

Univerzity Karlovy v Praze

Filozofická fakulta

Ústav etnologie



FILOZOFICKÁ FAKULTA
UNIVERZITY KARLOVY
V PRAZE

Bakalářská práce

Anastázie Kovalčuková

Menstruace: osobní a mediálně zprostředkovaný vztah k tělu

Menstruation: personal and medially vicarious relation to the
body

Praha 2016

Vedoucí práce: doc. PhDr. Martin Soukup, Ph.D.

Na tomto místě bych chtěla poděkovat vedoucímu práce doc. PhDr. Martinu Soukupovi, Ph.D. za trpělivé vedení, paní doc. PhDr. Ireně Štěpánové, CSc. za rady a také mému životnímu partnerovi Petru Sedláčkovi za podporu při vytváření této práce.

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracovala samostatně, že jsem řádně citovala všechny použité prameny a literaturu a že práce nebyla využita v rámci jiného vysokoškolského studia nebo k získání jiného nebo stejného titulu.

V Praze, dne 8. 7. 2016

Anastázie Kovalčuková

Obsah

Úvod.....	6
1. Terminologie.....	7
2. Biologické aspekty menstruačního cyklu	11
2.1 Teorie existence menstruace	11
2.2 Menarché a hormonální změny.....	11
2.3 Mechanismus menstruace	12
3. Vnímání ženského měsíčního krvácení v historii	14
3.1 Postavení ženy a vnímání menstruace od středověku do 20. století.....	14
3.2 Menstruační pomůcky v minulosti	24
4. Výsledky dotazníkových šetření	25
4.1 Metodologie	25
4.2 Výsledky otázek.....	28
4.2.1 „1. Jak prožíváte a jak se stavíte ke své menstruaci?“	28
4.2.2 „3. Komplikuje Vám menstruace život?“	29
4.2.3 „5. Dělá Vám problém mluvit otevřeně o menstruaci? Mluvíte o menstruaci s jinými ženami? Mluvíte o menstruaci se svými doktory (doktorkami)?“	30
4.2.4 „6. Pokud máte partnera, mluvíte s ním o menstruaci? Jakým způsobem a jak často?“	31
4.2.5 „12. Myslíte si, že by bylo lepší, kdyby ženy nemenstruovaly?“	32
4.3 Výsledky dotazníkového šetření provedeného s gynekology.....	33
4.4 Výsledky dotazníkového šetření provedeného se zástupci firem	35
5. Menstruace a média	38
5.1 Čistota a nemoc.....	38
5.2 Moderní hygienické menstruační pomůcky.....	39
5.3 Fenomén „modré menstruace“	44
5.4 Předsudky a pověry v dnešní době	49
5.5 Menstruace v internetových článcích	57
5.6 Menstruace jako slovo	59
6. Prožití menarché	61
Závěr	65

Seznam použité literatury	67
Internetové zdroje	70

Úvod

Bakalářská práce se zaměřuje na otázku, do jaké míry jsou české ženy ovlivněny informacemi o menstruačním krvácení médií s poukazem na historický kontext. Zkoumány jsou vzorky tří věkových kategorií pomocí dotazníkového šetření a jeden vzorek prostřednictvím analýzy rozhovorů. Dále na otázky zaměřující se na vnímání periody pacientkami zodpověděli tři gynekologové a jedna gynekoložka. Pro porovnání byl zařazen získaný dotazník od zástupce firmy distribuující hygienické pomůcky. Práce je rozdělena do pěti částí: zpočátku je vymezena terminologie obsahující termíny dále používané v textu, následuje kapitola Biologické aspekty menstruačního cyklu vysvětlující fungování tohoto mechanismu v těle. Další blok představuje kapitola Vnímání ženského měsíčního krvácení zaměřená na historická fakta týkající se menstruace a jeho zasazení do dobového kulturního kontextu společně s uvedením menstruačních pomůcek, které byly v minulosti používány. Následující část Výsledky dotazníkových šetření je věnována metodologii a charakteristice provedeného výzkumu mezi ženami, gynekology a firmami prodávajícími hygienické menstruační pomůcky, přičemž převážná většina tematických otázek je zahrnuta pod určitými kapitolami, aby buď potvrdily, nebo vyvrátily to, co bylo zjištěno z jiných zdrojů. Poslední část bakalářské práce se věnuje mediálnímu obrazu menstruace a věnuje se takovým tématům, jako například různé druhy hygienických pomůcek, používání modré tekutiny v televizních reklamách nebo českému internetovému prostředí. Pro vytvoření práce byly použity nejen bibliografie, ale také internetové zdroje a názory žen, kvůli snaze zachytit aktuální vnímání menstruace veřejností.

1. Terminologie

Termín *menstruace* pochází z latinského slova *mensis* nebo řeckého slova *mene* označujících měsíc. Kromě tohoto výrazu se pro označení každoměsíčního ženského krvácení používají i jiné názvy: menzes, menses, menstruační cyklus, perioda, měsíčky, krámy, krvácení, své dny, perioda, špinění, čmýra, ale také maliny, teta Irma nebo „to“ (více se názvosloví věnuji v podkapitole *Menstruace jako slovo*). *Menstruační cyklus* běžně trvá 28 dní, stejně jako oběh Měsíce kolem Země. První den menstruačního cyklu je totožný s prvním dnem krvácení, protože je to nejnápadnější znamení v celém cyklu těla a je jasné a viditelné. Menstruační krev, i přes své označení, se skládá nejen z krve, ale také z malého množství krevních destiček, odumřelé tkáně endometria, enzymu plazminu a výtoků z čípku a vagíny.¹ Menstruace je označením pro obvykle 3 až 7 denní období krvácení z dělohy a je spouštěna snížením hladiny progesteronu v těle; tím se způsobí přerušení dodávání kyslíku do tkáně. Toto období ženy prožívají různě: některé trpí bolestmi nebo křečemi v břišní oblasti, únavou, migrénami, ale i depresí apod. Jiné nepocítují žádné příznaky. Podobné nepříjemné pocity se mohou objevovat několik dní před každoměsíční periodou a označují se jako souhrnný termín premenstruační syndrom (PMS). Tyto hormonální změny se v ženském těle cyklicky opakují až do menopauzy a jsou ovlivněny konstitucí, stravou,

¹ ANGIER, N. *Žena – intimní místopis*. Vydání 1. Brno: Zoner Press, 2006. ISBN: 80-86815-46-3, s. 89, 90,

BENNETT, Jane. *Požehnání, ne prokletí*. Praha: DharmaGaia, 2014. ISBN: 978-80-7436-048-0, s. 18,

HOŘEJŠÍ, J. *Gynekologické problémy u děvčátek a dospívajících dívek*. Vydání 1. Praha: Grada Publishing, 2003. ISBN: 80-247-0553-2, s. 59, 60, 66,

KAUDER-NALEBUFF, Rachel. *Moje malá červená knížka*. Vydání 1. Praha: Rybka Publishers, 2009. ISBN: 978-80-87067-87-1, s. 196-197,

NORTHRUPOVÁ, Christiane. *Žena: Tělo a duše*. Praha: Columbus, 2004. ISBN: 80-7249-092-3, s. 122,

VIGUÉ, Jordi. (ed.). *Zdraví ženy*. Vydání 1. Čestlice: Rebo Productions, 2006. ISBN: 80-7234-534-6, s. 14,

antikoncepcí, mírou stresové zátěže, ale také i feromony.² Tento biologický jev byl a bývá v různých kulturách pojímáný buď negativně, nebo pozitivně (a v malém počtu případů neutrálně). Častokrát je žena povinna dodržovat různé zákazy, ať už z důvodu ochrany ostatních před znečištěním nebo kvůli ochraně sama sebe v době, kdy je zranitelnější.³ Běžně se po těchto „nečistých dnech“ musí očistit, aby mohla opět participovat na běžném koloběhu života ve společnosti (např. hinduismus, Indie). V jiných kulturách má menstruační krvácení naopak pozitivní význam a může být pokládána za požehnání, přičemž po menstrujících ženách může být požadován rituál požehnání pro členy komunity (např. původní tradice Navahů, USA). V Evropě, Americe a jiných ekonomicky rozvinutějších zemích je menstruační krvácení dodnes do jisté míry tabuizované, což je přisuzováno historickému vlivu křesťanské tradice, a je více považováno za nečistotu z důvodu silného vlivu medicínského výkladu menstruace.⁴

WORELL, Judith, ed. *Encyclopedia of women and gender: sex similarities and differences and the impact of society on gender*. London: Academic Press, 2001. 2 sv. ISBN 0-12-227247-1, p. 740-741.

² KOLÁŘOVÁ, M. *Bolestivá menstruace I*. Vydání 1. Praha: Triton, 2003. ISBN: 80-7254-315-6, s. 10,

LIVOTIOVÁ, Carol, TOPPOVÁ, Elizabeth. *Vagina – manuál pro majitelky*. Vydání 1. Praha: Smart Press, Grada Publishing, 2005. ISBN: 80-239-4113-5, s. 29-33,

NORTHRUPOVÁ, Christiane. *Žena: Tělo a duše*. Praha: Columbus, 2004. ISBN: 80-7249-092-3, s. 138-139,

SHREEVE, Caroline. *Obtížné dny*. Vydání 1. Praha: Maxdorf, 1998. ISBN: 80-85800-75-6, s. 13-16, 19-22,

VIGUÉ, Jordi. (ed.). *Zdraví ženy*. Vydání 1. Čestlice: Rebo Productions, 2006. ISBN: 80-7234-534-6, s. 18,

WILLIAMSOVÁ, Norma, EINZIGOVÁ, Hetty. *Nová kniha o zdraví ženy*. Vydání 1. Praha: Fortuna Print, 1993, s. 12.

³ BUCKLEY, Thomas a GOTTLIEB, Alma (eds.). *Blood magic: The anthropology of menstruation*. Berkeley: University of California Press, 1988. ISBN 0-520-06350-3, p. 7.

⁴ MALTI-DOUGLAS, Fedwa, ed. *Encyclopedia of sex and gender*. Detroit: Macmillan Reference, 2007. 3. sv. (lii, 1682 s.). Macmillan social science library. ISBN 978-0-02-865963-3, p. 991,

MEISENBACH BOYLANOVÁ, Kristi. *Sedm posvátných fází menarché: Spirituální cesta dospívající dívky*. Praha: DharmaGaia, 2013. ISBN: 978-80-7436-041-1, s. 11-12,

Společně s termínem menstruace se pojí výraz *menarché* představující první menstruaci mladé dívky. Menarché nastává mezi (někdy udávanými 10.) 11. a 16. rokem života. Slovo pochází z řeckých výrazů *mene*, označující měsíc, a *arché*, znamenající začátek. V různých kulturách je dodnes indikátorem dospělosti a plodnosti a je doprovázena přechodovými rituály, ne však v západních globalizovaných a sekularizovaných státech. Na menarché mají vliv výživa, prostředí a genetika.⁵

Tabu je pojem velice často v odborné literatuře spojovaný se slovem menstruace. Menstruace je totiž bez vysvětlení velmi zvláštním a neovlivnitelným jevem, který tabu nějakým způsobem charakterizuje a začleňuje do společnosti, umožňuje ji uchopit a dát jí určitý symbolický význam, který umožňuje zpětnou vazbu v podobě omezení, privilegií nebo jen její prosté přijetí do koloběhu života.⁶ Z Polynésie, souostroví Tonga, byl pojem rozšířen díky mořeplavci Jamesovi Cookovi. Samotný termín pochází z polynéského slova *tapu*: *ta* znamená označit, znamení a *pu* zas mocný, intenzivní. Tabu tedy lze přeložit jako „důkladně označen“ nebo „mocné znamení“⁷. Podle knihy *Blood magic: The*

SMITH, Rick. Celebrating the Transition to Womanhood: The Kinaaldá Ceremony in the Navajo Nation. *Anthropology 175: Peoples of the World* [online]. [Vid. 23. 6. 2015]. Dostupné z <http://www.units.miamioh.edu/ath175/student/SMITHRW2/index.html>.

⁵ MEISENBACH BOYLANOVÁ, Kristi. *Sedm posvátných fází menarché: Spirituální cesta dospívající dívky*. Praha: DharmaGaia, 2013. ISBN: 978-80-7436-041-1, s. 107,

SHREEVE, Caroline. *Obtížné dny*. Vydání 1. Praha: Maxdorf, 1998. ISBN: 80-85800-75-6, s. 29-30,

VIGUÉ, Jordi. (ed.). *Zdraví ženy*. Vydání 1. Čestlice: Rebo Productions, 2006. ISBN: 80-7234-534-6, s. 13, 17,

WILLIAMSOVÁ, Norma, EINZIGOVÁ, Hetty. *Nová kniha o zdraví ženy*. Vydání 1. Praha: Fortuna Print, 1993, s. 9,

WORELL, Judith, ed. *Encyclopedia of women and gender: sex similarities and differences and the impact of society on gender*. London: Academic Press, 2001. 2 sv. ISBN 0-12-227247-1, p. 740.

⁶ MIHOLOVÁ, Monika. *Menstruace jako tabu. Krvácející kulturní tělo* [online]. Brno. 2011. [Vid. 24. 9. 2015] Dostupné z: http://is.muni.cz/th/262118/fss_b/. Bakalářská práce. Masarykova univerzita, Fakulta sociálních studií. Vedoucí práce Mgr. Eva Šlesingerová, Ph.D., s. 7.

⁷ KRAFT, Hartmut. *Tabu: Magie a sociální skutečnost*. Vydání 1. Praha: Mladá fronta, 2006. ISBN 80-204-1345-6, s. 30-31.

*anthropology of menstruation*⁸ to byl Franz Steiner⁹, kdo zkoumal původ významu slova. Na druhou stranu titul *Tabu: Magie a sociální skutečnost*¹⁰ uvádí lékaře Shortlanda jako toho, kdo poskytl obecně přijímanou podobu významu slova. Tabu ve svém původním významu neznamená pouze zákaz, ale spíše něco nedotknutelného z důvodu posvátnosti (v návaznosti na polynéské pojetí *mana*, čili nadpřirozené moci, která se v různém množství vyskytuje v různých objektech i jedincích – například vysoký podíl *mana* se nachází v náčelníkovi a nikdo s nižší *mana* se ho nesmí dotknout). V západním a vědeckém prostředí je termín tabu zafixován jako něco zakázaného, „o čem se nemluví“. I přes tendence udávat muže jako ustanovovatele menstruačního tabu, není vyloučené, že se na omezeních podílely i ženy – a to ve smyslu ulehčení během vyčerpávajícího (a bolestivého) měsíčního krvácení.¹¹

Endometrium, jinak také známá pod názvem výstelka, je vícevrstvá načechraná sliznice nacházející se v děloze. Je to materiál, který vychází společně s krví během menstruace a který se každoměsíčně obnovuje. V případě otěhotnění se ve výstelce uchycuje oplodněné vajíčko, je jí společně se žlutým tělískem vyživováno a později se endometrium přeměňuje v placentu, která vyživuje dítě a dodává mu kyslík.¹²

⁸ BUCKLEY, Thomas a GOTTLIEB, Alma (eds.). *Blood magic: The anthropology of menstruation*. Berkeley: University of California Press, 1988. ISBN 0-520-06350-3.

⁹ STEINER, Franz. *Taboo*. Reprint. London: Routledge, 2004. ISBN 9780415330404.

¹⁰ KRAFT, Hartmut. *Tabu: Magie a sociální skutečnost*. Vydání 1. Praha: Mladá fronta, 2006. ISBN 80-204-1345-6.

¹¹ BUCKLEY, Thomas a GOTTLIEB, Alma (eds.). *Blood magic: The anthropology of menstruation*. Berkeley: University of California Press, 1988. ISBN 0-520-06350-3, p. 8, 14, KRAFT, Hartmut. *Tabu: Magie a sociální skutečnost*. Vydání 1. Praha: Mladá fronta, 2006. ISBN 80-204-1345-6, s. 28-29,

MIHOLOVÁ, Monika. *Menstruace jako tabu. Krvácející kulturní tělo* [online]. Brno. 2011. [Vid. 24. 9. 2015] Dostupné z: http://is.muni.cz/th/262118/fss_b/. Bakalářská práce. Masarykova univerzita, Fakulta sociálních studií. Vedoucí práce Mgr. Eva Šlesingerová, Ph.D., s. 8.

¹² ANGIER, N. *Žena – intimní místopis*. Vydání 1. Brno: Zoner Press, 2006. ISBN: 80-86815-46-3, s. 90-93,

KOVAŘČÍKOVÁ, Petra Ann. *Menstruace jako sociokulturní konstrukt* [online]. Praha 2010. Dostupné z:

2. Biologické aspekty menstruačního cyklu

2.1 Teorie existence menstruace

Důvod, proč existuje menstruace, je dodnes nevysvětlený. Existuje několik teorií, které se snaží tento druh krvácení vysvětlit. Například teorie Margie Profetové tvrdí, že se jedná o nákladný samočistící mechanismus. Tato teorie se neujala zejména proto, že během období menstruace je naopak hlen velice řídký a ženské pohlavní orgány jsou více exponovány patogenům. Také část vylučované tkáně je vstřebávána zpětně do těla, což neumožňuje úplnému „očišťení“ organismu a naopak vystavuje vnitřní orgány přímému nebezpečí nákazy. Nevíce přijímaným odůvodněním je teorie Beverly Strassmannové, že se jedná o snahu těla šetřit energii, která by jinak byla neekonomicky využita udržením staré sliznice, která po ovulaci vyžaduje „*sedmkrát více kyslíku než po menstruaci, kdy je nejchudší*“¹³. Nová a pevná sliznice je lepší investicí pro případné úspěšné těhotenství. Důvodem, proč je výstelka vyplavována krví, je velikost lidské dělohy.¹⁴

2.2 Menarché a hormonální změny

První menstruace, čili menarché je důsledkem již dřívější práce hormonů v těle dívky. „*Do věku tří či čtyř let dítěte struktura v jeho hypotalamu, které se*

[http://www.mesicvnas.cz/wp-](http://www.mesicvnas.cz/wp-content/uploads/2012/03/DP_Kovarcikova_Menstruace_jako_sociokulturni_konstrukt.pdf)

[content/uploads/2012/03/DP_Kovarcikova_Menstruace_jako_sociokulturni_konstrukt.pdf](http://www.mesicvnas.cz/wp-content/uploads/2012/03/DP_Kovarcikova_Menstruace_jako_sociokulturni_konstrukt.pdf).

