narekujejo in oblikujejo norme. Menstruaciji, ki ima stalen in ponavljajoč se vpliv na dogajanje v življenju ljudi, se posveča zelo malo pozornosti.

V akademskem letu 1993/1994 smo pod vodstvom doc. dr. Iztoka Saksida študentke in študentje 3. in 4. letnika oddelka za sociologijo pri izbirnem predmetu sociologija menstruacije izvedli raziskavo z naslovom Mnenja in predstave o menstruaciji pri izbrani populaciji na ozemlju Slovenije. Raziskava je bila opravljena v sodelovanju s 102 respondentoma (51 žensk in 51 moških), ki so bili razvrščeni po spolu in v starostne skupine: prvo skupino so sestavljale osebe od 13. do 18. leta, drugo od 20. do 30. leta, tretjo od 31. do 45. leta, četrto od 46. do 55. leta in peto nad 55. letom starosti. Vprašalnik INTERVJU A je bil namenjen ženskam v plodnem obdobju, vprašalnik INTERVJU B ženskam v menopavzi in pomenopavznem obdobju, INTERVJU C pa moškim. Vsi respondenti so na vprašalnik odgovarjali trikrat v različnih časovnih obdobjih. Respondentke v plodnem obdobju so na vprašanja odgovarjale med menstruacijo, pred ovulacijo in v predmenstrualnem času. Pri respondentkah v menopavzi in pri respondentih pa je bil čas določen glede na menjave lune; intervjuji so

potekali ob polni luni, nekaj dni pred polno luno in nekaj dni pred prazno luno. V povzetku raziskave je izpuščenih nekaj tematskih sklopov odgovorov na vprašanja respondentk in respondentov (Kalinšek, 1994), ki niso v celoti povezani z menstruacijo.

INTERVJU A

Večina respondentk v skupini (41 žensk) je dobila prvo menstruacijo med 11. in 16. letom. Povprečna starost žensk ob prvi menstruaciji je bila 12,7 let. Največ žensk jo je prvič dobilo v starosti 12 let. 96 odstotkov respondentk je za menstruacijo vedelo, še preden so jo dobile. O njej so izvedele od mame, sestre, prijateljic, v šoli ter iz knjig. Kljub presenečenju ob tem dogodku jim je bilo večinoma v pomoč, da so zanjo vedele že prej. 15 odstotkom respondentk pa dejstvo, da so zanjo vedele že prej, ni bilo v pomoč. 4 odstotki so odgovorili, da za menstruacijo niso vedele, dokler je niso dobile same. Dogodek, ko so dobile prvo menstruacijo, je 18 odstotkom ostal v lepem spominu. Spominjajo se veselja ob misli, da so takrat postale ženske. 33 odstotkov je dogodek opisalo kot nič posebnega, nekaj normalnega, "brez travm", vse so bile sprva ob samem dogodku presenečene. 44 odstotkov dogodka nima v lepem spominu. Spomnijo se na bolečine, nelagodje, strah ob dogodku, strah, da ne bi prišlo skozi, da se ne bi videlo; menstruacijo občutijo kot novo obremenitev. 4 odstotki respondentk niso vedele, kaj bi odgovorile. Na vprašanje, kako so doživljale spremembe, ki so jih opazile na svojem telesu med odraščanjem, so vse respondentke odgovorile, da kot nekaj normalnega, nič posebnega, nekaj vsakdanjega. Sprva so jih nekatere stvari motile, bilo jim je nerodno, nato pa so se na spremembe navadile. Na vprašanje, kaj jim pomenita menstruacija in menstrualni cikel, so odgovorile, da je to normalen, naraven pojav, da ni izraz neke bolezni, to pač mora biti, ker se na ta način telo čisti in seveda ženska lahko zanosi, to spada v življenje ženske, je nekaj normalnega, pomeni obdobje plodnosti, nekaj lepega, ženskega, ženskost. 26 odstotkom sta menstruacija in menstrualni cikel odveč, ker pomenita oviro, nadlego, nujno zlo, sta neka prepreka v življenju ženske, ker mora skrbeti za vložke, ker ima bolečine, ker se med menstruacijo ne more kopati. 81 odstotkov respondentk se je lahko spomnilo zadnje menstruacije, lahko je tudi približno napovedalo, kdaj bo naslednja. Od teh je 18 odstotkov lahko zaznalo ovulacijo. 18 odstotkov ni znalo napovedati, kdaj bodo dobile naslednjo menstruacijo.

