

Zašto se još uvijek sramimo razgovarati o menstruaciji?

Postoji li poveznica između srama vezanog uz menstruaciju i edukacije o istoj? Zašto žene smatraju da je sramotno spominjati svoj ciklus u javnosti? Zašto bi, zapravo, samo žene bile te koje bi trebale znati o "onim" stvarima? Dajemo li dobar primjer generacijama koje dolaze?

[Intimina](#) je nedavno provela anketu među svojim pratiteljima, a zaključak je sljedeći: gotovo 70% ispitanika vjeruje da adolescenti nisu dovoljno obrazovani u vezi svog seksualnog zdravlja - i to ne samo djevojke, već i dječaci. Nemojmo zaboraviti da informiranost o ovim stvarima nije stvar spola, već cijelog čovječanstva.

Što više znamo i što se više trudimo ukloniti tabu o intimnom zdravlju, to je veća šansa da buduće generacija imaju više samopouzdanja. Iako većina smatra da osnovno obrazovanje dobiva na satovima biologije, to je ipak nedovoljno, a pogotovo kad je riječ o menstruaciji i tome što zapravo menstruacija predstavlja za ženu. Jedna od ispitanica to je savršeno sažela: "Činjenice su tu, postoje klinički podaci o prosječnom trajanju ciklusa, spolno prenosivim bolestima, prevenciji trudnoće i slično, ali kad je riječ o poučavanju i o tome što znači biti žena, ne dobivamo ništa. Nitko vam ne govori kako će biti teško prihvatiti činjenicu da jednom mjesečnom gubite konce jer vas PMS pretvori u čudovište zbog podivljalih hormona, ili da nije toliko strašno ako vam u javnosti procuri menstruacija, ili da će možda netko iskoristiti menstruaciju kao izgovor za vaše ponašanje ili čak znak slabosti. Nitko vam ne govori o prirodnim načinima na koje se možete brinuti o svom zdravlju. Dobivamo preporuke za higijenske proizvode, lijekove protiv bolova i tablete za dan poslije kao da je menstruacija bolest, ali nitko nas ne informira o nuspojavama niti nam govori da to prihvatimo kao dio sebe."

Što se tiče rasprave o intimnim higijenskim proizvodima, 59% ispitanika smatra da mlade djevojke nemaju dovoljno znanja kako bi donosile prave odluke, iako, od tih 59%, 29% onih koji žive u urbanim područjima kaže da dostupnost alternativnih opcija poput primjerice čašica nije problem, već nedostatak informacija. Ispitanici iz ruralnih dijelova napominju da im je jedina opcija za kupnju alternativnih proizvoda online trgovina, no 64% njih navodi da bi se osjećali ugodnije kad bi mogli fizički vidjeti i primiti proizvod prije kupovine.

Za problem vezan uz dostupnost informacija o kontracepciji i profilaktičkim metodama, najviše ispitanika navodi kako je najveći problem dob adolescenata kada ih krenu koristiti. U 57% zabilježenih odgovora utvrđeno je da maloljetnici nemaju dovoljno informacija o ovome od pouzdanih izvora (škole, medicinske ustanove), već koriste internet ili prijatelje kako bi dobili potrebne informacije.

Upravo zbog nedostatka informacija proizlazi nedostatak povjerenja u traženju savjeta o intimnom zdravlju, a u to vjeruje 71% ispitanika Intimina ankete. Različitim akcijama, primjerice boljim oblicima seksualnog odgoja u školama i ohrabivanjem mladih, posebice djevojaka, da budu odgovorni prema svojem tijelu, samo su neki od prijedloga kojima bi se mogla popraviti statistika.

Intimina vjeruje da sve žene, a osobito mlade djevojke, zaslužuju imati sve informacije vezane uz intimno zdravlje kako bi mogle donositi ispravne odluke o svome tijelu. Važno je naglasiti da ekonomski status ovdje ne smije stvarati nikakve razlike. Siromaštvo i mensturacija i dalje su veliki problem i jedini način da se riješi je da obrazovne institucije surađuju s brendovima intimnog zdravlja kako bi svim adolescentima pružili sve što im je potrebno kako bi bili zadovoljni odlukama koje donose u vezi svog tijela, a što je najvažnije, kako bi se osjećali dovoljno samouvjereni da potraže stručne savjete bez obzira na problem koji imaju, a pogotovo - bez obzira na spol.