Diplomová práce. Pražská vysoká škola psychosociálních studií. Vedoucí práce PhDr. Martin

Soukup, Ph.D., s. 18, 80,

SHREEVE, Caroline. *Obtížné dny*. Vydání 1. Praha: Maxdorf, 1998. ISBN: 80-85800-75-6, s. 17, 136,

WORELL, Judith, ed. *Encyclopedia of women and gender: sex similarities and differences and the impact of society on gender*. London: Academic Press, 2001. 2 sv. ISBN 0-12-227247-1, p. 739.

¹³ ANGIER, N. *Žena – intimní místopis*. Vydání 1. Brno: Zoner Press, 2006. ISBN: 80-86815-46-3, s. 90.

¹⁴ Ibid., s. 92-94,

BENNETT, Jane. *Požehnání, ne prokletí*. Praha: DharmaGaia, 2014. ISBN: 978-80-7436-048-0, s. 20-21.

říká pulzní generátor, gonadotropin-releasing hormonu, poklidně odtikává a vylučuje malá množství reprodukčních hormonů. (...) Dívčiny vaječníky na tuto pulzující zprávu reagují tím, že pro změnu vyloučí malé množství vaječnickových hormonů.¹⁵ V době, kdy skončí batolecí období života, se tento mechanismus zastaví a až v období kolem deseti let života začnou nadledvinky vylučovat nejen adrenalin, ale i trochu pohlavních hormonů. Později, kolem dvanáctého věku začne fungovat hypotalamus tak, že se spustí vytváření pohlavních hormonů. To se stane bez ohledu na ostatní činitele ve chvíli, kdy dívka dosáhne váhy 45 kg (podle autorů a lékařů Jana Hořejšího a Caroline Shreevové musí dívky dosáhnout váhy 47 kg). Také se v této době spustí produkce hormonů z vaječníků, zejména (nejdůležitějšího) estrogeneru, které mají zásadní vliv na vývoj. Kvůli jejich funkci se o něco málo později u mladých dívek dostavuje menstruace. Zajímavé je, že z lékařského hlediska nepředstavuje menstruace završení dospívání. To představuje cyklicky opakovaná ovulace, která se po první menstruaci stabilizuje přibližně až po dvou letech.¹⁶

2.3 Mechanismus menstruace

Během prvního dne menstruace ženě začíná krvácení a v tomto období vaječníky zůstávají v klidu a neprodukují žádné hormony. Na druhou stranu hypotalamus vysílá hormon uvolňující gonadotropin (GnRH), tím aktivuje hypofýzu, která vyšle soubor gonadotropních hormonů do vaječnicků, které tím později uvede v činnost. Tím způsobí, že začnou produkovat estrogen, a začnou v nich dozrávat folikuly. Také v jedné z dalších fází způsobí růst endometria. Vaječníky zároveň cyklicky přeměňují testosteron na estrogen, což má zásadní vliv na cykličnost menstruace. Po dvanácti až čtrnácti dnech nejzralejší folikul praskne a uvolní vajíčko díky luteinizačnímu hormonu vyslanému z mozku.

¹⁵ ANGIER, N. *Žena – intimní místopis*. Vydání 1. Brno: Zoner Press, 2006. ISBN: 80-86815-46-3, s. 138.

¹⁶ ANGIER, N. *Žena – intimní místopis*. Vydání 1. Brno: Zoner Press, 2006. ISBN: 80-86815-46-3, s. 138-139,

HOŘEJŠÍ, J. *Gynekologické problémy u děvčátek a dospívajících dívek*. Vydání 1. Praha: Grada Publishing, 2003. ISBN: 80-247-0553-2, s. 46, 50, 55,

SHREEVE, Caroline. *Obtížné dny*. Vydání 1. Praha: Maxdorf, 1998. ISBN: 80-85800-75-6, s. 31.

Ostatní folikuly se vstřebají a zaniknou. Poté, co se vytvoří žluté tělísko (corpus luteum), postoupí vejcovodem do dělohy, přičemž vyloučí progesteron (a také trochu estrogenu), což způsobí zkyprění endometria, které se tímto připraví pro uhnízdění případného zárodku. Pokud nedojde k oplodnění, po deseti dnech se žluté tělísko rozpustí, poklesne hladina estrogenu a také klesne míra progesteronu na své minimum. Poté nastane menstruace. Různorodost menstruačního trvání a vedlejších efektů je ovlivněna tím, že se děloha i vaječníky nachází celkem volně v břišní dutině, aby hormony, které ústrojí ovlivňují, mohly snáze a efektivněji ovlivňovat tyto orgány.¹⁷ Krvácení je závislé na třech zakroucených artériích ústících do dvou svrchních vrstev endometria. Tyto tepny, které by jinak zásobovaly plod krví, se přibližně den před začátkem menstruace stáhnou a uzavřou, čímž zamezí prokrvování daných vrstev endometria a způsobí jejich odumření. Po nějaké době se tepny opět otevřou a do odumřelé tkáně začne proudit krev. Tato krev se nahrne do míst (Natalie Angier je popisuje jako „kapsy“) za endometriem a protržení těchto krví naplněných oblastí způsobí samotnou menstruaci a vyplavování odumřelé tkáně. Menstruace je ukončena opětovným stažením artérií a zacelením endometria novou tkání.¹⁸

¹⁷ ANGIER, N. *Žena – intimní místopis*. Vydání 1. Brno: Zoner Press, 2006. ISBN: 80-86815-46-3, s. 140-142, 156, 167,

HOŘEJŠÍ, J. *Gynekologické problémy u děvčátek a dospívajících dívek*. Vydání 1. Praha: Grada Publishing, 2003. ISBN: 80-247-0553-2, s. 46, 59,

NORTHRUPOVÁ, Christiane. *Žena: Tělo a duše*. Praha: Columbus, 2004. ISBN: 80-7249-092-3, s. 123,

SHREEVE, Caroline. *Obtížné dny*. Vydání 1. Praha: Maxdorf, 1998. ISBN: 80-85800-75-6, s. 17, 19,

WORELL, Judith, ed. *Encyclopedia of women and gender: sex similarities and differences and the impact of society on gender*. London: Academic Press, 2001. 2 sv. ISBN 0-12-227247-1, p. 731, 741.

¹⁸ ANGIER, N. *Žena – intimní místopis*. Vydání 1. Brno: Zoner Press, 2006. ISBN: 80-86815-46-3, s. 90.

3. Vnímání ženského měsíčního krvácení v historii

3.1 Postavení ženy a vnímání menstruace od středověku do 20. století

Ve 4. století našeho letopočtu po uzákonění křesťanství jako státního a jediného náboženství začala vznikat různá nařízení týkající se menstruace. Opírala se o Bibli, ve které byla dle vůle Boží žena podřízena muži a menstruace byla trestem za prvotní hřích – jezení ze Stromu poznání. Křesťanské učení bylo ovlivněno židovskou tradicí, která byla ovlivněna a zároveň vychází z velice patriarchální sociální struktury, a která již před vznikem křesťanství považovalo menstrující ženu za nečistou. Také na dobové smýšlení měla vliv antika: ženské tělo bylo chápáno právě již od antických dob jako obrácené mužské tělo, avšak chladnější, s jinými tekutinami a šťávami. Za středověku se nemoci spojené s menstruací léčily pomocí bylin, mastí, lektvarů, doporučovány byly vyjížďky na voze, procházky, domácí práce a cvičení. První křesťanské menstruační tabu bylo ustanoveno již ve třetím století a bylo vysvětlováno prvotním hříchem, přičemž menstruace měla být podle nich rituálně očišťována. Jedno z dalších vlivných učení, tentokrát Augustina z Hippa, tvrdilo, že kvůli špíně a nečistotám, které se objevují během porodu a menstruaci, není žena stejná jako muž, je něčím podřadnějším. Jednou z otázek, která ženy postihla, kterou řešili duchovní, byla vstupování žen do kostela a participace žen na svatém přijímání během menstruace. Ženy bývaly od vstupu do kostelů odrazovány, jindy se setkaly s úplným zákazem. Ještě v 6. a 7. století se nejednalo o vyřešené dilema, jak dokládá zpráva, kterou dostal papež Řehoř I. Veliký od kanenburského biskupa Augustina, a ve které se ptá, jak ho má vyřešit. Již od antických dob také panovalo mínění o velkém vlivu zvláštních pochodů ženských těl na psychiku a už v té době to vedlo k myšlence, že žena myslí víc srdcem a muž naopak hlavou.¹⁹

¹⁹ KOVAŘČÍKOVÁ, Petra Ann. *Menstruace jako sociokulturní konstrukt* [online]. Praha 2010.

Dostupné z:

[http://www.mesicvnas.cz/wp-](http://www.mesicvnas.cz/wp-content/uploads/2012/03/DP_Kovarcikova_Menstruace_jako_sociokulturni_konstrukt.pdf)

[content/uploads/2012/03/DP_Kovarcikova_Menstruace_jako_sociokulturni_konstrukt.pdf](http://www.mesicvnas.cz/wp-content/uploads/2012/03/DP_Kovarcikova_Menstruace_jako_sociokulturni_konstrukt.pdf).

Diplomová práce. Pražská vysoká škola psychosociálních studií. Vedoucí práce PhDr. Martin

Soukup, Ph.D., s. 34,

Ženina role byla zasazena do domácího prostředí, kde měla pracovat, poslouchat mužskou hlavu rodiny (buď otce, nebo manžela), starat se o rodinu a hlavně rodit děti, což zvyšovalo její sociální status. Takto byly i pojmány její biologické funkce, které byly od těch mužských odlišné. Perioda byla indikátorem toho, že žena nebyla těhotná, ale zároveň, že již byla plodná. I přesto se udržel Aristotelův názor, že žena je pouze schránkou na plod, hlavním tvořitelem dítěte byl muž. To byl jedním z důvodů, proč církve vydala nařízení, že život dítěte je cennější než život matky. Zároveň se na sex během menstruace podle Aristotelova učení vztahoval zákaz, protože se věřilo, že dítě počaté během ženského krvácení se narodí postižené. Jeho myšlenky také ovlivnily vnímání ženy a muže jako levého - ženy, a pravého - muže. Již v době antiky se postupně začal ujímat názor, že mužské aspekty jsou „pravý“, „rovný“, „světlý“ apod., zatímco ženské jsou opačné, „levý“, „nerovný“, „tmavý“ aj. Odtud byla mimo jiné také posílena představa, že ženské lůno se vyznačuje právě těmito charakteristikami, které byly považovány za podřadné, a můžeme ji nalézt ještě nejen v 19. století (ale i v novodobých myšlenkách New Age hnutí, i když v přeměněném slova smyslu – čili kdy už charakteristiky ženských aspektů nejsou podřadné, ale spíše mystické). Ve 12. století svůj rozmach prožíval ideál ženy-světičky, která žije asketickým životem, což vytvářelo větší tlak na ženy, které na jednu stranu musely rodit děti v hříšné bolesti a na straně druhé se měly snažit o dosažení ideálu neposkvrněné Panny Marie. Ze 13. století se dochovalo přesvědčení, že dítě nese již z lůna dědičný hřích, pokud bylo počaté v rozkoši, přičemž v lůně se mělo žít „nečistou menstruační krví“.²⁰

LENDEROVÁ, Milena, ed. et al. *Žena v českých zemích od středověku do 20. století*. Vydání 1.

Praha: NLN, Nakladatelství Lidové noviny, 2009. ISBN 978-80-7106-988-1, s. 50, 202, 203,

MALTI-DOUGLAS, Fedwa, ed. *Encyclopedia of sex and gender*. Detroit: Macmillan Reference, 2007. 3. sv. (lii, 1682 s.). Macmillan social science library. ISBN 978-0-02-865963-3, p. 1002-1003.

²⁰ ČADKOVÁ, Kateřina, LENDEROVÁ, Milena a STRÁNÍKOVÁ, Jana (eds.). *Dějiny žen, aneb, Evropská žena od středověku do poloviny 20. století v zasetí historiografie*. Vydání 1. Pardubice: Univerzita Pardubice, 2006. ISBN: 80-7194-920-5, s. 92, 107,

LENDEROVÁ, Milena. *K hříchu i modlitbě*. Vydání 1. Praha: Mladá fronta, 1999. ISBN 80-204-0737-5, s. 106,

LENDEROVÁ, Milena, ed. et al. *Žena v českých zemích od středověku do 20. století*. Vydání 1.

Praha: NLN, Nakladatelství Lidové noviny, 2009. ISBN 978-80-7106-988-1, s. 48 (cit.), 221,

Na druhou stranu i přes vliv církve existovaly i rituály, které považovaly ženské genitálie za mocné. Jedním takovým rituálem bylo odhalování genitálií (které mohlo zklidnit bouře, nepřátele či odehnat démony), či přenesení orání brázdy pluhem v poli, které vykonávaly ženy. Menstruace měla i jinou kvalitu: byla pokládána za mocnou látku, kterou je možné využít k magickým účelům, ale podle přesvědčení v křesťanském světě byla tato využití a důsledky převážně negativní. Zároveň se během středověku rozmohlo přesvědčení, které vymizelo až v 16. století, přisuzující menstruační krvi moc přitahovat démony.²¹

I když pochází první zmínky o stejné hodnotě mužů a žen z renesance, teprve v 18. století se radikálně proměňuje pohled na obě pohlaví, stávají se odlišná a společnost se zaměřuje na rozdíly. Ženské tělo tehdy nebylo tolik prozkoumané, bylo považováno za tajemné a křehké. Důvodem mohla být, kromě neznalosti anatomie a procesů těla, vysoká úmrtnost žen, ať už se jednalo o nemoci, porod či podvýživu. Lékaři se již tehdy domnívali, že menstruace plní jakousi očišťující funkci napomáhající ženě zbavovat se škodlivin. Tento názor propagoval Johann Peter Frank. Ve spisu *Kleinen Schriften Medizinisch-praktische Inhalts* mimo tento názor zveřejňuje i tezi, že by menstruace mohla působit jako příprava k těhotenství, vzhledem ke zpozorované souvislosti mezi menstruací a porodem. V této době také byly poprvé tištěny knihy s návody na

MALTI-DOUGLAS, Fedwa, ed. *Encyclopedia of sex and gender*. Detroit: Macmillan Reference, 2007. 1. sv. (lii, 1682 s.). Macmillan social science library. ISBN 978-0-02-865961-9, p. 137,

MALTI-DOUGLAS, Fedwa, ed. *Encyclopedia of sex and gender*. Detroit: Macmillan Reference, 2007. 3. sv. (lii, 1682 s.). Macmillan social science library. ISBN 978-0-02-865963-3, p. 1000, 1002-1003,

WORELL, Judith, ed. *Encyclopedia of women and gender: sex similarities and differences and the impact of society on gender*. London: Academic Press, 2001. 2 sv. ISBN 0-12-227247-1, p. 740.

²¹ LENDEROVÁ, Milena, ed. et al. *Žena v českých zemích od středověku do 20. století*. Vydání 1. Praha: NLN, Nakladatelství Lidové noviny, 2009. ISBN 978-80-7106-988-1, s. 563,

MALTI-DOUGLAS, Fedwa, ed. *Encyclopedia of sex and gender*. Detroit: Macmillan Reference, 2007. 2. sv. (lii, 1682 s.). Macmillan social science library. ISBN 978-0-02-865962-6, p. 638,

MALTI-DOUGLAS, Fedwa, ed. *Encyclopedia of sex and gender*. Detroit: Macmillan Reference, 2007. 3. sv. (lii, 1682 s.). Macmillan social science library. ISBN 978-0-02-865963-3, p. 923, 1000, 1002-1003.

lčení, tzv. „domáci lékaři“, v češtině, zároveň se šířila literatura pro porodní báby. Do doby, než se dostatečně zvětšil dosah lékařské činnosti i do vesnického prostředí, bylo ženskou starostí uvádět dívky do života dospělé ženy, když dostaly svou první menstruaci, protože veškeré starosti spojené s rodinou i čeledí řešila hospodyně.²² „Roku 1753 vydala Marie Terezie zdravotní řád platící pro Čechy, roku 1770 pak říšský zdravotní řád, který jako základní norma, doplňovaná dílčími zákony, platil celých sto let. Na základě uvedeného zákona vznikly orgány státní zdravotní správy s přesně vymezenou pravomocí, úkoly a povinnostmi. V jednotlivých zemích zodpovídaly za zdraví obyvatel zemské zdravotní komise, v krajích krajští lékaři, od roku 1786 jim byly k ruce i krajské porodní báby.“²³ Kromě pacientů měla kolegia na starosti dohled nad chudobinci, sirotčinci nebo nemocnicemi, celkově také nad zaměstnanci těchto zdravotních zařízení. Měla omezovat činnost mastičkářů a šarlatánů. Později i Josef II. podporoval v hlavních městech rakouské říše výstavbu zdravotních zařízení. Inovací byla specializace jednotlivých zařízení. V 18. století také získaly na síle myšlenky o zdravé životosprávě, podporována byla snaha udržet tělo zdravé životním stylem, a zároveň přesvědčení, že nemoc je pro ženu přirozená a je její součástí, stejně jako ostatní „,typicky ženské‘ vlastnosti“²⁴, mimo jiné i populární hysterie.²⁵ Vliv na tento názor mělo i porovnávání jednotlivých tělesných částí, kdy žena je fyziologicky běžně menší než muž. Také v tomto století byla žena spojována

²² HABARTOVÁ, Romana. *Svět mužů a žen - muž a žena ve svědectvích lidových tradic*. Vydání 1. Uherské Hradiště: Slováké muzeum v Uherském Hradišti, 2011. ISBN: 978-80-86185-97-2, s. 15, 407-419,

LENDEROVÁ, Milena, ed. et al. *Žena v českých zemích od středověku do 20. století*. Vydání 1. Praha: NLN, Nakladatelství Lidové noviny, 2009. ISBN 978-80-7106-988-1, s. 51.

²³ LENDEROVÁ, Milena. *K hříchu i modlitbě*. Vydání 1. Praha: Mladá fronta, 1999. ISBN 80-204-0737-5, s. 130 (cit.).

²⁴ LENDEROVÁ, Milena, ed. et al. *Žena v českých zemích od středověku do 20. století*. Vydání 1. Praha: NLN, Nakladatelství Lidové noviny, 2009. ISBN 978-80-7106-988-1, s. 51 (cit.).