Menstrualni cikel respondentk je trajal od 23 do 32 dni, povprečno 27,8 dni. Pri respondentkah je menstruacija trajala od 3 do 7 dni, povprečno 5,2 dni. Največ respondentk je imelo menstruacijo od 4 do 5 dni. Na vprašanje, kakšen je njihov odnos do menstrualne krvi, količine, barve in vonja, je 44 odstotkov

odgovorilo, da nimajo kakšnega posebnega odnosa (“moj odnos do krvi je normalen”, “kri se mi ne gnusi”, “menstrualna kri je pač kri”), 30 odstotkov sploh nima nobenega odnosa, 26 odstotkov respondentk pa je odgovorilo, da jih motita vonj in močnejše krvavitve. Ob opaznih spremembah, ki naj bi jih zaznale v ciklusu, se obrne po pomoč, po nasvet k zdravniku ali k drugi osebi 37 odstotkov respondentk, 63 odstotkov pa tega ne stori, ker nima nobenih sprememb, zato tudi ni potrebe po tem. V začetku menstruacije ima 82 odstotkov respondentk težave, ki jih je večina natančno opisala. V spodnjem delu trebuha čutijo bolečine, krče, občutijo slabost, glavobole, bolečine v križu ter se na splošno počutijo slabše. Spremembe se izražajo v manjši pripravljenosti za delo. Že pred nastopom menstruacije so bolj občutljive, nerazpoložene, čutijo napetost in depresijo. 70 odstotkov meni, da se njihovo razpoloženje, čustvovanje in delovna zmožnost ter pripravljenost za delo med ciklusom spreminjajo. Respondentke so se v odgovorih omejile le na čas pred menstruacijo in samo menstruacijo. Med njimi le 4 odstotki respondentk občutijo večjo pripravljenost za delo in menijo, da so močnejše in sposobnejše. Po menstruaciji, v prvi polovici ciklusa, pri večini nastopi boljše počutje. 30 odstotkov vprašanih pa meni, da se počutje ne spreminja. Na vprašanje, ali jih je v času menstruacije česa strah, je 18 odstotkov respondentk odgovorilo pritrdilno, in sicer gre za strah, “da se ne bi videlo, da imajo menstruacijo, da kri ne bi prišla skozi”. 82 odstotkov je zanikalo strah ob menstruaciji. Med menstruacijo se 22 odstotkov respondentk veseli, da bo menstruacije kmalu konec in da niso noseče. 78 odstotkov respondentk pa pravi, da se ničesar ne veselijo. O menstruaciji in menstrualnem ciklusu se 85 odstotkov respondentk pogovarja z mamo, sestrami, prijateljicami, sodelavkami, partnerjem, in sicer o izkušnjah in morebitnih težavah. 15 odstotkov respondentk se o tem ne pogovarja.

Med menstruacijo ima 30 odstotkov respondentk spolne odnose, in sicer občasno, bolj proti koncu menstruacije, in če drugače ne gre. 70 odstotkov nima spolnih odnosov med menstruacijo, ker so nehigienski, nezdravi, neprijetni in ker so v tem času ženske bolj dovzetne za okužbe. 52 odstotkov respondentk je menilo, da se njihove spolne zahteve v različnih obdobjih ciklusa spreminjajo. Večinoma so odgovarjale le s potrditvijo, le nekatere so odgovorile, da je želja po spolnih odnosih večja bodisi pred menstruacijo ali po nji. 18 odstotkov respondentk meni, da se želja po spolnih odnosih ne spreminja. 30 odstotkov respondentk na to vprašanje ni odgovorilo. Respondentke niso podrobneje pojasnjevale pogledov.

Na vprašanje, kako gledajo na menstrualno krvavitev, je 74 odstotkov odgovorilo, da je menstrualna kri drugačna kot kri iz kateregakoli drugega dela telesa, ker je to pričakovana krvavitev, ni posledica poškodbe, ni nevarna, je normalen, naraven pojav pri ženskah, ki so v plodnem obdobju; pa tudi, da je to umazana

kri, ker se telo čisti. 26 odstotkov respondentk pa meni, da je menstrualno krvavenje kot vsako drugo krvavenje. 78 odstotkov do menstrualne krvi ne čuti odpora, 18 odstotkov nima nobenega odnosa, 4 odstotki respondentk pa čutijo odpor. Večini se lastna menstrualna kri ne gnusi, gnus pa občutijo ob pogledu na odvržen, že uporabljen vložek in takoj pomislijo na žensko, ki je odvrгла vložek, na njeno nemarnost, saj to ne spada v okolje, ker je intimna zadeva.

30 odstotkov respondentk je bilo prepričanih, da bi se morale ob menstruaciji izogibati napornim, težjim fizičnim opravilom, ker to povzroča povečano krvavitev in močnejše bolečine. Med menstruacijo naj bi se tudi izogibale pitju alkohola, ker širi žile, zato je krvavenje močnejše. 70 odstotkov pa je menilo, da se med menstruacijo ni potrebno izogibati opravilom, jedem ali pijačam. Na vprašanje, ali v tem času spremenijo katero od običajnih higienskih navad, je 78 odstotkov odgovorilo pritrdilno, in sicer, da se pogosteje tuširajo, umivajo in seveda zaradi neprijetnega vonja redno menjavajo vložke. 22 odstotkov respondentk pa ne spreminja navad.

85 odstotkov respondentk je menilo, da se ženske zaradi menstrualnega ciklusa razlikujejo od moških po sposobnostih, razpoloženju, čustvovanju, 15 odstotkov pa, da se ne razlikujejo. 81 odstotkov pozna predmenstrualni sindrom ali predmenstrualno napetost (PMS). PMS so opisale kot specifično dogajanje, posebno počutje, spremembe v čustvovanju, pojavijo se razdražljivost, živčnost, nestrpnost. Ženske bolj čustveno doživljajo dogajanje okoli sebe, čutijo potrebo po miru, vse to se pojavlja nekaj dni pred nastopom menstruacije. Navedene spremembe spremljajo še telesne spremembe, kot so bolečine v križu, napete in boleče prsi ter napet trebuh. 19 odstotkov PMS ni poznalo. 78 odstotkov respondentk je že doživljalo PMS. Na vprašanje, kako so tedaj ravnale, so odgovorile, da so skušale počivati. Poskušale so se nadzorovati, velikokrat so povedale bližnjim, naj jih pustijo pri miru, ker so se le tako izognile konfliktom; počakale so, da mine samo od sebe, in delale so naprej, ker ljudje njihovih težav ne upoštevajo. Včasih so se celo zavedle, da so preživljale PMS, ko je bil že mimo. 22 odstotkov nikoli ne doživlja PMS.

Na vprašanje, ali bi bilo prav, če bi bile ženske med menstruacijo manj obremenjene in bi imele več časa zase, so bile respondentke v odgovorih praktične. 48 odstotkov je odgovorilo pritrdilno, vendar si večina ne dela iluzij. Menijo pa, da imajo ženske zaradi drugačnega počutja tudi drugačne potrebe in da bi morala biti mlada dekleta, ki se še niso navadila na menstruacijo, in ženske s hudimi menstrualnimi težavami manj obremenjene. 52 odstotkov meni, da je to nemogoče uresničiti, da je to nepotrebno in da menstruacija ni bolezen, je normalen pojav in s tem je treba normalno živeti. Lepo pa je, če so na delovnem mestu ustrezne higienske razmere.

89 odstotkom se o menstruaciji še nikoli ni sanjalo. 11 odstotkom pa se je že kdaj sanjalo o menstruaciji in se sanj tudi spominjajo. Za značilne ženske poteze so respondentke navedle nežnost, občutljivost, čustva, večjo vzdržljivost, materinstvo, nosečnost, menstruacijo, dojevanje, pogled na svet in zunanje poteze (značilnosti telesa, predvsem prsi, obnašanje).

Za menstruacijo so večinoma uporabile izraze, kot so: menstruacija, menstra, bolna sem, dobila sem jo, menzes, perioda. Poznale so še druge izraze, na primer take, ki označujejo rdečo barvo (tardeča, paradajz teden) in ki menstruacijo personificirajo (teta iz Amerike). Predstave, asociacije, ki so respondentkam najprej prišle na misel v zvezi z menstruacijo, so grajene na videzu, predstavah: kri, vložki, tamponi, tablete, vonj, voda, umivanje, in na notranjih zaznavah: neprijetnost, ovira, bolečina, slaba volja.