²⁵ LENDEROVÁ, Milena. *K hříchu i modlitbě*. Vydání 1. Praha: Mladá fronta, 1999. ISBN 80-204-0737-5, s. 129, 131,

LENDEROVÁ, Milena, ed. et al. *Žena v českých zemích od středověku do 20. století*. Vydání 1. Praha: NLN, Nakladatelství Lidové noviny, 2009. ISBN 978-80-7106-988-1, s. 51,

WORELL, Judith, ed. *Encyclopedia of women and gender: sex similarities and differences and the impact of society on gender*. London: Academic Press, 2001. 2 sv. ISBN 0-12-227247-1, p. 740.

s mateřstvím a péčí o děti, nyní se však více ujaly „*dichotomie žena – příroda, muž – kultura*“²⁶. Tuto dichotomii lze vypožorovat i v samotných tvrzeních o tom, jak zdravě má žena žít, přičemž se neměla tolik šetřit, i když byla onou křehkou bytostí, což dosvědčuje výpověď Honoráty Zapové (kterou Lenderová ve své knize cituje): „(...) *chraň se přílišného tepla v svém oděvu, bytu a lůžku; neboj se deštivého povětrí, zimy (...)*“²⁷

Co se týče menarché, uvádí Lenderová zajímavé statistické údaje z 18. století: „*Údaje o nástupu menstruace se u jednotlivých autorů liší. Zřejmě první globální údaj uvádí roku 1875 Čeněk Křížek: dívky v Čechách začínají menstruuovat ve 14 až 15 letech. (...) italský lékař a antropolog Paolo Mantegazza (porovnává) situaci v jednotlivých evropských zemích – průměr klade do věku 16,91 let. Slovanky dostávají své první měsíčky údajně mezi 15 a 16,5 lety, Němky mezi 15,5 a 17, Francouzky mezi 13,5 a 15,5 lety.*“²⁸ Mantegazza později své stanovisko změnil na 15. rok. Dále zmiňuje, že se menstruace dostavovala dříve spíše u dívek z měst.²⁹

I přes vznik gynekologie v 19. století stále přetrvávaly stereotypní názory tvrdící, že ženy jsou nedokonalé a slabé. Od tohoto konceptu se odvíjela lékařská praxe, která tyto myšlenky zpětně podporovala, mimo jiné pomocí populárně naučných lékařských knih. (Mimo jiné pokrokový lékař Vilém Šela napsal roku 1874 *Domácího lékaře*, ve kterém popsal různé gynekologické potíže, což bylo převratné, a také popsal silnou, bolestivou a nepravidelnou menstruaci.³⁰) Postupně se však zvyšovalo povědomí o hygieně a lidé si zvykali na denní mytí obličeje a rukou, jednou týdně se myla celá rodina. Ženy z vyšších vrstev se koupaly vždy po skončení měsíčního krvácení, nikdy ne během samotné

²⁶ LENDEROVÁ, Milena, ed. et al. *Žena v českých zemích od středověku do 20. století*. Vydání 1. Praha: NLN, Nakladatelství Lidové noviny, 2009. ISBN 978-80-7106-988-1, s. 50 (cit.).

²⁷ LENDEROVÁ, Milena. *K hříchu i modlitbě*. Vydání 1. Praha: Mladá fronta, 1999. ISBN 80-204-0737-5, s. 130-131, 136 (cit. s. 131.)

²⁸ LENDEROVÁ, Milena, ed. et al. *Žena v českých zemích od středověku do 20. století*. Vydání 1. Praha: NLN, Nakladatelství Lidové noviny, 2009. ISBN 978-80-7106-988-1, s. 221.

²⁹ Ibid.

³⁰ LENDEROVÁ, Milena. *K hříchu i modlitbě*. Vydání 1. Praha: Mladá fronta, 1999. ISBN 80-204-0737-5, s. 131.

menstruace. S rozvojem poučných knih však lékaři mohli zároveň s větší efektivitou apelovat na matky, aby včas poučovaly své dcery o menstruaci, nejen proto, že se předčasná menstruace vyskytovala i v minulosti, ale také protože ve společnosti převládala snaha zachovat děti co nejdéle v nevinnosti a nepoučené, aby nepropadly hříchu smilstva. Celkově byly dívky staveny do nelehké situace: na jedné straně se od nich vyžadovala počestnost, poslušnost a samozřejmě zbožnost, na druhé straně tiché schvalování společnosti, aby chlapci nabývali zkušenosti v milostných oblastech, je nutilo jednat také tak, aby byly pro chlapce žádoucí, protože jinak mohly skončit jako staré panny, které byly společností zavrhané stejně jako svobodné matky, takže získávání znalostí, alespoň teoretických, bylo pro ně takticky výhodnější, než být nepoučené. Již v té době se lékaři snažili razit názor, že menstruace je biologický a tedy přirozený proces těla. I přes veškeré snahy obeznámené inteligence stále přetrvávalo zakořeněné přesvědčení, že menstruace je nečistá a že by se o ní nemělo mluvit. Dívky se informace mohly dozvědět od svých spolužaček, mnohdy však první menstruace byla spíše nepříjemnou, dokonce i šokující záležitostí. Tyto hluboce zakořeněné názory týkající se ženského intimního a soukromého života přetrvaly až do druhé poloviny 20. století.³¹ Pokroky ve vědě a větší znalosti lékařů byly jednou ze známek sekularizace společnosti. Na další rozvoj v myšlení a vnímání ženy měla zásadní vliv zvýšená urbanizace a migrace vesničanů do měst za prací. Kvůli vysokým cenám i nadbytku pracovní síly byly nuceny pracovat i ženy, které snahou o výdělek a uživení své rodiny musely pracovat dlouhé hodiny v nepředstavitelně náročných podmínkách. Je nutné si uvědomit, že v této době

³¹ BROŽOVIČOVÁ, Klára. *Žena v tradiční kultuře*. Vydání 1. Brno: Masarykova univerzita, 2013. ISBN: 978-80-210-6583-3, s. 23,

HABARTOVÁ, Romana. *Svět mužů a žen - muž a žena ve svědectvích lidových tradic*. Vydání 1. Uherské Hradiště: Slováké muzeum v Uherském Hradišti, 2011. ISBN: 978-80-86185-97-2, s. 99-100,

LENDEROVÁ, Milena. *K hříchu i modlitbě*. Vydání 1. Praha: Mladá fronta, 1999. ISBN 80-204-0737-5, s. 128, 135,

LENDEROVÁ, Milena, ed. et al. *Žena v českých zemích od středověku do 20. století*. Vydání 1. Praha: NLN, Nakladatelství Lidové noviny, 2009. ISBN 978-80-7106-988-1, s. 51, 222, 223.

ještě neexistovala osmihodinová pracovní doba.³² I přes to ještě v 19. století přetrvával názor, že ženy jsou stále nemocné a to u chudších vrstev platilo z důvodu silné vytíženosti a zanedbávání. Dalším fenoménem pomáhajícím proměňovat vnímání ženy, bylo hnutí feministek a zejména sufražetek. Na emancipaci žen měla vliv i první světová válka, která z důvodu potřeby práce žen donutila společnost přehodnotit schopnosti žen. Tyto skutečnosti nabourávaly koncept křehké ženy, i když jej prozatím zcela nezrušily.³³

Na konci 19. století statistický výzkum (nebo spíše odhad), který provedl piarista a pedagog Antonín Konstantin Víták, prozrazuje, že v Čechách dostávaly dívky menstruaci období „(...) šestnácti let a dvou měsíců, na Moravě do šestnácti let a tří měsíců.“³⁴ Podle jeho šetření také se krvácení dostávaly o něco dříve brunetky a dívky z vyšších sociálních vrstev. Oproti nim blondýnky a dívky z nižších sociálních vrstev dostávaly menstruaci později. V téže době antropolog Jindřich Matejka zveřejnil ve *Věstníku Královské české společnosti nauk* své šetření ustalující menarché mezi 13 a 17 lety dívek, přičemž nejčastěji tomu mělo docházet mezi 14. a 16. Rokem života. S těmito výsledky souhlasí Anna Bayerová, která získala stejné údaje.³⁵

³² HABARTOVÁ, Romana. *Svět mužů a žen - muž a žena ve svědectvích lidových tradic*. Vydání 1. Uherské Hradiště: Slováké muzeum v Uherském Hradišti, 2011. ISBN: 978-80-86185-97-2, s. 6, 19,

LENDEROVÁ, Milena, ed. et al. *Žena v českých zemích od středověku do 20. století*. Vydání 1. Praha: NLN, Nakladatelství Lidové noviny, 2009. ISBN 978-80-7106-988-1, s. 406.

³³ ČADKOVÁ, Kateřina, LENDEROVÁ, Milena a STRÁNÍKOVÁ, Jana (eds.). *Dějiny žen, aneb, Evropská žena od středověku do poloviny 20. století v zasetí historiografie*. Vydání 1. Pardubice: Univerzita Pardubice, 2006. ISBN: 80-7194-920-5, s. 210, 212,

LENDEROVÁ, Milena. *K hříchu i modlitbě*. Vydání 1. Praha: Mladá fronta, 1999. ISBN 80-204-0737-5, s. 129,

LENDEROVÁ, Milena, ed. et al. *Žena v českých zemích od středověku do 20. století*. Vydání 1. Praha: NLN, Nakladatelství Lidové noviny, 2009. ISBN 978-80-7106-988-1, s. 51, 222, 223, 406, 409.

³⁴ LENDEROVÁ, Milena, ed. et al. *Žena v českých zemích od středověku do 20. století*. Vydání 1. Praha: NLN, Nakladatelství Lidové noviny, 2009. ISBN 978-80-7106-988-1, s. 221 (cit.).

³⁵ Ibid.

Lékařská osvěta vyústila v názor, že dívka má být především zdravá, aby mohla vydržet porody, rodit zdravé děti i vydržet pracovní nasazení. Důležitou byla například publikace od Anny Fisherové-Dückelmannové s názvem *Žena lékařkou*, která byla poprvé vydána německy v Praze v roce 1907 a byla určena ženám. Pojednávala o zdraví i manželských záležitostech, jako například o porodu (do češtiny přeložila Anna Bayerová, která byla první lékařkou v Čechách). Postupný nárůst počtu lékařek pomáhal ženám v tom, že mohly otevřeně promluvit o tom, co je doopravdy trápilo a mohly být efektivněji léčeny. Po první světové válce byla výchova mládeže zaměřená na pohlavní život již podporována i ministerstvem, byla to mimo jiné i reakce na nárůst prostituce během velké války. Způsob, jakým byla poučována děvčata, byl velmi opatrný, aby se snížilo riziko, že dívky budou chtít informace vyzkoušet v praxi, ale zároveň, aby byly dostatečně obeznámeny o intimním životě v manželství. Tuto osvětu rodiče a učitelé shledávali za nepřijatelnou, jednak kvůli neznalosti, jednak protože se styděli nebo dokonce kvůli své vlastní výchově, kdy byli od malička vedeni v této oblasti k mlčenlivosti.³⁶ Jako opozice tradičnímu zatajování pohlavního života stála avantgarda razící názor, že s otevřeností v sexualitě ženy budou poučenější, ale také opatrnější. První světová válka měla i vliv na proměnu vnímání manželství jako takového – pohlavní život manželů byl podporován, nově i žena neměla být chladnou, ale také být aktivnější, protože pohlavní styk začal být považován za ozdravný a měl být odepírán pouze v případě „(...)těhotenství, šestinedělí, menstruace (...)“.³⁷

Za socialismu převládlo medicínské hledisko menstruace, která však zároveň zůstávala tématem, o kterém se nemluvílo. Tištěny však byly různé příručky pro mladé dívky a vložky byly dostupné buď ušité a přepírané látkové nebo jednoduché, vyráběné v továrnách. Žena sice již měla svá práva, nadále však

³⁶ LENDEROVÁ, Milena. *K hříchu i modlitbě*. Vydání 1. Praha: Mladá fronta, 1999. ISBN 80-204-0737-5, s. 132,

LENDEROVÁ, Milena, ed. et al. *Žena v českých zemích od středověku do 20. století*. Vydání 1. Praha: NLN, Nakladatelství Lidové noviny, 2009. ISBN 978-80-7106-988-1, s. 223-224, 225.

³⁷ LENDEROVÁ, Milena, ed. et al. *Žena v českých zemích od středověku do 20. století*. Vydání 1. Praha: NLN, Nakladatelství Lidové noviny, 2009. ISBN 978-80-7106-988-1, s. 226, 233, 234 (cit.).

bylo její povinností starat se o domácnost a zároveň chodit do zaměstnání. Měly však již mnohem větší pravomoci účastnit se ve veřejném životě než dříve.³⁸ V Americe to bylo podobné – navzdory dostupnosti různých hygienických výrobků se o menstruaci skoro nemluvalo. Ještě v 60. letech 20. století se dalo setkat se snahou potlačit ženské projevy PMS vyznačující se zejména špatnou náladou a podrážděním. Dosvědčuje to například leták ze zadní strany krabičky od tamponů: „*KDYŽ JSTE MANŽELKA. Nezneužívejte svého manžela. To je staré pravidlo dobrého manželství, které platí nyní stejně jako v minulosti. Přirozeně se o to nesnažíte úmyslně, ale někdy se tak děje, aniž byste si toho byla vědoma. Zpravidla si nemyslíte, že by to mohlo souviset s menstruací. Jestliže však nebudete brát na vědomí, že menstruace je normální pravidelná událost, a několik dní v měsíci budete pokaždé odpočívat, jako byste byla nemocná, zneužíváte manželovu dobrosrdečnost. Vzal si vás za ženu na plný úvazek, nikoliv jen na částečný. Takže byste měla být stále aktivní, plná elánu a veselá.*“³⁹ To vše pramenilo z nového myšlenkového proudu sílícímu od 50. let 20. století a které vyjadřuje heslo „ženy zpátky do kuchyně“, které mimo jiné bylo podporované různými studii ukazujícími, že studium na vysoké škole či snaha dosáhnout vysokých sportovních výkonů způsobují mizení menstruace.⁴⁰

³⁸ NEUMANN, Stanislav, K. *Dějiny ženy. Populárně sociologické, etnologické a kulturně historické kapitoly*. Vydání 1. Praha: Otakar II., 1999. ISBN: 80-86355-03-9, s. 1039.

³⁹ NORTHRUPOVÁ, Christiane. *Žena: Tělo a duše*. Praha: Columbus, 2004. ISBN: 80-7249-092-3, s. 133.

⁴⁰ BROŽOVIČOVÁ, Klára. *Žena v tradiční kultuře*. Vydání 1. Brno: Masarykova univerzita, 2013. ISBN: 978-80-210-6583-3, s. 67,

ČADKOVÁ, Kateřina, LENDEROVÁ, Milena a STRÁNÍKOVÁ, Jana (eds.). *Dějiny žen, aneb, Evropská žena od středověku do poloviny 20. století v zasetí historiografie*. Vydání 1. Pardubice: Univerzita Pardubice, 2006. ISBN: 80-7194-920-5, s. 378-380,

LORBER, Judith. Věřit znamená vidět. Biologie jako ideologie. *Sociální studia*. [online]. Fakulta sociálních studií Masarykovy univerzity v Brně, 2005, vol. 2, s. 91-113 [vid. 1. 8. 2016]. ISSN 1214-813X. Dostupné z <http://socstudia.fss.muni.cz/?q=content/věřit-znamená-vidět-biologie-jako-ideologie>, s. 98-99,

NEUMANN, Stanislav, K. *Dějiny ženy. Populárně sociologické, etnologické a kulturně historické kapitoly*. Vydání 1. Praha: Otakar II., 1999. ISBN: 80-86355-03-9, s. 1046.

V dnešní době je menstruace zejména v režii lékařů a gynekologů; pokud má žena problém s periodou, uvažuje nad návštěvou gynekologa. Co se menarché týče, většinou jsou zdrojem informací matky, internet, knihy, menstrující sestry či spolužačky, což napovídá, že se zdroje poznání pro mladou dívku od konce 19. století příliš nezměnily. Navíc přibýly reklamy na hygienické pomůcky nebo na léky, které je možné spatřit na televizních obrazovkách. Ze skromného historického přehledu je patrné, že pojem nečistoty, který se pojil s náboženstvím, se transformoval do pojetí nečistoty ve vztahu k hygieně a svým způsobem přetrvával, přičemž pro společnost bylo donedávna nežádoucí, aby žena na sobě dala znát, že ji trápí menstruace. Po celou dobu bylo ženské tělo vystaveno sociální kontrole. Bylo jí řízeno, usměrňováno a hlídáno. Domnívám se, že neznalost biologických procesů, tabuizace témat jako bylo početí nebo menstruace, vedly k tomu, že pokroky v lékařské vědě a jejich popularizace měly velmi výrazný vliv na vnímání menstruace, která na rozdíl od začlenění tématu početí společností do rovin soukromí i veřejnosti promocí kulturních etických hranic (přičemž je nutné si uvědomit, že se početí týká zároveň mužů i žen), která je dodnes nahlížena ženami i muži pomocí biologického prizmatu. „Medikalizace“ menstruace musela proběhnout z toho důvodu, že lékaři byli těmi, kteří ji studovali a snažili se o tomto citlivém tématu šířit informace. Vzhledem k tomu, že se od starších ženských příslušnic se mladé dívky nedozvěděly dostatek informací. Nutno podotknout, že tato „menstruační zvědavost“ mohla být způsobena i gynekologickými potížemi.⁴¹

⁴¹ HABARTOVÁ, Romana. *Svět mužů a žen - muž a žena ve svědectvích lidových tradic*. Vydání 1. Uherské Hradiště: Slováké muzeum v Uherském Hradišti, 2011. ISBN: 978-80-86185-97-2, s. 95,

LENDEROVÁ, Milena, ed. et al. *Žena v českých zemích od středověku do 20. století*. Vydání 1. Praha: NLN, Nakladatelství Lidové noviny, 2009. ISBN 978-80-7106-988-1, s. 52, 221,

MALTI-DOUGLAS, Fedwa, ed. *Encyclopedia of sex and gender*. Detroit: Macmillan Reference, 2007. 3. sv. (lii, 1682 s.). Macmillan social science library. ISBN 978-0-02-865963-3, p. 1003,

PECHAROVÁ, Jitka. *Menstruace tajná a tajemná* [online]. Brno. 2011. Dostupné z:

http://is.muni.cz/th/220093/fss_b/. Bakalářská práce. Masarykova univerzita, Fakulta sociálních studií. Vedoucí práce Mgr. Eva Šlesingerová, Ph.D., s. 30.