INTERVJU B¹

Prvo menstruacijo so respondentke dobile med 12. in 15. letom. 10 odstotkov respondentk se tega dogodka ni spomnilo. Povprečna starost ob prvi menstruaciji je bila 13,4 let. 80 odstotkov respondentk je za menstruacijo vedelo, preden so jo prvič dobile. Zanjso so zvedele od mame, sošolk, iz knjig, in to jim je bilo tudi v pomoč. 20 odstotkov pa za menstruacijo prej ni vedelo. Respondentke so izgubile menstruacijo med 49. in 55. letom. Povprečna starost ob izgubi menstruacije je bila 50 let. Največ respondentk je izgubilo menstruacijo pri starosti 50 let. Na menopavzo se niso posebej pripravljale, vedele so le, da prihaja to obdobje. Posebnih težav niso imele. Od prehoda v menopavzo jim je ostalo v spominu veselje, olajšanje, "da je konec menstruacije", da je to za njimi, da ni več skrbi zaradi vložkov in neudobja, povezanega z menstruacijo. Iz plodnega obdobja se respondentke spominjajo bolečin ob pričetku menstruacije, menstrualnega neudobja in motečega vonja v poletnih mesecih in na potovanjih, občutljivosti in ranljivosti v času menstruacije, skrbi, da se ne bi videlo vložkov, pa tudi občutka olajšanja, očiščenja ob menstruaciji. Na vprašanje, kaj sta jim pomenila menstruacija in menstrualni ciklus, so odgovorile, da je to nekaj normalnega in naravnega. To je naraven potek, je vsakomesečno krvavenje, to je dokaz, da so normalne in zdrave ženske, dokaz, da niso noseče. Predstavlja pa tudi težavo, nadlogo, je v napoto pri kopanju, na potovanju. Pomeni tudi menjavo neugodja in s tem povezanega nerazpoloženja s ponovnim dobrim počutjem. 80 odstotkov respondentk je prepričanih, da se ženske zaradi menstrualnega ciklusa razlikujejo

¹ Respondentk je bilo na voljo le 10.

od moških po sposobnostih, razpoloženju, čustvovanju. Med menstruacijo so ženske še dodatno obremenjene, vse to pa vpliva na njihovo psihično stanje. 20 odstotkov respondentk je menilo, da se ženske zaradi menstruacije ne razlikujejo od moških. 70 odstotkov je poznalo predmenstrualni sindrom, napetost (PMS). Omenjale so večjo živčnost in napetost, depresije, glavobole, slabosti, bolečine v spodnjem delu trebuha, boleče in napete prsi ter bolečine v križu, občutljivost, živčnost, nestrpnost, ker se organizem takrat pripravlja na menstruacijo. 30 odstotkov pa PMS ni poznalo. 60 odstotkov respondentk je doživljalo PMS. Na vprašanje, kako so takrat ravnale, so odgovorile, da so čakale, da so težave minile, pazile so, da drugi niso vedeli zanje. Ženske tudi niso znale ukrepati. 40 % pa nikoli ni doživljalo predmenstrualnega sindroma. Kar 90 % respondentk meni, da bi bilo prav, če bi bile ženske med menstruacijo manj obremenjene, vsaj v prvih dneh menstruacije, in to predvsem tiste s hudimi težavami. Večina meni, da je to v bistvu nemogoče izvesti.

Med menstruacijo je bilo 30 odstotkov respondentk strah, da ne bi bilo krvavenje premočno ali pa da bolečine ne bi bile prehude. 70 odstotkov je odgovorilo, da jih med menstruacijo ni bilo ničesar strah in da jih zdaj, v menopavzi in po menopavzi prav tako ni ničesar strah. Na vprašanje, kaj jim pomenita menopavza in čas po menopavzi, so respondentke odgovorile, da je to popolnoma normalno dogajanje, ki spada v življenje ženske, da tako mora biti, to je naraven potek, je izguba mesečnega perila, pomeni neko olajšanje, da je konec obdobja menstrualnih ciklusov, pomeni lepše obdobje in svobodo za žensko, pa tudi to, da ženska ni več mlada in plodna. Na vprašanje, ali poznajo menopavzni sindrom, napetost (MPS), je 40 odstotkov odgovorilo pritrdilno in opisalo MPS kot neko psihično napetost, vročinske valove, pa tudi občutek nekoristnosti. 60 odstotkov MPS sindroma ne pozna. Na vprašanje, ali so same doživljale MPS, je 20 odstotkov odgovorilo pritrdilno, od tega je 10 odstotkov respondentk poiskalo pomoč pri zdravniku. V menopavzi je bilo 30 odstotkov respondentk veselih, da nimajo več menstruacije, ki v življenju ženske pomeni neko oviro, neprijetnost. 70 odstotkov respondentk pa se v tem obdobju ni veselilo. 60 odstotkov respondentk se je o menstruaciji, o menstrualnem ciklusu, o menopavzi in o pomenopavznem obdobju pogovarjalo s svojimi bližnjimi. 40 odstotkov pa se o tem ni pogovarjalo. Kot razlog so navedle, da niso hotele s tem obremenjevati drugih in da so to intimne zadeve.