3.2 Menstruační pomůcky v minulosti

Vzhledem k povaze ženské menstruace se nelze příliš divit, že ženy v některých oblastech potřebovaly vymyslet způsob, jak zabránit menstruaci neustále vytékat na zem i oděv. Ne ve všech společnostech žena měla možnost uchýlit se na několik dní do ústraní a nepracovat. Domnívám se, že i přesto, že mnohdy měsíční krvácení doprovázelo tabu, pro některé společnosti bylo nutné, aby menstruuující ženy pracovaly a přispívaly rodině i komunitě. Ve starověkém Egyptě ženy používaly savá papyrusová vlákna listů jako vložky. Kromě látkových hadříků ženy z antického Řecka a Říma používaly vlnu vytvarovanou do válečků – zaváděly je jako tampony. Japonky podobně používaly papír svazovaný páskem a v Indonésii zas mech spolu s rostlinnými vlákny. Indiánky ze Severní Ameriky také používaly mech, ale tak, že jím omotaly srnčí kůži. Ženy žijící ještě původním způsobem života, například u Yanomamů nebo Kungů nechávají krev stékat do země. Zvláštním způsobem prožívají menstruaci runguanské ženy: sedávají na vysušeném mechu nebo lačkách z bambusu. V případě, že se potřebují přemístit, omyjí mech nebo lačky a berou je s sebou.⁴² Podle autorek Herbernick a Shick se v minulosti pro zachycování menstruační krve také používaly houby, i když to nebylo hygienické a způsobovalo to mnoho zdravotních obtíží.⁴³ V 19. století i dříve používaly ženy látkové vložky, které si ženy samy šily a dokonce i háčkovaly (tradičně skandinávská oblast). Používaly také k látkové pruhy nebo háčkované pásy. Tyto pásy byly připínány knoflíky ke spodnímu prádlu. To vše zakrývala četná vrstva spodniček. Po první světové válce vznikly sériově vyráběné vložky ze zbylého obvazového materiálu. Poté byly vložky vyráběné z vaty nebo papírové buničiny.⁴⁴

⁴² BENNETTOVÁ, J. *Požehnaní, ne prokletí. Průvodce pro matky a jejich dospívající dcery.*

Vydání 1. Praha: DharmaGaia, 2014. ISBN: 978-80-7436-048-0, s. 89.

⁴³ HERBENICK, Debby a SCHICK, Vanessa. *Přečti si mě: vše, co potřebujete vědět o vagině a vulvě.* Vydání 1. Praha: Pragma, 2011. ISBN 978-80-7349-278-6, s. 175.

⁴⁴ BENNETTOVÁ, J. *Požehnaní, ne prokletí. Průvodce pro matky a jejich dospívající dcery.*

Vydání 1. Praha: DharmaGaia, 2014. ISBN: 978-80-7436-048-0, s. 89,

HOŘEJŠÍ, J. *Gynekologické problémy u děvčátek a dospívajících dívek.* Vydání 1. Praha: Grada Publishing, 2003. ISBN: 80-247-0553-2, s. 72,

4. Výsledky dotazníkových šetření

4.1 Metodologie

Tuto kapitolu jsem se rozhodla vložit před následující část bakalářské práce s názvem *Menstruace a média* proto, že některé své výsledky z rozhovorů a dotazníků porovnávám s jinými zjištěnými informacemi a nejprve bych tedy uvedla svá zjištění, aby získaná data nepůsobila jako vytržená z kontextu a uvedla způsob získání dat předtím, než je uvedu, protože některé otázky uvádím u jednotlivých tematicky zaměřených kapitol. U otázek, které jsem nerozvedla u témat, uvádím v této kapitole.

Pro svůj výzkum jsem zvolila dva druhy dotazníkového šetření: řízené rozhovory a dotazníky v tištěné podobě. Pro obě verze souborů dotazů jsem volila stejné otevřené otázky, protože jsem chtěla zjistit, jak moc jsou respondentky schopné se otevřít a vyjádřit své postoje i pocity. Dále mě zajímalo, jak se budou lišit odpovědi respondentek, které odpovědi psaly, a žen, se kterými jsem se setkala tváří v tvář. Jako cílovou skupinu jsem si vybrala ženy, přičemž pro začátek jsem tuto cílovou skupinu nediverzifikovala. Zásadním kritériem bylo místo narození: dbala jsem na to, aby respondentky byly z České republiky, vzhledem k názvu práce i otázky týkající se dodržování tradic, která by nebyla relevantní, pokud by dotázané měly zkušenosti z jiného kulturního okruhu. Podle zjištění neměl vliv lokality (dokonce ani užívání hormonální antikoncepce, viz níže), ze které respondentky pochází, vliv na odpovědi, takže jsem se rozhodla jednotlivé výpovědi netřídit podle oblastí či krajů. U otázek jsem se rozhodla zveřejnit celkové počty odpovědí vzhledem k nízkému počtu respondentek; použití procentuálního zhodnocení mi přišlo zkreslující, příliš generalizující a tudíž nevhodné. Dotazníky jsou limitovány malým počtem získaných odpovědí, a tudíž neposkytují údaje platné pro všechny ženy z České republiky. Na druhou stranu představují zásadní rysy v myšlení žen, které se vyskytují u většiny dotázaných a které odpovídají na otázky kladené jako cíl této práce – míra

LENDEROVÁ, Milena. *K hříchu i modlitbě*. Vydání 1. Praha: Mladá fronta, 1999. ISBN 80-204-0737-5, s. 132.

tabuizace, vliv tradic mající své kořeny v minulosti a míru ovlivnění mediálním obrazem menstruace.

V dotazníku bylo těchto 12 otázek:

1. *Jak prožíváte a jak se stavíte ke své menstruaci?*
2. *Jaká slova běžně používáte k označení menstruace?*
3. *Komplikuje Vám menstruace život?*
4. *Jak jste prožila svou první menstruaci a kdy to bylo? Jak reagovali Vaši blízcí na tuto událost?*
5. *Dělá Vám problém mluvit otevřeně o menstruaci? Mluvíte o menstruaci s jinými ženami? Mluvíte o menstruaci se svými doktory (doktorkami)?*
6. *Pokud máte partnera, mluvíte s ním o menstruaci? Jakým způsobem a jak často?*
7. *Co si myslíte o pohlavním styku provozovaném během menstruace?*
8. *Zjišťujete si informace o menstruaci? Pokud ano, z jakých zdrojů?*
9. *Jak vnímáte reklamy na hygienické pomůcky? Mají vliv na Váš výběr při koupi?*
10. *Jaký druh hygienických menstruačních pomůcek používáte a proč zrovna ty?*
11. *Provozujete nějaký zvyk spojený s menstruací? Děláte či neděláte nějaké určité činnosti během tohoto období?*
12. *Myslíte si, že by bylo lepší, kdyby ženy nemenstruovaly?*

Vyhodnocení otázky č. 2 uvádím v podkapitole *Menstruace jako slovo*, dotaz č. 4 jsem zařadila do kapitoly *Prožití menarché*. Otázku č. 7 jsem zařadila k tématu věnujícímu se sexu během menstruace v podkapitole *Předsudky a pověry v dnešní době*. Do podkapitoly *Menstruace v internetových článcích* jsem přiřadila výsledky vyplývající z otázky č. 8. Vyhodnocení otázky č. 9 se nachází v podkapitole *Fenomén „modré menstruace“* a č. 10 jsem zařadila do podkapitoly *Moderní hygienické menstruační pomůcky*. Odpovědi na otázku č. 11 o dodržování zvyků uvádím podobně jako otázku č. 7 na konci podkapitoly *Předsudky a pověry v dnešní době*. Výsledky zbylých dotazů (tj. otázky č. 1, 3, 5, 6 a 12) uvádím v této kapitole a podkapitole *Výsledky nepřirazených otázek*.

Rozhovory jsem prováděla s respondentkami, které alespoň trochu znám, protože se mi nepodařilo kontaktovat zcela neznámé ženy, přičemž i samotná odezva z širokého okruhu známých byla menší, než jsem očekávala. Provedla jsem 16 rozhovorů s ženami ve věkové kategorii 18 až 35 let. Ptala jsem se na stejné otázky, které jsem pokládala v dotaznících, navíc jsem pokládala doplňující dotazy. Na tuto věkovou kategorii jsem kladla velký důraz, neboť se jedná o mladé produktivní ženy, které ještě nezakládají rodinu, avšak již mají jisté životní zkušenosti, které se dají považovat za jejich osobní „životní pravdy“ a které s jistou pravděpodobností budou mít vliv na jejich život i výchovu potenciálních dcer. Hormonální antikoncepce má vliv na prožívání menstruace, avšak ne u každé respondentky s její pomocí zmizely bolesti. Hormonální antikoncepci užívalo v době pořizování dotazníků 3 respondentky, přičemž jedna používala nitroděložní tělíčko a 2 užívání hormonální antikoncepce v podobě pilulek před nějakou dobou ukončily. Žádná z respondentek v době nahrávání rozhovoru neměla potomky.

Samotné (posílané) dotazníky jsem šířila prostřednictvím žen, převážně respondentek, abych zamezila objevení nerelevantních dat. Použila jsem, podobně jako Kovaříčková ve svém výzkumu, metodu postupného nabalování, tzv. „snowball“ čili oslovování prostřednictvím žen, s nimiž jsem již provedla rozhovor, nebo to byly opět ženy, které znám.⁴⁵ Vytvořily se mi tři různé kategorie, a to *dívky* narozené v letech 2000 až 2003, *mladé ženy* narozené roku 1988 až 1994 a *ženy* narozené mezi lety 1964 až 1969. Z každé kategorie se mi vrátilo celkem málo dotazníků: z kategorie *dívek* 16, *mladých žen* 10 a od *žen* pouhé 3. I přes větší věkový rozptyl v prvních dvou kategoriích jsou odpovědi celkem podobné, proto jsem tyto kategorie takto ponechala. V kategorii *dívek* (ročníky 2000 až 2003)⁴⁶ pouze dvě používají hormonální antikoncepci (v podobě

⁴⁵ KOVAŘÍČKOVÁ, Petra Ann. *Menstruace jako sociokulturní konstrukt* [online]. Praha 2010.

Dostupné z:

[http://www.mesicvnas.cz/wp-](http://www.mesicvnas.cz/wp-content/uploads/2012/03/DP_Kovarcikova_Menstruace_jako_sociokulturni_konstrukt.pdf)

[content/uploads/2012/03/DP_Kovarcikova_Menstruace_jako_sociokulturni_konstrukt.pdf](http://www.mesicvnas.cz/wp-content/uploads/2012/03/DP_Kovarcikova_Menstruace_jako_sociokulturni_konstrukt.pdf).

Diplomová práce. Pražská vysoká škola psychosociálních studií. Vedoucí práce PhDr. Martin Soukup, Ph.D., s. 58.

⁴⁶ Dále zmiňuji pouze ročníky v závorce pro zdůraznění věkového rozdílu.

pilulek a náplastí). *Mladé ženy* (1988-1994) užívají hormonální antikoncepci pouze ve třech případech, přičemž ostatní ne (některé připsaly bariérovou antikoncepci) a jedna respondentka se řídí měřením bazální teploty. V této kategorii ani jedna z respondentek nemá potomky. *Ženy* (1964-1969) již mají děti a nepoužívají žádnou hormonální antikoncepci. Vzhledem k odpovědím jsem zjistila, že používání i nepoužívání hormonální antikoncepce nemělo zásadní vliv na odpovědi.

4.2 Výsledky otázek

4.2.1 „1. Jak prožíváte a jak se stavíte ke své menstruaci?“

Kategorie *dívky* (2000-2003) se nejvíce vyjádřily výrazem „nijak“ (5×). Tuto odpověď lze přiřadit také k odpovědím typu „nevadí“ (1×) a „normálně“ (1×). Na druhém místě se umístil zcela negativní postoj, kdy respondentky menstruaci snáší špatně (3×). Dvě dívky se vyjádřily slovy „jak kdy“. Ostatní odpovědi získaly po jednom hlasu: „bez problémů“, „celkem dobře“, „není to nic skvělého“. Dvě respondentky zmínily, že zažívají bolesti nebo křeče. Respondentky *mladé ženy* (1988-1994) uvedly nejčastěji, že vnímají menstruaci jako něco „přirozeného“ (6×), něco, co jim „nevadí“ (4×), pro dvě z nich menstruace je „intenzivní“, ale také je „otravná“ (1×), jedna respondentka ji nemá ráda a jiná ji považuje za „inspirativní“. Tyto respondentky se i více rozepsaly: často se v odpovědích vyskytovala bolest břicha, avšak mnohdy ji vnímaly jako nutnost a vnitřní koloběh. Odpovědi zde ukázaly, že i ženy užívající hormonální antikoncepci, která má vliv na hormonální změny v těle, ne vždy zcela ovlivňuje i příznaky PMS a naopak – některé ženy neužívající hormonální antikoncepci menstruaci prožívají bez větších obtíží. Zajímavý je popis menstruace jako intenzivní nebo inspirativní a časté jsou zmínky o propojenosti s přírodou a to i z pera dvou žen užívajících hormonální antikoncepci. Různorodost odpovědí týkající se prožitků ukazuje k individuálnímu a vnitřnímu prožitku menstruace a jakémusi smíření s ní. Pro jednu respondentku měsíční krvácené představuje i signál, že není těhotná. Jiná citlivěji vnímá jídlo i dotyky. *Ženy* (1964-1969) prožívají menstruaci přirozeně (1×), bez problémů (1×) a dobře, jako součást

života ženy (1×). Nelze si nevšimnout výrazný posun myšlení – *dívky* menstruaci prožívají jinak než obě zbývající kategorie, resp. nepředstavuje pro ně nic důležitého, alespoň prozatím. Na první otázku během rozhovorů odpověděly respondentky „celkem dobře“ (3×), že ji očekávají (5×), že menstruaci považují za přirozenou součást života (7×), že se na ni netěší (2×), trpí (3×) nebo nijak zvlášť nevnímá, neřeší (7×). Bolesti s různou intenzitou zmínila většina respondentek (9×). Z výsledků plyne, že i přes bolesti vnímají měsíční krvácení jako součást sebe sama.

4.2.2 „3. Komplikuje Vám menstruace život?“

Dívky (2000-2003) uvedly převážně odpověď „ne“ (8×), „ano“ (6×) a „částečně“ (2×). Pokud netrpí bolestmi a snáší tampony či v době menstruace nevyhledávají plavání, nepředstavuje pro ně menstruace výraznější problém. Kategorie *mladých žen* (1988-1994) uvedla nejčastěji odpověď „občas“ (4×). Jako druhá nejčastější odpověď byla „většinou ne“ (2×) společně s odůvodněním, že menstruace komplikuje tělocvik, sportování, plavání a „léto“, a „ano“ (také 2×) většinou s odkazem na bolesti. V dotaznících se vyskytla pouze jedna zmínka o tom, že vůbec nepředstavuje problém a je problematická pouze první den. Tři respondentky zmínily touhu zůstat alespoň v začátku menstruace doma. Respondentky z kategorie *ženy* (1964-1969) uvedly jednohlasně zápornou odpověď. Z rozhovorů uvedla většina „nekomplikuje“ (7×), jen o jeden hlas méně dostala odpověď „komplikuje“ (6×). Neurčitou odpověď („jak kdy“, „ani ne“ apod.) uvedly tři respondentky. Navíc se menstruaci přizpůsobuje podle potřeby (např. oblečení, více se šetří apod.) převážná většina dotázaných (10×). Z výsledků vyplývá, že i přes to, že menstruace představuje určitou komplikaci, respondentky se umí přizpůsobit a celkem dobře vědí, co mají každý měsíc očekávat.

4.2.3 „5. Dělá Vám problém mluvit otevřeně o menstruaci? Mluvíte o menstruaci s jinými ženami? Mluvíte o menstruaci se svými doktory (doktorkami)?“

Dívkám (2000-2003) povětšinou nedělá problém mluvit o menstruaci (8×), avšak některým ano (6×). Jedné dívce trochu vadí o ní mluvit a jiná respondentka na otázku č. 5 vůbec neodpověděla. S jinými ženami mluví hodně děvčat (6×), u některých se otevřenost projevuje pouze vůči matce (3×) a u jedné vůči kamarádkám. Nemalé množství však o měsíčním krvácení nemluví (5×), jedna z respondentek opět odpověděla, že „tak trochu“. Lékařům se nesvěřuje převážná většina těchto mladých respondentek (10×), malé množství však ano (4×) a jedna opět jen částečně. Výsledky jsou celkem vyrovnané, zajímavé ovšem je, že velmi mnoho z nich menstruaci nediskutuje s lékaři, zřejmě zatím nemají tu potřebu, popř. se stydí. Respondentkám *mladým ženám* (1988-1994) ve většině případů nedělá problém o menstruaci mluvit (8×), jedna uvedla, že o tématu spíše nemluví a také pouze jediná mladá žena o menstruaci nemluví otevřeně. Většina také uvedla, že o menstruaci mluví s jinými ženami (7×), některé upřesnily, že o tomto tématu hovoří pouze s kamarádkami (2×) a pouze jedna se rozhovorů o menstruaci s ženami neúčastní. Převážná většina o menstruaci hovoří s lékaři (9×), dvě z nich upřesnily, že se jedná o gynekology (gynekoložky) a jedna z nich poznamenala, že to není příjemné. Jenom jedna respondentka o menstruaci s lékaři nehovoří, protože nepotřebuje. *Ženy* (1964-1969) neshledávají problém v tom, mluvit otevřeně o menstruaci (3×), dvě o ní hovoří s jinými ženami, jedna se sestrou a všechny tři neshledávají problém mluvit s lékaři. U výsledků si nelze nevšimnout, že s přibývajícím věkem ženám dělá menší problém o menstruaci mluvit. Domnívám se, že to souvisí s jejich pozdějším vnímáním menstruace více jako přirozeného koloběhu a jeho přijetím. Větší otevřenost vůči lékařům v pozdějším věku přičítám začátku pohlavní aktivity (resp. zvýšené aktivity) a prevenci, popř. řešení určitých zdravotních problémů. Z rozhovorů vyplynulo, že ani jedna respondentka neshledává problém mluvit o menstruaci otevřeně, mluví o ní s jinými ženami a lékaři, převážně gynekology. Pro většinu z nich to však není obvyklé (9×) a nevyhledávají tento druh rozhovorů (8×), ale na druhou stranu mluví s kamarádkami (8×). Z těchto výsledků je patrné, že v této věkové kategorii

nepředstavuje menstruace tabu; povětšinou není vyhledávaným tématem, ale na druhou stranu ani zamlčovaným.

4.2.4 „6. Pokud máte partnera, mluvíte s ním o menstruaci? Jakým způsobem a jak často?“

Dívky (2000-2003) ve většině případů odpověděly, že partnera nemají (9×) nebo „ne“ (5×), přičemž po jednom hlasu dostala odpověď „nemluví“ a „jednou za čas“. Nespecifická odpověď „ne“ je nejvíce matoucí, protože se z ní nedá vyčíst, jestli nemají partnera nebo o menstruaci s ním nehovoří. Souhrn výsledků logicky naznačují, že dívky jsou ještě mladé a k vážným vztahům v drtivé míře nedochází. *Mladé ženy* (1988-1994) uvedly, že s partnerem o menstruaci mluví (9×), jen v jednom případě respondentka tento druh rozhovoru nevede. I přesto se detaily jednotlivých výpovědí lišily v četnosti: mluví o periodě častěji než jednou za měsíc (4×), jednou za měsíc (3×) a zmíní se, pokud je to potřeba (např. má nějaký problém (2×). Zde je patrné, že i partneři *mladých žen* jsou vůči informacím o zdravotním stavu partnerky otevření, že se o ni zajímají a lze z toho usuzovat, že považují menstruaci za přirozenou součást ženy (nebo přinejmenším jako indikátor plodnosti). *Ženy* (1964-1969) uvedly, že nemají potřebu o tom s partnerem hovořit (2×), přičemž jedna z respondentek doplnila, že se jedná o intimní věc, a jedna odpověděla pouze „ne“. Nutno podotknout, že respondentky z této kategorie již mají děti a jsou již zcela zaopatřeny, takže nemusí plodnost řešit tolik, jako kategorie *mladých žen*. U rozhovorů jsem otázku rozšířila i na zkušenost s bývalými partnery nebo i na jejich osobní přístup, kdyby partnera měly (pokud ho zatím nemají). Zkoumala jsem otevřenost žen v této intimní sféře, i když nepopírám flexibilitu přístupu vzhledem k různosti povah mužů. Většinou odpovídaly „když je potřeba“ a „jen to důležité“ (11×) a v ostatních případech byla odpověď „otevřeně“ (5×). Z těchto výpovědí tedy vyplývá, že mezi partnery toto téma v této věkové kategorii není tabu.

4.2.5 „12. Myslíte si, že by bylo lepší, kdyby ženy nemenstruovaly?“

V kategorii *dívky* (2000-2003) většina z nich odpověděla „ano“ (11×), přičemž jedna respondentka uvedla poznámku, že by pak ženy nemohly mít děti. Menší počet respondentek odpovědělo „ne“ (4×) a pouze jedna odpověděla „nevím“. Z výsledků je patrné, že pro *dívky* zatím není menstruace ničím důležitým a je spíše na obtíž. *Mladé ženy* (1988-1994) odpovídaly více ambivalentně, braly v potaz i fungování plodnosti bez menstruace: podle některých z nich by to bylo „pohodlnější“ (3×), podle jiných se jedná o „přirozený proces“ (4×) a jiné braly v potaz plodnost (5×). Že by to bylo „lepší“, „jednodušší“ nebo že by si to přály, zmínily také čtyřikrát. Jedna uvedla, že považuje otázku „typu kdyby za bezvýznamné. Dalo by se usuzovat, že kdyby existovala jiný (lepší) způsob, jak zůstat plodná a nemenstruovat, respondentky by nad tím uvažovaly, ale jinak to považují za proces, který je pro zachování života nutný. *Ženy* (1964-1969) vyjádřily ve dvou případech souhlas a v jednom případě byla odpověď „nevím“. Je zde patrné, že menstruace pro ně nepředstavuje téma, které musí řešit a spíše je na obtíž. Z rozhovorů vyplynula jako nejčastější odpověď „ne“ (10×), „ano“ pak zaznělo od zbytku respondentek (6×). Odpovědi však byly rozváděné a ne zcela striktní. Často zaznělo, že je to přirozené (6×), i přes to, že by to bylo snazší a příjemnější, je to indikátor plodnosti (často ve smyslu „ještě nejsem v tom“ nebo „díky menstruaci můžeme mít děti“), respondentky říkaly, že „to tak má být“, „tělo funguje tak, jak má“, i když by bylo lepší menstruovat například jednou za dva měsíce – lepší ve smyslu ušetření výdajů za menstruační hygienické pomůcky a bolesti by mohly vymizet, přičemž by muži zřejmě ocenili menší náladovost, kterou ženy během tohoto období prožívají. Jiné opravdu vyjádřily souhlas s vymizením menstruace, protože „je to otravné“, jsou v tomto období omezené v sexuálních praktikách a v neposlední řadě trpí bolestmi. Jedna respondentka uvedla, že by to bylo lepší například pro ženy ze zemí třetího světa, které nemají takové možnosti jako my, nebo pro ženy vyznávající judaismus a jsou tradičně sedm dní nečisté, přičemž jsou omezeny různými pravidly. Z této poslední otázky vyplývá jisté přijetí vlastního menstruačního cyklu, na druhou stranu by (logicky) volily variantu indikující plodnost, která nebolí a nestojí tolik peněz.

4.3 Výsledky dotazníkového šetření provedeného s gynekology

Dotazník pro gynekology jsem zaslala 15 gynekologickým zařízením (ať už se jednalo o soukromníky nebo o větší ordinace) do těchto měst: Praha, Olomouc, Jihlava, Ústí nad Labem a České Budějovice. Řídila jsem se tím, jestli mají lékaři dostupnou e-mailovou adresu, kam jsem dotazníky zasílala. Se dvěma gynekology jsem se setkala osobně v Praze. Celkem se mi podařilo získat pouhé čtyři vyplněné dotazníky (tři muži a jedna žena), dva z Prahy a po jednom z Jihlavy a Olomouce. Dostalo se mi i jedné rozhořčené odpovědi (bez vyplněného dotazníku). I přes malý počet dotazníků jsem se je rozhodla zveřejnit.

Otázky, které dotazník obsahoval, zněly:

- „1. Co je menstruace a jak se k ní stavíte Vy?“*
- „2. Jak běžně nazýváte menstruaci?“*
- „3. Představuje menstruace velký rozdíl mezi mužem a ženou?“*
- „4. Bylo by lepší, kdyby se o menstruaci více mluvilo, nebo je momentální stav, kdy menstruace není běžným veřejným tématem, v pořádku?“*
- „5. Je podle Vás osvěta mladých dívek dostačující? A mladých chlapců?“*
- „6. Jaký je Váš názor na reklamy na hygienické pomůcky?“*
- „7. Je podle Vás dobré, že je k nalezení mnoho knih a článků na téma menstruace v internetovém prostředí?“*
- „8. Chodí k Vám hodně žen s problémy s menstruací? Pokud ano, chodí spíše dřív nebo později po prvních symptomech?“*
- „9. Jak o menstruaci mluví pacientky? Stydí se nebo jim nevadí o tomto tématu hovořit? Jak menstruaci vnímají ve vztahu ke svému tělu? Jak ji pacientky nazývají?“*
- „10. Myslíte si, že jsou ženy ve svém přístupu k menstruaci hodně nebo málo ovlivněny tradicemi, tj. tím, v co se věřilo v minulosti?“*
- „11. Je menstruace diskutovaným tématem v lékařském prostředí? Pokud ano, jak moc?“*
- „12. Jak se staví lékařská obec k tématu menstruace?“*
- „13. Je postoj lékařů odlišný od postoje lékařek?“*

„14. Jaký je Váš názor na pohlavní styk během menstruace?“

„15. Bylo by lepší, kdyby menstruaci bylo možné léčit, aby neexistovala?“

Na první otázku všichni gynekologové odpověděli biologickým vysvětlením („pravidelné cyklické krvácení“, „uvolnění děložní sliznice“, „cyklické hormonální změny“, „ukazatel zdravotního stavu ženy“). Na druhou osobnější část otázky odpověděl pouze jeden lékař: nestaví se k ní nijak, protože je to přirozené a nezažívá ji. Menstruaci gynekologové nazývají nejčastěji pojmem „menstruace“ (4×), menses (2×). Dále zazněla tato slova: měsíčky (1×), perioda (1×), cyklus (1×). Jestli je menstruace velkým rozdílem mezi pohlavími, na tom se shodli tři lékaři; jeden z nich však nedokázal posoudit, do jaké míry, a pro čtvrtého je to zanedbatelný rozdíl (je to pro ženu přirozené tak, jako „pro muže plnovous“). O menstruaci se podle tří gynekologů mluví dostatečně, jeden se vyjádřil, že „až příliš“. Osvěta je dostačující pro tři lékaře, pro jednoho se vyskytuje až příliš mnoho klamných dostupných informací, přičemž „osvěty není nikdy dost“ a osvěta chlapců není dostačující. Názor na reklamy na hygienické pomůcky jednotný nebyl: vyskytly se odpovědi „nevadí“, „je přehnaná“, „reklama jako každá jiná“ a vyjádření, že není ideální. Na otázku týkající se informací o menstruaci, které jsou k nalezení v knihách a v internetovém prostředí, odpověděli kladně dva respondenti, celkem negativně se vyjádřil gynekolog upozorňující na články s mylnými informacemi a další lékař se vyjádřil, že neví, protože „nehledal“. Na otázku č. 8 odpověděli gynekologové „ano, spíše dříve“, „ano, ve všech stádiích poruch“, „ano, když potíže mají“ a „ano“, chodí včas (při silném krvácení hned a při jiných příznacích, pokud se nejedná o doprovod nějakého onemocnění, čekají 2-3 měsíce, což je správné). Před gynekology používají ženy tyto výrazy k označení menstruace: „měsíční krvácení“, „menstruace“ (2×), „krámy“ (2×), „menzes“ (2×), „návštěva“ (1×), „měsíčky“ (1×), „mé/své dny“ (2×), „sedla jsem si do rybízu“ (1×). Všichni lékaři uvedli, že se ženy před nimi nestydí hovořit o menstruaci. Podle lékařů se ženy dnes spíše řídí radami načerpanými z internetových stránek (1×), ještě v malé míře a to spíše na malých vesnicích a v nábožensky orientovaných rodinách, přičemž respondent uvedl, že se v dnešní době od tradičního vnímání velmi ustupuje (1×), „moc ne“ (1×) a „dnešní ženy jsou moderní“ (1×). V lékařském prostředí je diskutovaný spíše

menstruační cyklus celkový, nejen menstruace (1×), podle jiného respondenta je menstruace aktuální nejen v literatuře, ale i na kongresech a seminářích (2×), jiný se vyjádřil slovy „moc ne“ (1×) a „ne“ (1×). Lékařská obec se k tématu menstruace staví „neutrálně“ (1×), „profesionálně“ (1×), „nijak“ (1×), „normálně“ (1×). Co se týče odlišného postoje lékařů a lékařek, tak se liší tím, že se „lékařů netýká osobně“ (1×), „není rozdíl“ (2×), „neví“ (1×). Na otázku o pohlavním styku během menstruace odpověděli gynekologové „nevadí, pokud se dodržuje hygiena“ (1×), „nedoporučuje kvůli možnosti vzniku endometriózy“, „hygienické a neestetické, nedoporučuje, ale neodsuzuje“ (1×), „je praktikována víc, než se přiznává“, „není doporučován kvůli tomu, že je odlučující se endometrióza náchylnější k infekci“ a „dyskomfort“ (1×), „pokud oběma partnerům nevadí, tak ve slabší fázi, proč ne“ (1×). Na otázku, zda by bylo lepší, kdyby menstruace neexistovala, odpověděli respondenti takto: je to pro ženy výhodné a již ji lze léčit (2×; avšak dívky spíše chodí pro hormonální antikoncepci), existují přípravky (nitroděložní tělíška) zamezující růst endometria, avšak ne zcela zamezující jeho odlučování, přičemž do budoucna se odhaduje trend slábnoucí a více neviditelné menstruace (1×), mnoho žen bere kontinuálně hormonální antikoncepci a tak nemenstruuje (1×). Jeden lékař doplnil své odpovědi myšlenkou, že ženám menstruace nevadí, spíše ji považují za indikátor fází života a symbol plodnosti. Z odpovědí je patrné, že menstruace je pro lékaře vesměs hlavně biologický indikátor zdraví, který není lékařskou obcí probírán jinak než odborně ve smyslu nových postupů a léků. Ženy nemají problém s lékaři o měsíčním krvácení mluvit a z drtivé většiny zřejmě nedodržují žádné historické zvyky, informace podle nich čerpají z dostupných zdrojů (hlavně internet a knihy). Co se výrazů používaných k označení menstruace týče, používají se více „menstruace“ a „menzes“, u pacientek je oblíbený výraz „krámy“ (což vyplynulo i z dotazníků respondentek-pacientek).

4.4 Výsledky dotazníkového šetření provedeného se zástupci firem

Podářilo se mi získat pouze jeden vyplněný dotazník od firmy *Freudenberg Potřeby pro domácnost, k.s.* (zastupující značku *Kotex*), přičemž jsem zastoupení

v České republice našla celkem u tří firem, kterým jsem dotazníky poslala. Otázky pro společnosti byly následující:

- „1. Jakou filozofii zastává firma vůči menstruaci a jak se staví k ženám?“*
- „2. Šíří společnost osvětu mezi mladými dívkami? Pokud ano, jak?“*
- „3. Jakou formou se firma prezentuje zákaznicím v České republice?“*
- „4. Používají ženy v České republice spíše vložky nebo tampony? Víte proč?“*
- „5. Je propagace hygienických pomůcek rozdílná v různých státech? Pokud ano, proč?“*
- „6. Jakými zásadami, nařízeními a pravidly se řídí společnost při propagaci svých výrobků?“*
- „7. Hodlá firma propagačně více překračovat genderové tabu a zapojit více muže do kampaní?“*
- „8. Jak je vnímána menstruace na pracovišti ve Vaší společnosti mezi kolegy a kolegyněmi?“*
- „9. Jak ve firmě menstruaci nazýváte (jaká slova používáte), když o ní mluvíte?“*

Menstruaci představují jako přirozenou součást života ženy (při kterém nechce měnit své zvyklosti) a jedná se o období, za které by se neměly stydět. Osvětu šíří pomocí webových stránek www.kotex.cz a Facebookových stránek *Kotex – Jsem stylová* a do povědomí zákaznic se dostává, kromě výše uvedených webových stránek, pomocí televizních reklam. Navzdory tomu, že trh tamponů roste „meziročně o 10%“, používají je zákaznice ve věkové kategorii 16 až 30 let. Vložky naproti tomu užívají všechny ženy a to již od 12 do 50 let. Reklama je podle kontaktní osoby stejná v různých zemích, zmiňuje aktuální televizní reklamu na tampony *Kotex*, která se objevuje v několika různých státech (Bělorusko, Česká republika, Rusko, Ukrajina) a dodává, že na obalech jsou informace podávány „mezinárodním způsobem komunikace“. Tato společnost se řídí etickými pravidly, pravidly pravdivě informovat o přednostech produktu a „pravidly dobrého vkusu“. Propagace je cílená výhradně na ženy, ale muže využívají pro „příjemné zpestření v komunikaci, kdy muž je v roli ‚spojence‘“ např. na výše zmíněných Facebookových stránkách je zobrazen muž s napjatým výrazem jedoucí pro tampony pro svou partnerku. Menstruace je vnímána „jako byznys“, menstruační hygienické pomůcky jsou prodáváním produktem. I muži

pracující jako zástupci firmy hovoří o menstruaci otevřeně. Pro označení měsíčního krvácení je nejběžněji používán termín menstruace.

5. Menstruace a média

5.1 Čistota a nemoc

Ve 21. století je ženské tělo do velké míry sexualizováno. Jasnou známkou toho jsou různé reklamy, na kterých se objevují ženy, i když s výrobkem vůbec nesouvisí; navíc se ženy v reklamě objevují více než muži, mnohdy i velice spoře oblečené. Porovnání toho, jak moc je médií podávána žena svlečená, a toho, jaké reakce vzbuzuje výstava související s menstruací, je podle mě nesporným znakem této „sexualizace“ ženského těla, které má přinášet jen potěšení, ať již estetické či erotické. Myslím si, že vzhledem k historickému i praktickému důrazu společnosti kladenému na hygienu a čistotu (kterou mimo jiné propagují nejen reklamy na čisticí a dezinfekční prostředky, ale i jakékoliv fotografie interiérů prezentující naprosto sterilní a nepoužité místnosti, které jsou popisovány termíny „útulný“, „rodinný“ apod.) jsou tak vnímána i těla: musí mít nejlépe dokonalé křivky a být čistá (stačí připomenout všechny reklamy na deodoranty slibující svěžest, minimální pocení i zápach a ničení bakterií). Hygiena a naprostá, sterilní a dezinfikovaná, čistota jsou téměř synonymem pro zdraví. Co je zdravé, to je „sexy“. Zdravé zahrnuje západní společnost pod to, čemu rozumí jako řád. Nemoc působí odpudivě, nebezpečně, lidé se jí snaží vyhnout. Vymyká se „ideálnímu normálnímu“ stavu těla. O to bizarněji a nemístněji působí reklamy na lékařské preparáty, které se snaží šokovat nebezpečím potíží a tím více vzbuzují efekt tíhnutí diváka ke sterilní, hygienické a tím pádem zcela bezpečné realitě. Menstruace se tedy svou povahou (neregulovatelné krvácení, které obsahuje bakterie a které může ženu potenciálně ohrožovat, špinící její prádlo, znemožňující její pohlavní dostupnost v sexuálním slova smyslu a mnohdy jí způsobující bolesti) na běžnou populaci působí podobně jako nemoc a reklama s imitací krve na diváka působí nemístně a budí dojem špinavosti.⁴⁷

⁴⁷ DOUGLAS, Mary. *Čistota a nebezpečí: analýza konceptu znečištění a tabu*. Vydání 1. Praha: Malvern, 2014. KULA. ISBN 978-80-87580-91-2, s. 139, 182,

LORBER, Judith. Věřit znamená vidět. Biologie jako ideologie. *Sociální studia*. [online]. Fakulta sociálních studií Masarykovy univerzity v Brně, 2005, vol. 2, s. 91-113 [vid. 1. 8. 2016]. ISSN 1214-813X. Dostupné z <http://socstudia.fss.muni.cz/?q=content/věřit-znamená-vidět-biologie-jako-ideologie>, s. 96, 100,

5.2 Moderní hygienické menstruační pomůcky

V dnešní době je výběr menstruačních pomůcek vsutku široký. Nejen velké množství značek, ale také druhů se snaží naplňovat potřeby zákaznic. Všechny druhy se snaží nasytit poptávku po pohodlném nošení ať už během menstruace či mimo ni. Pro koho nejsou pohodlné klasické vložky, mohou použít tampóny. Pokud žena chce dbát na ekologii, může si zvolit látkové pratelné vložky nebo menstruační kalíšek.