Za menstruacijo so uporabljale predvsem izraze menstruacija, "bolna sem", perilo, perioda, krvavitve, "dobila sem jo". Za menopavzo pa mena, menopavza, "čas, ko sem izgubila perilo". Na vprašanje, ali se jim je kdaj sanjalo o stvareh, povezanih z menstruacijo, je 20 odstotkov respondentk odgovorilo pritrdilno, 80 odstotkov respondentk pa ni še nikoli sanjalo o tem.

Respondentke so navedle lastnosti, ki so po njihovem značilne za ženske: rojevanje, menstruacija, drugačno reagiranje in drugačen pogled na svet, kot ga imajo moški, drugačna zunanost in drugačno obnašanje ter večja nežnost.

Nobena respondentka ne odobrava spolnih odnosov med menstruacijo. Najpogostejša razloga sta nehygieničnost in nepraktičnost. Spolni odnosi med menstruacijo tudi niso zdravi za ženske. Nočejo in ne marajo jih niti zaradi partnerja, ki naj ne bi imel stika z menstrualno krvjo. 80 odstotkov respondentk meni, da je menstrualno krvavenje drugačno kot krvavenje iz kateregakoli drugega dela telesa, ker je menstrualna kri naravna, ker je to krvavenje naraven, normalen pojav in ni izraz neke poškodbe, ker je menstrualna kri umazana in ker se telo čisti. 20 odstotkov respondentk je menilo, da je menstrualno krvavenje enako drugim oblikam krvavenj. 80 odstotkom se menstrualna kri ni gnusila, predvsem ne njihova lastna kri. 20 odstotkov respondentk je bilo do menstrualne krvi indiferentnih. Večini vprašanim so se gnusili odvrženi, že uporabljeni vložki in so takoj pomislile na žensko, ki je vložek tako nemarno odvrгла. Taki odpadki naj ne bi sodili v okolje, temveč v primerne koše za smeti.

70 odstotkov respondentk je menilo, da se ženske spolne zahteve v različnih obdobjih ciklusa spreminjajo. 10 odstotkov je menilo, da se ne spreminjajo, 20 odstotkov pa ni vedelo, kako je s tem. 90 odstotkov respondentk je menilo, da se v različnih obdobjih ciklusa žensko razpoloženje, čustvovanje in delovna zmožnost ter pripravljenost za delo spreminjajo. Omejile so se na čas pred menstruacijo in med njo. Pred menstruacijo so ženske bolj občutljive, napete, zato živčne. So tudi bolj utrujene in manj pripravljene za delo ter težje opravljajo težka fizična opravila. 10 odstotkov respondentk je menilo, da ni nobenih sprememb. 80 odstotkov respondentk je bilo mnenja, da bi se morale ženske ob menstruaciji izogibati težjim fizičnim opravilom, ker povečajo krvavitev, izogibati bi se morale tudi alkoholu, ki prav tako pospeši krvavenje, in hladni vodi. 20 odstotkov respondentk je menilo, da ni potrebe po omejitvah v zvezi s fizičnimi opravili, alkoholom in hladno vodo. Vse respondentke so menile, da bi se morale ženske v času menstruacije zaradi neprijetnega vonja pogosteje umivati, redno menjavati vložke in se preoblačiti.

Asociacije, ki so respondentkam najprej prišle na misel, so bile grajene na zunanjih predstavah, videzu (kri, vložki), na notranjih zaznavah (bolečine, strah pred premočnimi krvavitvami, napetost v prsih in v trebuhu), respondentke so omenjale še nosečnost, čiščenje, higieno, nadlogo. Najpogostejša asociacija je bila kri (38 %), nato rdeča barva, vložki, življenje, higiena, bolečine, nervoznost, ženska, nosečnost, spolnost. Med izrazi je najpogostejši "menstruacija". Uporabilo ga 51 % respondentk.