Určitým standardem jsou již vložky uzpůsobené k lepšímu vstřebávání menstruační krve i křídélka u vložek, které zabraňují protékání ze stran a zároveň drží vložku přilepenou na kalhotkách. Přitom existují různé druhy vložek s různou tloušťkou vzhledem k různému množství tekutiny, protože je ženy používají i mimo menstruaci (slipové vložky neboli intimky), pokud mají výtok nebo jen pro lepší pocit, i vložky přizpůsobené střihu kalhotek, např. tangové vložky (které jsou tenké a určené k nošení mimo periodu). Vložky jsou však běleny a mohou způsobit na sliznici zarudnutí nebo podráždění. Výrobci tlačí vývoj směrem k tomu, aby byly vložky co nejtenčí, pohybovaly se co nejméně po kalhotkách a aby neprosakovaly. „Většina vložek se vyrábí z polypropylenu, který se nerozkládá (...).“⁴⁸ Kromě klasických vložek existují i ekologické varianty látkových vložek, které lze prát nebo jsou z bio bavlny, protože běžné vložky jsou vyrobeny z umělých materiálů, které se v přírodě problematicky rozkládají. Podle článku *Conventional Feminine Hygiene Products: A Women's Issue With Toxic Implications* jsou vložky a tampóny vyráběny z bavlny a syntetického umělého

NEUMANN, Stanislav, K. *Dějiny ženy. Populárně sociologické, etnologické a kulturně historické kapitoly*. Vydání 1. Praha: Otakar II., 1999. ISBN: 80-86355-03-9, s. 1058-1059,

PECHAROVÁ, Jitka. *Menstruace tajná a tajená* [online]. Brno. 2011. Dostupné z:

http://is.muni.cz/th/220093/fss_b/. Bakalářská práce. Masarykova univerzita, Fakulta sociálních studií. Vedoucí práce Mgr. Eva Šlesingerová, Ph.D., s. 26.

⁴⁸ HERBENICK, Debby a SCHICK, Vanessa. *Přečti si mě: vše, co potřebujete vědět o vagině a vulvě*. Vydání 1. Praha: Pragma, 2011. ISBN 978-80-7349-278-6, s. 165.

hedvábí, které se vyznačuje svou velmi dobrou savou vlastností a které se vyrábí z buničiny. Tento materiál se používá i k výrobě tamponů.⁴⁹

Dalším druhem je hlavně ve Spojených státech Amerických velmi populární tampon. Jedná se o savé, podlouhlé těleso válcovitého tvaru mající na jedné straně zúžený konec. Z druhé strany je upevněn provázek, pomocí kterého je tampon vytahován po použití. Tampony mají různé tvary a liší se nejen velikostně, ale také i povrchem (některé mají vroubky apod.). K některým druhům tamponů jsou přidávány aplikátory, trubice vzdáleně připomínající injekční stříkačku, pro snadnější zavádění do pochvy. „*U materiálů používaných na tampony moc na výběr není. Obvykle se vyrábí z umělého hedvábí a/nebo vaty; organické tampony se většinou vyrábí ze 100 procentní organické vaty bez bělení používaného u jiných tamponů. Jedna z nejdůležitějších věcí, kterou se tampony liší, je způsob, jakým se rozpínají při absorpci. Některé tampony se prodlužují, zatímco jiné se rozpínají do šířky.*“⁵⁰ Tampony ženám umožnily užívat si plavání během dovolených, vzhledem k jejich absorpčním účinkům již v těle, na druhou stranu mohou přivodit některým ženám toxický šok (TSS). Tento toxický šok souvisí s buničinou, ze které se vyrábí (společně s bavlnou), stejně jako vložky. Již se vyskytují i bio tampony vyráběné z bio bavlny. Na rozdíl od České republiky se ve Spojených státech Amerických jsou již běžná balení s několika

⁴⁹ DONSKY, Andrea. Conventional Feminine Hygiene Products: A Women's Issue With Toxic Implications. *Naturally Savvy™*. [online]. 2013. [Vid. 2. 8. 2016]. Dostupné z <http://naturallysavvy.com/care/conventional-feminine-hygiene-products-a-womens-issue-with-toxic-implications>,

HERBENICK, Debby a SCHICK, Vanessa. *Přečti si mě: vše, co potřebujete vědět o vagině a vulvě*. Vydání 1. Praha: Pragma, 2011. ISBN 978-80-7349-278-6, s., 76, 164-166,

HOŘEJŠÍ, J. *Gynekologické problémy u děvčátek a dospívajících dívek*. Vydání 1. Praha: Grada Publishing, 2003. ISBN: 80-247-0553-2, s. 72,

LIVOTIOVÁ, Carol, TOPPOVÁ, Elizabeth. *Vagina – manuál pro majitelky*. Vydání 1. Praha: Smart Press, Grada Publishing, 2005. ISBN: 80-239-4113-5, s. 37.

⁵⁰ HERBENICK, Debby a SCHICK, Vanessa. *Přečti si mě: vše, co potřebujete vědět o vagině a vulvě*. Vydání 1. Praha: Pragma, 2011. ISBN 978-80-7349-278-6, s. 172.

velikostmi ve snaze přizpůsobit výrobek měsíčnímu cyklu i ve směru intenzity krvácení.⁵¹

Menstruační kalíšky vznikly již ve 30. letech 20. století, ale populární se staly poměrně nedávno. Jsou to silikonové nádoby se stopkou u dna, které lze zmáčknout a zavést do pochvy, kde se roztáhnou a drží podtlakem. Pro vyndání se kalíšek musí lehce zmáčknout prsty a opatrně vysunout. Užívání menstruačního kalíšku chce zručnost, přičemž vzhledem k vyšším cenám se jedná spíše o rozhodnutou věc než jen o vyzkoušení něčeho nového. Po vylití menstruační krve (menstruační kalíšek dokáže zachytit 30 ml krve) a opláchnutí je opět připravený k použití. Jedná se o ekologické řešení, které u mnoha žen budí buď rozpaky, nebo nadšení. Podle výrobců může jeden kalíšek vydržet až 15 let.⁵²

Raritní je užívání umělých menstruačních houbiček, které jsou k dostání převážně v sexshopech, a které lze využít jako ekologickou alternativu tamponů, nevydrží však během jednoho použití dlouhou dobu, protože během silné

⁵¹ DONSKY, Andrea. Conventional Feminine Hygiene Products: A Women's Issue With Toxic Implications. *Naturally Savvy*TM. [online]. 2013. [Vid. 2. 8. 2016]. Dostupné z <http://naturallysavvy.com/care/conventional-feminine-hygiene-products-a-womens-issue-with-toxic-implications>,

HERBENICK, Debby a SCHICK, Vanessa. *Přečti si mě: vše, co potřebujete vědět o vagině a vulvě*. Vydání 1. Praha: Pragma, 2011. ISBN 978-80-7349-278-6, s. 74, 166-173,

HOŘEJŠÍ, J. *Gynekologické problémy u děvčátek a dospívajících dívek*. Vydání 1. Praha: Grada Publishing, 2003. ISBN: 80-247-0553-2, s. 72-73,

LIVOTIOVÁ, Carol, TOPPOVÁ, Elizabeth. *Vagina – manuál pro majitelky*. Vydání 1. Praha: Smart Press, Grada Publishing, 2005. ISBN: 80-239-4113-5, s. 36, 37-38,

WORELL, Judith, ed. *Encyclopedia of women and gender: sex similarities and differences and the impact of society on gender*. London: Academic Press, 2001. 2 sv. ISBN 0-12-227247-1, p. 741.

⁵² Co je menstruační kalíšek? *Kalíšek.cz* [online]. [Vid. 4. 8. 2016]. Dostupné z <http://www.kalisek.cz/menstruacni-kalisek.php>,

HERBENICK, Debby a SCHICK, Vanessa. *Přečti si mě: vše, co potřebujete vědět o vagině a vulvě*. Vydání 1. Praha: Pragma, 2011. ISBN 978-80-7349-278-6, s. 174,

Menstruační kalíšek LadyCup. *Lady Cup*[®] [online]. [Vid. 4. 8. 2016]. Dostupné z <http://www.ladycup.cz>,

Revoluce v ženské menstruaci! *Menstruační kalíšek* [online]. [Vid. 4. 8. 2016]. Dostupné z <http://www.menstruacnikalisek.com>.

menstruace jejich absorpční účinky nemusí stačit. Jedná se také celkem o novinku na trhu zamýšlenou hlavně tak, aby bylo možné provozovat pohlavní styk během menstruace.⁵³ Kromě těchto umělých houbiček se na trhu již vyskytují i přírodní ošetřené mořské houby, které jsou prodávány s velkým důrazem na jejich ekologickou funkci – po opotřebení je lze i zakopat do země, kde se rozloží. Organické houby se od těch požívaných v minulosti liší tím, že se nyní prodejci snaží klást důraz na hygienickou a ekologickou stránku, přičemž pro jejich čištění se prodává i speciální sůl, ale je možné je čistit vyvařováním, což není příliš časově výhodné.⁵⁴

Poslední novinkou jsou zatím jen ve Spojených státech amerických prodávané menstruační kalhotky THINX, které se vzhledově neliší od normálních kalhotek. Jsou vyrobeny ze speciálních vláken, přičemž samotné kalhotky lze rozdělit na dvě vrstvy: svrchní, která reaguje na bakterie, ničí je a zároveň vsakuje tekutinu do spodní části, a spodní, která zadržuje tekutinu tak, že neprotéká. Kalhotky se mají prát ihned po výměně ve studené lázni bez použití změkčovačů a bělidel. Toto spodní prádlo se prodává ve vyšší cenové kategorii, ale navzdory tomu se prodejci snaží prorazit pomocí vlastního e-shopu i obchodu Facebookových stránek.⁵⁵

Kromě hmotných menstruačních pomůcek se objevila i metoda původem z Číny, která spoléhá na sílu pánevních svalů a znemožňuje vytékání krve. Ženy, které toto stahování svalů úspěšně praktikují, „bezpomůckovou“ metodu nazývají „svobodná menstruace“. Tento způsob ovládnutí vytékání menstruační krve

⁵³ „menstruační houbička“ (heslo). *Heureka*. [online]. [Vid. 4. 8. 2016]. Dostupné z <http://www.heureka.cz/?h%5Bfraz%5D=menstruační+houbička>.

⁵⁴ Co je to menstruační houba? *Menstruační houby.cz* [online]. [Vid. 4. 8. 2016]. Dostupné z <http://www.menstruacnihouby.cz/menstruacni-houba.html>,

HERBENICK, Debby a SCHICK, Vanessa. *Přečti si mě: vše, co potřebujete vědět o vagině a vulvě*. Vydání 1. Praha: Pragma, 2011. ISBN 978-80-7349-278-6, s. 175.

⁵⁵ HERBENICK, Debby a SCHICK, Vanessa. *Přečti si mě: vše, co potřebujete vědět o vagině a vulvě*. Vydání 1. Praha: Pragma, 2011. ISBN 978-80-7349-278-6, s. 166,

How it works. *Thinx* [online]. [Vid. 4. 8. 2016]. Dostupné z <http://www.shethinx.com/pages/it-works>.

zpopularizovala Caroline Oblasser ve své knize *Bolestivé měsíčky, sbohem!* Zásadní je dokázat vědomě uzavřít čípek tak, aby jím menstruační krev nevytékala. Po nějaké době žena ucítí nutkání jít na toaletu a to je ta chvíle, kdy její tělo již není schopno udržet více menstruační krve.⁵⁶

Z výčtu existujících hygienických menstruačních pomůcek je vidět, že technika použití se příliš nezměnila: buď se těleso zavádí dovnitř, nebo uchycuje zevně tak, aby přiléhalo k vulvě. Také je nápadná podobnost menstruačních pomůcek a jejich inspirace tím, co ženy používaly dávno předtím. Je zcela jasné, že se jednotlivé firmy snaží sobě konkurovat a že se jedná o boj o zákazníky.

Z dotazníkového šetření vyplynulo, že *dívky* (200-2003) používají o něco více vložky (13×) než tampony (9×), přičemž některé obě varianty kombinují. Častým odůvodněním použití bylo pohodlí, ojediněle nenápadnost (v případě použití tamponů) a zdravotní důvody (v případě použití vložek). Z výsledků *mladých žen* (1988-1994) se ukázalo, že používají vložky i tampony ve stejné míře (obojí se vyskytlo 6×), v menším měřítku se vyskytly i menstruační kalíšky (2×) i slipové vložky (2×). V jednom případě se vyskytly i bio vložky i bio tampony (obojí 1×). *Ženy* (1964-1969) ve dvou případech ze tří používají produkty značky Always (jedna uvedla různé typy a druhá pouze vložky). Třetí respondentka používá hlavně O. B. tampony. Větší variabilita u *mladých žen* nasvědčuje i většímu zájmu zkoušet nové druhy produktů kvůli zvýšení pohodlí i ohledu na ekologický dopad použitých hygienických pomůcek. Z rozhovorů vyplynulo, že všechny respondentky používají ty menstruační hygienické pomůcky, které jsou pro ně pohodlné a příjemné. Dalším důvodem užívání byla nutnost (tampony pro tři respondentky), praktičnost (2×), zdravotní důvody (1×), „čistotu“ (1×). Tampony a vložky respondentky používaly stejně často (10×),

⁵⁶ JUŘENČÁKOVÁ, Kateřina. Menstruace bez vložek a tampónů? Ano! *Žena Luna*. [online]. [Vid. 4. 8. 2016]. Dostupné z <http://www.zenaluna.cz/pribehy/menstruace-bez-vlozek-tamponu-ano>,

SEDLÁČKOVÁ, Barbora. Automatky: S bezvložkovou metodou můžete menstruovat bez vložky a mít čisté oblečení. *Radio Wave* [online]. [Vid. 4. 8. 2016]. Dostupné z http://www.rozhlas.cz/radiowave/automatky/_zprava/automatky-s-bezvlozkovou-metodou-muzete-menstruovat-bez-vlozky-a-mit-ciste-obleceni--1633772.

v potaz jsem nebrala častost užívání. Ve dvou případech respondentky užívaly menstruační kalíšky. Výjimku tvořil produkt očišťující tělísko používaný ze zdravotních důvodů. Ženy jmenovaly tyto značky: nejčastěji *O. B.* a *Always*, dále pak *Kotex*, *Ria*, *DM*, *Tampax*, *LadyCup* a neznačkové. V rozhovoru dvě ženy zmínily, že v minulosti reklamy měly vliv na výběr produktů, které stále používají. U kalíšků vyjádřily tři respondentky obavu, zejména týkající se vyndávání. Z výpovědí je patrné, že používány jsou různé značky, respondentky zkoušely různé produkty a zůstaly u těch, které jim vyhovují, přičemž některé z nich minimálně čas od času použijí vložky nebo tampony, pokud je běžně nepoužívají.

5.3 Fenomén „modré menstruace“

I přesto, že je menstruace pojmem známým a učeným v jisté míře i na školách, dostupný v knižní formě i v internetovém prostředí, je znázorňována jen nepřímo, pomocí reklam zobrazující ženy, které si chtějí v pohodlí, čistotě a vůni užít i „své dny“ a své své schopnosti demonstruje pomocí modré tekutiny, která působí mnohem sterilnějším, hygieničtějším a čistotnějším dojmem, než jaký v lidech a zejména ženách, vyvolává červená tekutina. Lze se domnívat, že je to způsobené důsledkem tabuizování intimního tématu v minulosti a snahou divačky i diváky neuvádět do rozpaků, nebo snahou uchránit děti před poznáním něčeho ze světa dospělých či uchránit rodiče před rozpačitými otázkami dětí.

Barevné vnímání reklamního konceptu je spojováno s klientelou, na kterou je zaměřováno, kterou má zaujmout a pro kterou má být atraktivní. Podle výzkumu Joeho Hallocka je nejoblíbenější barvou u mužů a žen právě modrá barva. Na druhém místě u žen se umístila fialová, u mužů zelená. Jako nejméně atraktivní se u žen ukázala být oranžová barva, u mužů hnědá. Na druhém místě neoblíbenosti se u žen umístila hnědá a u mužů se stejným počtem hlasů oranžová a fialová. Z výzkumu také vyplynulo, že ženy spíše preferují jemné, zatímco muži výrazné odstíny. Ženy také dávají přednost barvám s nádechem do bílé barvy, na druhou stranu muži inklinují k odstínům do černé. Zároveň se ukázalo, že respondenti si lépe pamatovali předměty nesplývající s pozadím a jakoby

„vystupující“ z plochy; červená se tedy zdá být z tohoto hlediska pro produkt jako dobrá volba. Avšak u hygienických pomůcek tomu tak není.⁵⁷ Podle marketingové strategie významu barev pro populaci modrá barva působí na diváka přátelsky, vzbuzuje pocit bezpečí, stability, sebevědomí, důvěry, hloubky a připomíná nebe nebo vodu. Fialové odstíny zas vyvolávají pocity ženskosti, atraktivity, mystéria, uspokojení, kreativity, romantiky i magie, kouzla. Růžová působí žensky, pasivně, nevinně, jemně, přátelsky a pohodově. Zelená barva evokuje svěžest, růst, plodnost, klid, harmonii a zdraví. Bílá je barvou pro uhlazenost, světlo, vytríbenost, panenství, oddanost, pravdivost, čistotu a sterilitu. (Zelená i bílá mají určitý symbolický vztah k lékům a léčení skrz své významy.) A nakonec červená barva symbolizuje vitalitu, sexualitu, válku, sílu, vášně, agresivitu a krev. Tyto barvy jsem vybrala jako nejčastější barvy, které se vyskytují v televizních reklamách ve spojitosti s hygienickými menstruačními pomůckami. (Například *Kotex* v jedné ze svých kampaní použila černé obaly pro hygienické menstruační pomůcky, absolutně odlišné od konkurence.) Z jednotlivých charakteristik je celkem patrné, jaké pocity chtějí tvůrci vyvolat u diváků i divaček a nalákat je ke koupi svého produktu. Žena, která se trápí bolestmi během menstruace, může chtít vyzkoušet využít produkt, který působí uklidňujícím dojmem a slibuje čistotu, svěžest, pohodlí a ochranu před případným protečením. Právě tyto aspekty a charakteristiky červené barvy jsou pravděpodobně jedním z důvodů, proč reklamní oddělení firem ji nevolí do reklam s hygienickými pomůckami – jedná se o barvu vyvolávající mužské charakteristiky: agresivitu, vášně a sexualitu (která je ve své aktivní formě v dnešní době stále připisována více mužům než ženám, které jsou spíše pasivní a muže „lákají“). Existuje ještě jeden rozdíl mezi modrou a červenou barvou: modrá člověka uklidňuje a zpomaluje jeho tep; červená naopak povzbuzuje a tep zrychluje. Použití červené barvy u menstruačních pomůcek tedy spíše šokuje a to jak z důvodu společností přijímaného konceptu vnímání menstruační krve, tak i z podvědomého vlivu červené barvy na metabolismus. Je možné, že použití opozitní modré barvy je určitou snahou menstruaci uchopit a nějak ji vymezit, „dát jí řád“, vzhledem k symbolice přisuzující modré barvě logický a myšlenkový aspekt běžně

⁵⁷ CIOTTI, Gregory. *The Psychology of Color in Marketing and Branding. Help Scout*. [online]. 2016. [Vid. 4. 8. 2016]. Dostupné z <https://www.helpscout.net/blog/psychology-of-color/>.

přisuzovaný mužské sféře na rozdíl od červené barvy evokující spíše rozbouřené emoce (které ženy mohou během PMS i samotné menstruace zažívat).⁵⁸

Je zde i vysvětlení, že krev může u některých lidí vyvolávat nevoli a dokonce by mohli omdlít. To však nevysvětluje povolené zobrazování krve v jiných pořadech, například zprávách, seriálech i filmech, kde se (falešná) krev objevuje zcela běžně. Barvy tělních tekutin (nejen červená, ale i žlutá, oranžová, hnědá, ale i zelená a černá) nebudou působit tak, jako čirá modrá tekutina připomínající čistou vodu. Bennetová se ve své knize domnívá, že společnosti prezentují menstruaci jako modrou tekutinu proto, že ženy se nechtějí dívat na svou menstruaci. Podle článku *Blue Liquid Absorbent* byly reklamy na menstruační hygienické pomůcky zakázané do 80. let 20. století a poté povoleny pod podmínkou, že nebudou ukazovat skutečnou krev nebo červeně zbarvenou tekutinu.⁵⁹ Červená barva se ve spojitosti s menstruací, byť nepřímo, objevila na televizních obrazovkách jen jednou a to až na konci 90. let 20. století (!) v Austrálii. Reklama zobrazovala vraždu, kdy žena, kurátorka, která spáchala vraždu, setřela krev, předtím, než ji mohla policie nalézt, vložkou. Tím se měla demonstrovat savost produktu. Reklama byla po krátké době stažena z vysílání. I

⁵⁸ Color Meaning. *Color Wheel Pro – See Color Theory in Action*. [online]. [Vid. 4. 8. 2016].

Dostupné z <http://www.color-wheel-pro.com/color-meaning.html>,

„dan“. Why do they usually use a blue liquid to represent menses in sanitary napkin commercials?

Yahoo! Answers. [online]. 2015. [Vid. 4. 8. 2016]. Dostupné z

<https://answers.yahoo.com/question/index?qid=1006022502977>,

DOUGLAS, Mary. *Čistota a nebezpečí: analýza konceptu znečištění a tabu*. Vydání 1. Praha:

Malvern, 2014. KULA. ISBN 978-80-87580-91-2, s. 217,

GEER, Kurt. The Psychology of Colors in Advertising and Marketing. *Street Directory*. [online].

2016. [Vid. 4. 8. 2016]. Dostupné z

http://www.streetdirectory.com/travel_guide/110550/psychology/the_psychology_of_colors_in_advertising_and_marketing.html.

⁵⁹ BENNETT, Jane. *Požehnaní, ne prokletí*. Praha: DharmaGaia, 2014. ISBN: 978-80-7436-048-0, s. 44,

Blue Liquid Absorbent. *TV Tropes*. [online]. [Vid. 4. 8. 2016]. Dostupné z

<http://tvtropes.org/pmwiki/pmwiki.php/Main/BlueLiquidAbsorbent>,

NEWMAN, Andrew, A. Rebellious Against the Commonly Evasive Feminine Care Ad. *The New York Times*. [online]. 2010. [Vid. 4. 8. 2016]. Dostupné z

<http://www.nytimes.com/2010/03/16/business/media/16adco.html?ref=business&r=0>.

přes tyto zákazy se začínají objevovat tendence bořit komerční představu o modré tekutině. V posledních letech lze na Youtube.com nalézt pokusy, ať seriózně či sarkasticky míněné, jak zobrazit skutečnou menstruaci, a reflektující současný stav mediálně představované menstruace. V těchto videích je menstruace zobrazována červenou barvou, avšak objevují se i metaforická zobrazení měsíčního krvácení v podobě běžného krvácení přirozenou červenou barvou.⁶⁰

Cenzura v reklamě, diktující, která slova a barvy se nesmí používat ve vztahu k menstruaci, je v 21. století v západním světě celkem absurdní, přihlédneme-li k faktu, jak lehce dostupný je obsah určený pro dospělé dětem. Všechny tyto přetrvávající zákazy poukazují na nezdravý pohled na ženské tělo, extrémní zaměřování na několik prvků a potlačování jiných důležitých a citlivých oblastí ženského života, které nemusí být plně exponovány veřejnosti, ale také by neměly být opomíjeny a považovány za něco špatného. Prvky těla, které se nachází mimo hranice harmonie, jsou špatné a vyžadují cenzuru, potlačení nebo i trest proto, aby alespoň známka jejich rozumového ohraničení či ovládnutí je vymezila do jasného rámce, ve kterém nemohou působit tak nebezpečně a mohou naopak být pod dohledem. To, jak společnost propaguje menstruaci i tělo jako takové, má zásadní vliv na to, jak ženy vnímají své tělo, protože „*fyzické tělo je vždy tělo sociální*“.⁶¹

⁶⁰ BENNETT, Jane. *Požehnaní, ne prokletí*. Praha: DharmaGaia, 2014. ISBN: 978-80-7436-048-0, s. 44,

Blood. *BodyformChannel*. [online]. [Vid. 2. 7. 2016]. Dostupné z

<https://www.youtube.com/watch?v=8Q1GVOYIcKc>,

Blue Liquid Absorbent. *TV Tropes*. [online]. [Vid. 4. 8. 2016]. Dostupné z

<http://tvtropes.org/pmwiki/pmwiki.php/Main/BlueLiquidAbsorbent>,

HelloFlo. [online]. [Vid. 2. 7. 2016]. Dostupné z

<https://www.youtube.com/channel/UCGL9nHMvNVRawDxwazMMPgA>,

If Maxi Pad Ads Used Red Instead of Blue. *UCB Comedy*. [online]. [Vid. 2. 7. 2016]. Dostupné z

<https://www.youtube.com/watch?v=EufLuiy2ANc>,

Period Piece Official. [online]. [Vid. 2. 7. 2016]. Dostupné z

<https://www.youtube.com/channel/UCsdL45XTkQjrykVb0BWnJTA/feed>.

⁶¹ DOUGLAS, Mary. *Čistota a nebezpečí: analýza konceptu znečištění a tabu*. Vydání 1. Praha: Malvern, 2014. KULA. ISBN 978-80-87580-91-2, s. 233,

Souhlasím s výrokem Oliviera Toscaniho, že reklama je v úpadku, protože přestala přemýšlet. Budoucnost reklamy a zvláště reklamy zaměřující se na prodej hygienických pomůcek závisí na důmyslnosti i vzdělávací funkci, protože se jedná o funkci ženského těla, které je zcela přirozené. Možná je to způsobené tím, že menstruační prezentační schopnosti jsou omezené, na jedné straně je zde tlak od distributorů (např. již zmíněných televizních stanic), ale i od konzervativní části veřejnosti; bez jejího přílišného pohoršení nelze se pokoušet prodávat produkty pro měsíční krvácení sexualizovanou formou jako řadu jiných výrobků i služeb. Nedokázala jsem zjistit, do jaké míry se na vytváření těchto reklam podílí muži, ale i přesto se domnívám, že mužský pohled na menstruaci jí může škodit svým neúplným pochopením a vcítěním, které výzkumy nedokáží dostatečně simulovat. Velmi nápadné je snahou těchto reklam poukázat na zvládnutí bolesti, únavy a nepohodlí pomocí hygienické menstruační pomůcky. Velmi časté jsou výjevy veselých a čilých žen vykonávající nějaký sport či tanec implicitně říkajících „kup si mě, budeš své krvácení snášet tak skvěle, jako já, budeš se cítit dobře“, což je logické. Na druhou stranu je otázkou, jestli toto právě ženy od menstruačních pomůcek očekávají nebo jestli se nenechají oklamat a vědí, že žádný produkt nedokáže zvrátit nepříjemné stavy doprovázející menstruaci (pokud to není tisícilí lék z lékárny).⁶² Reklama zaměřující se na hygienické menstruační pomůcky se musí změnit.

V dotazníkovém šetření jsem se zajímala i o názor žen na současnou reklamu propagující hygienické menstruační pomůcky. U kategorie *dívky* (2000-2003) se převážná většina vyjádřila k tomu, že je reklamy nezajímají a výrobky si podle nich nevybírají (9×). To, že reklamy mají vliv na to, co si koupí, uvedly čtyři respondentky. Další názory byly, že jsou reklamy nevhodné (2×), že je

LORBER, Judith. Věřit znamená vidět. Biologie jako ideologie. *Sociální studia*. [online]. Fakulta sociálních studií Masarykovy univerzity v Brně, 2005, vol. 2, s. 91-113 [vid. 1. 8. 2016]. ISSN 1214-813X. Dostupné z <http://socstudia.fss.muni.cz/?q=content/věřit-znamená-vidět-biologie-jako-ideologie>, s. 94 (cit.),

NORTHRUPOVÁ, C. *Zdravá žena. Od narození k prvnímu početí*. Vydání 2., v upravené dvoudílné formě 1. Praha: Columbus, 2008. ISBN: 978-80-7249-249-7, s. 13, 29.

⁶² TOSCANI, Oliviero. *Reklama je navoněná zdechlinou*. Praha: Slovart, 1996. ISBN 80-85871-82-3, s. 21, 23, 43.

nevnímá (1×) a že jsou směšné (1×) s poukazem na modrou tekutinu. Mladé ženy (1988-1994) nejčastěji vyjadřovaly názor, že reklamy neovlivňují jejich výběr (5×). Mnohé z nich tyto reklamy ani nijak zvlášť nevnímají (4×). Malému množství respondentek však nevadí (2×) a ovlivňují to, co si koupí (2×). Výjimečně pak se takovéto propagace výrobků nelíbí a ani neovlivňuje zároveň (1×), připadají nevhodné (1×) nebo hloupé (1×) a jedné z respondentek je to jedno (1×). Reklamy tedy této skupině příliš nedávají a dokonce inspirují jen minimálně, protože se po vyzkoušení stejně uchylují k produktům, se kterými se cítí nejvíce pohodlně. Poslední skupině ženy (1964-1969) připadají reklamy na toto téma nevhodné (1×), nepatřící to televize (1×), neovlivňuje je (3×) a nesledují je (2×). Výsledky z rozhovorů byly podobné těm dotazníkovým: na výběr žen reklamy v převážné většině případů nemají vliv (15×), používají spíše osvědčené značky (12×), i když některé se nebrání tomu vyzkoušet něco nového, ale pokaždé se vrátily k výrobku, který již měly odzkoušený delší dobu. Reklama byla nejčastěji označena jako „trapná“ (6×), „šílená“ (2×), „přehnaná“ (2×), „blbost“ (2×), „hloupá“ (2×), hrozná (2×). Tři ženy reklamy na tyto výrobky nevnímají. Dvě respondentky se explicitně vyjádřily, že reklamě nevěří, a jiné dvě, že nemají názor. Ve stejném počtu označily respondentky reklamy na hygienické menstruační pomůcky jako ty nejhorší reklamy vůbec. Po jednom hlase získaly tyto charakteristiky reklamy: „tragické“, „nevhodná pro děti“, „stupidní“, „odrazující“, „příliš odhalující intimitu ženy“ a „pěkná“. Tři respondentky se vyjádřily, že jsou menstruační hygienické pomůcky vyskytující se v reklamě drahé. Z výsledků je patrné, že reklamy u žen neobstály a koncept, který je používán, zákaznice neoslovuje, přičemž by mohl – novinkám se nebrání, i přes to, že „zůstávají věrné“ produktům, které mají vyzkoušené a jsou pro ně pohodlné.

5.4 Předsudky a pověry v dnešní době

Jak již bylo naznačeno v kapitole *Terminologie a Postavení ženy a vnímání menstruační od středověku do 20. století*, v celém světě panovaly a panují různé pověry, dobová přesvědčení a předsudky spojené s menstruací i s vaginou a vulvou. Rozhodla jsem se zaměřit na několik z nich, které jsou v západním světě

v dnešní době i celkem známé, protože předkládat výčet pověr není cílem této práce, ale vyjmenovávám je zde, abych je porovnála s výsledky, které jsem získala z dotazníků.

Jednou z pověr, nebo spíše dobovým přesvědčením, bylo vysvětlení existence menstruace jako pláče dělohy nad nepočatým životem (nebo také „slzy zklamané dělohy“). Toto přesvědčení se ujalo jako ve své době jediné vysvětlení existence menstruace a je známo dodnes, i když není bráno vážně. Tato poetická teorie v sobě nese trochu pravdy, protože menstruace vyplavuje neoplozené vajíčko.⁶³

Menstruace byla pokládána za nemoc také kvůli pověře, která tvrdila, že existují menotoxiny. Měly to být toxiny vyskytující se v menstruační krvi a byly pokládány za důvod, proč je menstruace v mnoha kulturách tabuizovaná – jako ochrana společnosti před toxiny, které byly každý měsíc vyplavovány z ženského pohlavního ústrojí. Tato teorie byla zkoumána ve 20. letech 20. století a hypotézu jako první vyslovil pediatr Bela Schick. Do povědomí antropologů dostal menotoxiny Ashley Montagu pomocí svého tvrzení, že menstrující ženy skutečně svou krví způsobují zkažení vína a nakládané zeleniny, spadnutí chleba při pečení a usychání rostlin. Další seriózní výzkumy však ukázaly, že ženská menstruační krev neobsahuje mnoho toxinů a existence specifických menotoxinů nebyla prokázána.⁶⁴

⁶³ BENNETTOVÁ, J. *Požehnání, ne prokletí. Průvodce pro matky a jejich dospívající dcery.*

Vydání 1. Praha: DharmaGaia, 2014. ISBN: 978-80-7436-048-0, s. 50,

SHREEVE, Caroline. *Obtížné dny.* Vydání 1. Praha: Maxdorf, 1998. ISBN: 80-85800-75-6, s. 16.

⁶⁴ BUCKLEY, Thomas a GOTTLIEB, Alma (eds.). *Blood magic: The anthropology of menstruation.* Berkeley: University of California Press, 1988. ISBN 0-520-06350-3, p. 19-21,

KOVAŘČÍKOVÁ, Petra Ann. *Menstruace jako sociokulturní konstrukt* [online]. Praha 2010.

Dostupné z:

[http://www.mesicvnas.cz/wp-](http://www.mesicvnas.cz/wp-content/uploads/2012/03/DP_Kovarcikova_Menstruace_jako_sociokulturni_konstrukt.pdf)

[content/uploads/2012/03/DP_Kovarcikova_Menstruace_jako_sociokulturni_konstrukt.pdf](http://www.mesicvnas.cz/wp-content/uploads/2012/03/DP_Kovarcikova_Menstruace_jako_sociokulturni_konstrukt.pdf).

Diplomová práce. Pražská vysoká škola psychosociálních studií. Vedoucí práce PhDr. Martin

Soukup, Ph.D., s. 27-28.

V kapitole *Menstruation* encyklopedie *Encyclopedia of sex and gender* zmiňuje Malti-Douglas omezení spojená s plaváním a sportováním obecně, mytím vlasů a sexuální aktivitou během menstruace. Dodává, že tato omezení, navzdory lékařské osvětě, jsou šířena ve Spojených státech amerických mezi ženami samotnými a představují určité zbytky, ne-li přežitky, lidových pověr.⁶⁵ I v dnešní době se objevuje v České republice diskriminace žen na základě přesvědčení, že při menstruaci jsou ženy znevýhodněny. Jako příklad lze uvést frázi „zase máš krámy“, která vyjadřuje vysvětlení špatné nálady nebo nesouhlasu ženy a ve větší míře je používána spíše muži než ženami. Tento výrok má vztah k přesvědčení převládajícímu v nedaleké minulosti, že žena musí být vždy aktivní a veselá (viz výše). Navíc příznaky menstruace bývají používány jako vysvětlení podřadného postavení žen ve smyslu, že jsou oslabené a tím pádem nejsou schopny z přirozeného biologického hlediska dosáhnout stejných skvělých výsledků jako muž, přičemž se sem zahrnuje i období PMS, které se vyznačuje výkyvem nálad, depresemi, úzkostí, plačtivostí i nepřátelstvem a hádavostí. Názor o ženě jako podřadné bytosti ve vztahu k její menstruaci pramení již z 20. století v návaznosti na rozvoj studií a medikalizace menstruace a snaze ženy vést spíše k domácnostem než je podporovat ve studiu a v konkurenci mužům v např. pracovních či sportovních sférách, kde do té doby dominovali. Zvláštním fenoménem se stal v posledních letech úkaz na sportovním poli, kdy sportovkyně začaly přiznávat, že menstruace má vliv na jejich výkon, což bylo do té doby tabuizovaným tématem. Svým způsobem to koresponduje s informacemi ze článku *Věřit znamená vidět. Biologie jako ideologie*, kde autorka kritizuje přístup veřejnosti k ženskému sportu, který byl po dlouhou dobu vnímán jako podřadný vůči tomu mužskému a který se vyznačoval tím, že sportovkyně měly dodržovat standard určitého ideálu: mladá, štíhlá až dívčí se sexuální podtextem, přičemž podle autorky jsou ženy schopny dosahovat stejných výsledků, protože do velké míry závisí na tom, jak jsou těla sportovkyň vnímána a jak jsou cvičena.⁶⁶

⁶⁵ MALTIDOUGLAS, Fedwa, ed. *Encyclopedia of sex and gender*. Detroit: Macmillan Reference, 2007. 3. sv. (lii, 1682 s.). Macmillan social science library. ISBN 978-0-02-865963-3, p. 1003.

⁶⁶ LORBER, Judith. Věřit znamená vidět. Biologie jako ideologie. *Sociální studia*. [online]. Fakulta sociálních studií Masarykovy univerzity v Brně, 2005, vol. 2, s. 91-113 [vid. 1. 8. 2016].