INTERVJU C

19 odstotkov respondentov je začelo gledati na ženske kot spolna bitja že pred osnovno šolo, 69 odstotkov med osnovno šolo in 3 odstotki po osnovni šoli. 8 odstotkov se ni moglo spomniti, med njimi je največ respondentov iz starostne skupine od 50 do 87 let. Na vprašanje, kaj si predstavljajo pod menstruacijo in menstrualnim ciklusom, 9 odstotkov ni znalo odgovoriti. Drugi so odgovorili, da je menstruacija obvezni del življenja žensk, ženske to pač morajo imeti, menstruacija je del naravnega procesa, je naraven pojav, stvar narave, urejena je z naravo, je nekaj normalnega, predvidljivega in ni znak bolezni, čeprav je ženska takrat bolj občutljiva in ranljiva. V opredelitvi menstruacije izraza normalno/naravno zelo pogosto nastopata skupaj. Menstruacija je vsakomesečna krvavitev, s pomočjo katere se žensko telo čisti, vse dogajanje pa je povezano z rodnim ciklusom. Menstrualni ciklus pa pomeni ponavljajoče se fiziološko dogajanje, proces. Respondenti tudi menopavzo pojmujejo kot normalen, predvidljiv proces, ki pomeni novo obdobje v življenju ženske. Ženska doživlja telesne (prenehanje menstruacije, konec obdobja rodnosti) in psihične spremembe (spremembe v čustvovanju, notranji mir). Za menstruacijo je 8 odstotkov respondentov najprej slišalo pred osnovno šolo, 64 odstotkov med osnovno šolo in 11 odstotkov po osnovni šoli. 14 odstotkov se dogodka ne spomni, 3 odstotki pa na vprašanje niso odgovorili.

Na vprašanje, ali lahko opišejo svoje občutke in predstave, ko slišijo karkoli v zvezi z menstruacijo in menstrualnim ciklusom, so odgovorili, da to ni nič posebnega, ker je pač normalno, urejeno z naravo, naravno dano, gre za normalen pojav, naravni proces, pa tudi breme. Nekateri tudi nimajo nobenih občutkov in predstav, ker pač niso ženske. 67 odstotkov respondentov je menilo, da tudi moški poznajo nekaj takšnega, kot je menstruacija, to se jim pozna na različne načine, na primer v spreminjanju razpoloženja glede na lunine mene. Vpliv se kaže v spreminjajočem se psihičnem in fizičnem počutju, razpoloženju, pripravljenosti za delo. 25 odstotkov je odgovorilo, da moški ne poznajo nič takšnega, kot je menstruacija, 8 odstotkov pa je odgovorilo, da tega ne ve. O ženskem menstrualnem ciklusu in o menstruaciji se je s svojimi bližnjimi pogovarjalo 72 odstotkov respondentov, in sicer s prijatelji in partnerko. 28 odstotkov pa se o tem nikoli ni pogovarjalo. Kot razloge so navedli: ker ni potrebe, ker jih ne zanima in ker so to intimne zadeve. Na vprašanje, ali se spomnijo, da bi kdaj v kakšni družbi pogovor nanesele na menstruacijo in ali je bil pogovor resen ali neresen ter ali jim je bilo nerodno, je 50 odstotkov odgovorilo le z da, 17 odstotkov je odgovorilo, da je bil to resen pogovor, povezan s težavami, ki spremljajo menstruacijo; 17 odstotkov je odgovorilo, da je bil pogovor bolj neresen, v obliki zafrkavanja. 39 odstotkov respondentov pa je povedalo, da pogovor v moški družbi še ni nanesele na menstruacijo. 39 odstotkov respondentov je poznalo

kakšno šalo na račun menstruacije, dogodkov in stvari, povezanih z menstruacijo in z menstrualnim ciklusom. 95 odstotkov respondentov ni poznalo nobene kletvice ali zmerljivke na račun menstruacije, dogodkov ter stvari, povezanih z menstruacijo in menstrualnim ciklusom. 5 odstotkov je znalo povedati le po eno.

Na vprašanje, kako so ravnali, če jih je ženska, ki so jo dobro poznali, poslala po higienske pripomočke, je 72 odstotkov odgovorilo, da gredo zadevo pač kupiti (od teh je 19 odstotkov priznalo, da jim je pri nakupu nerodno, 11 odstotkov je povedalo, da jim sploh ni nerodno, drugi so le povedali, da opravijo nakup). 28 odstotkov je odgovorilo, da higienskih izdelkov za menstruacijo ne kupuje, ker jih ženske ne pošiljajo po nakupu, ker je to ženska stvar. 95 odstotkom respondentov se še nikoli ni sanjalo o stvareh, povezanih z menstrualnim ciklusom, menstruacijo, menopavzo. Na vprašanje, katere poteze so po njihovem mnenju tiste, ki so posebej značilne za ženske in zaradi katerih so ženske res ženske, so se odgovori nanašali na predstave o zunanjih, telesnih značilnostih žensk (prsi, boki), njihove vedenjske (način hoje, nežnost) in psihične (čustva, občutljivost) značilnosti, sposobnost rojevanja, materinstva. Le 8 odstotkov je omenilo menstruacijo.

31 odstotkom so spolni odnosi med menstruacijo všeč. Večina jih ima le občasno, in sicer, če ne gre drugače in če imajo partnerko zares radi. 11 odstotkov je preneslo odgovornost na partnerko z odgovorom, da imajo spolne odnose, če se ona strinja. 50 odstotkom spolni odnosi v času menstruacije niso všeč, ker je to neestetsko, ni higiensko, je neugodno za žensko iz zdravstvenih razlogov, ker je treba proces pustiti pri miru. Zanimivo je, da je veliko starejših respondentov proti takšnim vrstam spolnih odnosov (ker jih ne odobrava, ker mu to pač ni všeč). 8 odstotkov pa je odgovorilo le to, da še nima spolnih odnosov. 36 odstotkov je na vprašanje, kako gledajo na menstrualno kri, odgovorilo, da je menstrualna kri enaka krvi iz kateregakoli drugega dela telesa in odgovora niso utemeljevali. 58 odstotkov respondentov je menilo, da je menstrualna kri drugačna, in sicer zato, ker je to naraven proces, pojav, ni posledica neke poškodbe, rane in ni nevarna oblika krvavenja, je normalna, ker se ve, kako do tega pride, kaj se dogaja. 6 odstotkov o tem ni imelo nobenega mnenja. 47 odstotkov respondentov ni čutilo odpora do menstrualne krvi (to je nekaj, kar je urejeno, ne občutijo gnusa, ker vedo, od česa pride, to je normalno, nekaj, kar je urejeno z naravo, tako je in ne more biti drugače). 40 odstotkov je občutilo odpor, 13 odstotkov pa ni imelo nobenega odnosa. Večini respondentov so se gnusili odvrženi, že uporabljeni higienski vložki. Ti vložki jih motijo in večina je takoj pomislila na žensko, ki je odvrгла vložek, na njeno nemarnost, in da odpadki, povezani s telesnimi izločki, ne spadajo v okolje. 64 odstotkov je menilo, da se ženske spolne zahteve v različnih obdobjih ciklusa spreminjajo. 14 odstotkov je menilo, da ne, 3 odstotki respondentov niso odgovori, 19 odstotkov pa tega ne

ve. Anketiranci odgovorov niso utemeljevali. 83 odstotkov respondentov je menilo, da se žensko razpoloženje, čustvovanje in ženska delovna zmožnost ter pripravljenost na delo spreminjajo v različnih obdobjih ciklusa. Pri tem so se omejili le na čas menstruacije in obdobje pred menstruacijo in po njej. Ženske naj bi težje opravljale delo, v tem času so bolj čustvene, občutljive, vse to je za ženske psihična obremenitev. 3 odstotki so menili, da se ženske ne spreminjajo, 14 odstotkov pa odgovora ni vedelo.

Na vprašanje, ali bi se morale ženske ob menstruaciji izogibati nekaterim opravilom, jedem in pijačam, je 58 odstotkov odgovorilo, da bi se morale izogibati težjim fizičnim opravilom, ker to povzroča močnejše krvavitve; ne bi se smele kopati v hladni vodi, ne bi smele uživati alkohola, ker širi žile, zato je krvavenje močnejše. 17 odstotkov je mnenja, da je ravnanje odvisno od ženske same in njenih težav, saj ona najbolje ve, kaj ji ustreza in kaj ne. 17 odstotkov je odgovorilo le z ne, 8 odstotkov pa na to vprašanje ni znalo odgovoriti.

61 odstotkov je na vprašanje, ali bi morale ženske med menstruacijo spremeniti, prilagoditi katero od običajnih higienskih navad, odgovorilo, da bi morale. Ženske naj bi takrat bolj intenzivno skrbele za higieno, to pomeni več umivanja in pogostejše preoblačenje. 25 odstotkov misli, da ni treba spreminjati navad, če ima ženska že na splošno urejene higienske običaje. 14 odstotkov pa odgovora na to vprašanje ni vedelo. 70 odstotkov je poznalo predmenstrualni sindrom (PMS). Pojav so opisali kot nerazpoloženost, živčnost ter napetost in slabo počutje. Omenjali so tudi telesne spremembe (napete prsi in trebuh). 30 odstotkov PMS ne pozna. 47 odstotkov respondentov je poznalo PMS tudi konkretno. Nekateri na spremembe ob tem niso reagirali in so ženske pustili pri miru, nekateri pa niso veliko storili, ker so vedeli, za kaj gre, skušali so se prilagoditi in biti obzirni. 42 odstotkov ne pozna PMS konkretno, 11 odstotkov pa je na vprašanje odgovorilo z "ne vem".

78 odstotkov respondentov je menilo, da bi bilo prav, če bi bile ženske med menstruacijo na splošno manj obremenjene, in sicer naj ne bi opravljale težkih fizičnih opravil. 14 odstotkov je proti temu predlogu, ker tega pač ne bi smeli travmatizirati, ker je to popolnoma naraven cikel. 8 odstotkov pa na vprašanje ni odgovorilo.

Večina respondentov je bila sposobna naštetih več izrazov, ki so jih uporabljali za menstruacijo. Kategorije besed, ki označujejo menstruacijo, so vključevale poleg običajnih, kot so menstruacija, mesečno perilo, perioda, perilo, tudi poimenovanja, ki označujejo rdečo barvo (tardeča, krvava, paradajz teden, revolucija, teta izpod Krvavca), besedne sklope, ki menstruacijo personificirajo kot obiskovalko, obiskovalce (teta iz Amerike, Turki, Rusi prihajajo), besede, ki se nanašajo na posebno stanje med menstruacijo ("bolna sem" – sintagma

implicira, da je menstruacija analogna bolezni – ženska je bolna). Respondenti so največkrat uporabili izraz menstruacija (67 odstotkov). Kategorije besed, asociacij v zvezi z menstruacijo, ki so respondentom najprej prišle na misel, vključujejo besede, ki se nanašajo na ciklično ponavljanje (ciklus, teden, periodičnost, proces, luna, konec, začetek), obdobja (nosečnost), higieno (vložki, tamponi, perilo, umivanje), na kri (kri, rdeča barva), spolnost. Izrazi, ki vključujejo specifična stanja med menstruacijo, so živčnost, slabo razpoloženje. Malo je izrazov, ki ne izhajajo iz zunanje grajenih predstav in videza, temveč iz notranjih zaznav (bolečine, glavobol, neugodje, neprijetnost). Asociacije, kot je kri, je omenilo 11 odstotkov, rdečo barvo 11 odstotkov, vložke 11 odstotkov, življenje 3 odstotki, bolečine 6 odstotkov, razdražljivost 35 odstotkov, ženska 17 odstotkov, rojevanje 6 odstotkov, spolnost (spolni odnosi, odsotnost spolnih odnosov med menstruacijo) 11 odstotkov in teden 3 odstotki.

SKLEP

Različne svetovne kulture raznoliko dojemajo menstruacijo. Spekter predstav je širok in sega od posebnega in posvečenega do nečistega. Naša družba je usmerjena k “nečistemu” delu spektra. Med gledanjem televizije pogosto vidimo oglas, ki promovira vložke in tampone, vendar si ne moremo misliti, da bi ženske s temi izdelki rokovale sproščeno in brez strahu pred pogledom drugega. Ženske so v zadregi glede menstrualnega krvavenja, to sta drža in vedenje, ki ju družba spodbuja: oglaševanje govori, naj ženske uporabljajo proizvode za menstrualno higieno, ker ti prikrivajo menstruacijo, preprečujejo vonj in podobno. V razvitem svetu družba subtilno usmerja žensko, da v vsakdanjem življenju ponotranji in sprejme samoumevnost in hkrati prikrievanje menstruacije. Menstruacija tako posledično ni vezana na primarno označevanje plodnosti, pozitivitete in sveto žensk. Čeprav ženske in moški pojmujejo menstruacijo kot nekaj normalnega in samoumevnega, menijo, da je potrebno čas menstrualnega krvavenja prikriti, prav tako kot spremljajoče težave: bolečine, nerazpoloženje, napetost in slabo počutje. Pojmovanje menstruacije je osredotočeno na golo dogajanje. Usmerjeno je k temu, da čas menstrualnega krvavenja čimprej mine, čeprav je hkrati naravno in normalno. Kot samoumevne dojemajo ženske tudi spremljajoče težave. Usmerjanje k prikritosti in samoumevnosti časa menstruacije ženskam onemogoča vsakršno možnost obračanja vase in k svojemu telesu. Menstruacija ostaja tabu, ki je racionaliziran, je v normalnem, naravnem in vsakdanjem.