Svým způsobem pověrami a předsudky opředený byl i je pohlavní styk během menstruace. Na jedné straně je lékaři považovaný za bezpečný, pokud jsou dodržena hygienická opatření a použita bariérová antikoncepce, na druhé straně je shledáván jako neestetický, nehygienický a přináší nebezpečí pánevní zánětlivé nemoci. Argumenty, proč neprovádět pohlavní styk během menstruace, jsou explicitním důkazem, že je menstruace stále považována za cosi neestetického a nečistého. A opět – tyto důvody zpětně formují představu a názor společnosti na menstruaci. Podle zjištění Moniky Pecharové ve své bakalářské práci je odpor k pohlavnímu styku během menstruace indikátorem toho, jak lidé v České republice vnímají špínu, protože odpor, který autorka vystihla v diskuzi na portálu *Doktorka.cz* v diskuzním vláknu „*sex při menstruaci*“⁶⁷ z roku 2011 (poslední odpověď je z roku 2012), je zcela zjevný a nevysvětlený. Ve většině odpovědí se komentátoři a komentátorky staví k sexu během menstruace kladně. Pokud jsou ze stran žen pozitivní odpovědi, jsou často odůvodněny větší citlivostí a vzrušivostí během menstruačního krvácení. Jiné anonymní kladné odpovědi odůvodňují sexuální aktivitu tohoto druhu tím, že menstruaci nepovažují za špinavou vzhledem k dostupnosti čisté vody. Na stejném portálu však vzniklo další diskuzní vlákno na toto téma „*Sex při menstruaci*“⁶⁸, přičemž dotaz byl položen v roce 2001 (a poslední odpovědi jsou z roku 2016). Zde se nově objevují komentáře s příznivým ohlasem týkajícím se orálního sexu během menstruace za použití tamponu nebo samotného pohlavního styku s použitím tamponu. Některé ženy argumentovaly svou nechuť k sexu během menstruace bolestí. Některé dotazy se týkaly i otěhotnění během praktikování pohlavního styku v tomto období. V diskuzním fóru na serveru *eMimino.cz* se na dotaz „*Máte rádi sex při menstruaci?*“⁶⁹ z roku 2012 vyjádřila většina respondentek kladně s odůvodněním

ISSN 1214-813X. Dostupné z <http://socstudia.fss.muni.cz/?q=content/věřit-znamená-vidět-biologie-jako-ideologie>, s. 98-99.

⁶⁷ „*sex při menstruaci*“. *Doktorka.cz*. [online]. [Vid. 2. 7. 2016]. Dostupné z <http://diskuse.doktorka.cz/sex-pri-menstruaci/11500/>.

⁶⁸ „*Sex při menstruaci*“. *Doktorka.cz*. [online]. [Vid. 2. 7. 2016]. Dostupné z <http://diskuse.doktorka.cz/sex-pri-menstruaci/>.

⁶⁹ „*Máte rádi sex při menstruaci?*“. *eMimino.cz*. [online]. [Vid. 2. 7. 2016]. Dostupné z <http://www.emimino.cz/diskuse/mate-radi-sex-pri-menstruaci-118703/>.

větší vzrušenosti v tomto období i z důvodu úlevy při bolestech. Mnohé z nich také uvedly, že k pohlavnímu styku dochází až ke konci menstruace, kdy je slabší (z důvodu menšího množství krve nebo kvůli silným bolestem na začátku měsíčního krvácení). Kromě toho se objevilo i téma orálního sexu během menstruace, které bylo na jednu stranu odsouhlaseno a na stranu druhou odsouzené. Mnohdy přispěvatelé zastávali liberální postoj „ať si každý dělá, co chce“. Pojmy „nečistota“ či „špína“ se v odpovědích vyskytovaly celkem často, což je zajímavé – na jednu stranu párům nevadí mít sex ke konci menstruace, ale představa menstruace jako špíny ve většině případů zůstala. Jen jedna přispěvatelka do diskuze napsala, že používá při sexu během menstruace speciální tampon, opět kvůli hygieně. Tento příspěvek pochází z roku 2016. To, že se jedná o velmi diskutované téma, svědčí například i množství dotazů a založených diskuzních fór na portálu *uLékaře.cz*⁷⁰, kde se nachází k datu zhlédnutí pouze na první stránce devět diskuzních rubrik týkajících se sexu během menstruace a obav týkajících se otěhotnění během menstruace.⁷¹

Tohoto tématu se týkala i otázka v dotazníku. Respondentky *dívky* (2000-2003) odpovídaly těmito výrazy: „nechutné“, „nehygienické“, svůj věk (ve smyslu, že jsou na to ještě příliš mladé). Tyto výrazy se vyskytovaly ve stejném počtu a nejvíc (4×). Na druhém místě se umístilo buď proškrtnutí, nebo slovo „nic“ (3×). Jednou se vyskytlo slovo „hnus“ a „nevím“. *Mladé ženy* (1988-1994) ve většině případů (4) pohlavní styk během menstruace neodsuzují, provozují (3 odpovědi) a považují za nehygienické (opět 3 odpovědi). Jedna respondentka uvedla, že by to mohlo zhoršit bolesti a prodloužit krvácení, jiná se vyjádřila, že

⁷⁰ „sex během menstruace“ (heslo). *uLékaře.cz*. [online]. [Vid. 1. 7. 2016]. Dostupné z <http://www.ulekare.cz/vyhledavani-u-lekare?from=0&search=sex+během+menstruace>.

⁷¹ HERBENICK, Debby a SCHICK, Vanessa. *Přečti si mě: vše, co potřebujete vědět o vagině a vulvě*. Vydání 1. Praha: Pragma, 2011. ISBN 978-80-7349-278-6, s. 76,

HOŘEJŠÍ, J. *Gynekologické problémy u děvčátek a dospívajících dívek*. Vydání 1. Praha: Grada Publishing, 2003. ISBN: 80-247-0553-2, s. 75,

PECHAROVÁ, Jitka. *Menstruace tajná a tajená* [online]. Brno. 2011. Dostupné z: http://is.muni.cz/th/220093/fss_b/. Bakalářská práce. Masarykova univerzita, Fakulta sociálních studií. Vedoucí práce Mgr. Eva Šlesingerová, Ph.D., s. 26, 27-28,

SHREEVE, C. *Obtížné dny*. Vydání 1. Praha: Maxdorf, 1998. ISBN: 80-85800-75-6, s. 23.

se jedná o projev důvěry, a třetí respondentka uvedla, že když má „chuť na sex“, tak jí nezáleží na periodě. Je zde znatelný posun od myšlenek mladých děvčat a také od starších žen, jak uvidíme dále. *Ženy* (1964-1969) se ve dvou případech vyjádřily, že je to nehygienické a v jednom, že je to nevhodné. V rozhovorech se na tuto otázku ženy vyjádřily tak, že „pokud to oběma partnerům nevadí, tak proč ne“ (8×), přičemž tato odpověď neznamená, že by to ony samotné ve většině případů zkoušely či by chtěly vyzkoušet. Dalším názorem bylo, že je to „hnusné“, „nechutné“ či „prasárna“ (3×), „nehygienické“ (3×) nebo „špinavé“ (2×). Dalším důvodem, proč by to nezkoušely, byly bolesti (3×). Pro jednu ženu to bylo neestetické, pro jinou zas namáhání organismu, třetí respondentka brala z pohledu infekce a pro jinou se tato představa celkově nelíbí. Dvě respondentky tuto praktiku zkoušely a jednu to láká vyzkoušet. Tři respondentky uvedly, že podle nich orgasmus pomáhá při menstruačních křečích. I v této kategorii uvedly respondentky pojmy jako je „špína“ či „nehygienické“, na druhou stranu jsou velmi shovívavé vůči párům, které pohlavní styk během menstruace provozují. Jedním důležitým argumentem, proč praktiku nezkoušejí, byly bolesti.

Výrazný vliv na vytváření pověr má i hnutí New Age a alternativní směry celkově, které měsíční periodu prezentují jako akt, který spojuje ženu s Matkou Zemí. Literatuře, která se týká menstruace a alternativních přístupů, jsem se podrobněji věnovala ve své seminární práci *Alternativní myšlení v populárně naučné literatuře zaměřené na menstruaci* (viz níže). Po celý měsíc je žena proměnlivá a je schopna podávat různý výkon v závislosti na zdůrazněných kvalitách v určitém období měsíce. Velmi oblíbeným vnímáním měsíčního cyklu na základě střídání čtyř období, které se nazývají panna (první týden po konci menstruace), matka (týden zahrnující ovulaci), kouzelnice (týden před začátkem menstruace) a stařena (vlastní menstruace). Toto pojetí se poprvé objevilo v knize Mirandy Gray *Rudý měsíc*⁷². Autorka zde vymezila charakter jednotlivých sfér a jak s nimi pracovat. Od její struktury se odvíjely jiné myšlenky a rituály věnující se menstruaci (podrobněji zde v kapitole *Prožití menarché*, viz níže). Menstruace je alternativními proudy často chápána jako období, kdy se žena může napojit na

⁷² GRAY, M. *Rudý měsíc. Jak chápat a používat tvůrčí, sexuální a spirituální dary menstruačního cyklu*. Vydání 1. Praha: DharmaGaia, 2011. ISBN: 978-80-7436-017-6.

své ženství, dědictví ženské linie. Při meditacích během menstruace může prožít hlubší a výraznější vize a rituály s krví (např. zalévání zahrady) ji propojí s přírodou. Tyto myšlenky mají často buď spirituální charakter, nebo nádech něčeho, co by se dalo nazvat „návrat k přírodě“. Alternativní proudy mohou poskytovat novou dimenzi v hledání sebeurčení, nových zážitků, sebepoznání i svým způsobem léčení sebe sama, nebezpečné se však zdá být zkoušení podezřelých praktik, které mohou být životu nebezpečné (např. požívání různých bylin či meditační pobyty v jeskyni bez patřičných opatření).⁷³

Předsudky týkající se ženského těla a potažmo menstruace jdou ruku v ruce s vnímáním genderu. Muži jsou tradičně více vedeni k soutěživosti, lepším sportovním výkonům. Ženám jsou naopak připisovány pasivnější rysy s akcentem na dobrý vzhled a „femininní užívání“ těla. Neleze popírat, že se těla mužů a žen liší, avšak jejich role jsou definovány společenskými normami, kulturou a výchovou.⁷⁴ Původně tato otázka byla vytvořena na základě tvrzení, že se stále přechovávají různé staré zvyky spojené s menstruací. Myslela jsem si, že ženy budou na základě poznatků od starších generací zachovávat různá pravidla, například nezalévat zahradu, nemýt si vlasy, nekoupat se nebo neprovozovat pohlavní styk. Avšak z výsledku menšího dotazníkového šetření vyplynulo, že jediné zvyky představují pouze určitá omezení fyzické činnosti (ve většině případů), pokud vůbec.

V dotaznících skupina nejmladších respondentek *dívky* (2000-2003) odpověděla na otázku, zda provozují nějaký zvyk či činnost během menstruace,

⁷³ KUNEŠOVÁ, Lucie. Menstruační cyklus a fáze měsíce. *Jitrní země*. [online]. 2010. [Vid. 2. 12. 2015]. Dostupné z <http://www.jitrnizeme.cz/view.php?cisloclanku=2010050007>,

KHOUSNOUTDINOVÁ, L. (ed.). *Ženské příběhy I – cyklická cesta životem*. Vydání 1. Praha: Maitrea, 2013. ISBN: 978-80-87249-62-8, s. 106-107,

SHAKTI, Eva Deva. Žena a měsíční cyklus. *Cyklus měsíční bohyně*. [online]. [Vid. 2. 12. 2015]. Dostupné z <http://www.mesicnibohyne.estranky.cz/clanky/zena-a-mesicni-cyklus.html>.

⁷⁴ LORBER, Judith. Věřit znamená vidět. Biologie jako ideologie. *Sociální studia*. [online]. Fakulta sociálních studií Masarykovy univerzity v Brně, 2005, vol. 2, s. 91-113 [vid. 1. 8. 2016]. ISSN 1214-813X. Dostupné z <http://socestudia.fss.muni.cz/?q=content/věřit-znamená-vidět-biologie-jako-ideologie>, s. 93.

v drtivé většině případu záporně (12×). V ojedinělých případech to byly odpovědi: „nevím“, častěji si sedá a omezuje běhání, méně se sprchuje a nosí černé kalhotky. *Mladé ženy* (1988-1994) vyjádřily čtyřmi hlasy zápornou odpověď, což bylo nejvíce. Dvěma hlasy respondentky uvedly omezení sportování a se stejným počtem hlasů skončila odpověď, že nechodí do bazénu. Zde se již názory od dívkách velmi odlišují svou roztržitostí: respondentky si dopřávají více odpočinku (1×), více je aktivní v psaní básní (1×), stáčí se do klubíčka a představuje si, že je plodem v těle matky (1×), dopřává si vydatnější výživu (1×), poslední den menstruace si snaží udělat čas na teplou koupel s oleji (1×), častěji se myje (1×), přizpůsobuje své oblečení (1×), více se protahuje (1×). *Ženy* (1964-1969) uvedly, že neprovozují žádné činnosti vyloženě kvůli menstruaci, jen jedna respondentka uvedla, že nechodí do bazénu a sprchuje se dvakrát denně. Je zde patrný zcela individuální přístup k menstruaci neovlivněný přímou (českou) historickou tradicí. Pokud vykonávají nějaké činnosti, tak se jedná o praktické úkony, které jim pomáhají cítit se lépe psychicky anebo fyzicky. V rozhovorech respondentky zpočátku odpovídaly „ne“ na tradice, avšak při upřesnění otázky jako činností specifických pro období měsíčního krvácení se vyjevily různé názory. Nejčastěji ženy se nepřepínají a šetří se (4×), také nevyhledávají koupání či plavání (4×). Více odpočívají (3×), pokud mají možnost, tak leží (3×), omezují sport (3×) nebo více jí, případně mají větší chuť na sladké (3×). Několik z nich o sebe více pečuje (2×), snaží se být v teple (2×), uklidňuje je sledování oblíbeného seriálu (2×) a provozují sex nebo masturbaci pro zmírnění křečí (2×). Po jednom hlasu, čili zcela individuálně, dostaly tyto činnosti: větší chuť sportovat (1×), omezení sportu (1×), omezení chůze (1×), dodržování pitného režimu (1×), vyhýbá se řízení auta (1×), omezení pití kávy (1×) a panikaření (1×). Některé z nich vyjádřily touhu zůstat během menstruace doma (5×). Zvyky respondentek jsou zcela individuální a prakticky zaměřené, neopírají se o žádný tradiční zvyk.

5.5 Menstruace v internetových člancích

Na rozdíl od faktu, že ženy příliš nevyhledávají rozhovory ani informace o menstruaci z knih⁷⁵, nejrychlejší a nejkompexnější způsob, jak se v 21. století něco dozvědět o menstruaci, je internet. Všechny odkazy jsem filtrovala tak, aby se výsledky zobrazovaly pouze v českém jazyce a údaje o počtech stránek byly platné ke dni 12. 8. 2016. Při zadání hesla „menstruace“ na serveru *Google* se objevilo přes 517 000 článků, o „menstruační bolesti“ se lze dočíst v přibližně 251 000 člancích. Pod heslem „menstruační potíže“ se nacházelo více než 220 000 článků. Heslo „bylinky menstruace“ se objevilo asi u 132 000 a „počátek menstruace“ zas u 113 000 výsledků. Informace k tématu „nedostavila se menstruace“ se vyskytovaly u 25 300 odkazů. U vyhledávání samotné „menstruace“ se jako první zobrazila internetová encyklopedie *Wikipedie*. Přes vyhledavač *Yahoo* bylo nalezeno 161 000 výsledků k heslu „menstruace“, „menstruační bolesti“ obsahovalo 29 600 článků, „menstruační potíže“ bylo možné nalézt u 18 100 odkazů a 27 000 výsledků se objevilo po zadání hesla „bylinky menstruace“. Ke slovnímu spojení „počátek menstruace“ *Yahoo* zobrazilo 12 600 výsledků a u „nedostavila se menstruace“ bylo nalezeno až 119 000 výsledků. Podobně jako u vyhledavače *Google* byly stránky obsahující informace o heslech různorodé a jako první byla opět zobrazena *Wikipedie*. Druhý odkaz patřil odkazu na populární web *Youtube* obsahující videa, přičemž na první stránce se hlavně, avšak s výjimkami, odkazovalo na tyto dvě internetové stránky. Server *Bing* nabídl pro slovo „menstruace“ 162 000, pro „menstruační bolesti“ 27 800 a pro „menstruační potíže“ 17 800 výsledků. Spojení „bylinky menstruace“ se nachází na více než 27 800 stránkách a „počátek menstruace“ zas na 12 200 webech. Poslední heslo „nedostavila se menstruace“ odkazovalo na 7 930 výsledků. Zaměření jednotlivých stránek bylo pestré podobně jako u předchozích vyhledavačů, avšak s tím rozdílem, že se na prvním místě nevyskytovala ani *Wikipedie* ani *Youtube*. Samotné počty takto náhodně vybraných hesel ukazují na to, že v internetovém prostředí je menstruace zajímavým a vyhledávaným tématem. Domnívám se, že je tomu tak z důvodu rychlosti vyhledání informací a

⁷⁵ Knihám se věnuji v příloze Alternativní myšlení v populárně naučné literatuře zaměřené na menstruaci.

anonymity, kterou internet poskytuje v případě účasti v diskuzích. Tomu napovídá i fakt, že i přes snahu šířit dotazník pro tuto práci, se jich vrátilo velmi málo, protože nebyly zcela anonymní (základní informace jsem z důvodu autentičnosti vyžadovala) a svým vyplněním zabíraly čas.⁷⁶ Stránky, které články obsahovaly, se různily – od lékáren doporučující své přípravky, přes populárně naučné články a diskuze až k alternativně zaměřeným webům.⁷⁷

V dotazníkovém šetření jsem se věnovala i oblíbeným zdrojům informací. *Dívky* (2000-2003) se až na jeden hlas (informace zjišťuje z Wikipedie) vyjádřily záporně (15×). Jedna respondentka to odůvodnila tím, že je dostatečně poučená ze školy a od matky. *Mladé ženy* (1988-1994) povětšinou využívají zdroje z internetu (7×), vyhledají lékaře-gynekologa (4×), zeptají se kamarádky (4×), nehledají si žádné informace (4×), využijí rad časopisu (2×) a ojediněle využijí pomoc sestry (1×), matky (1×), knih (1×) i cvičitelky jógy (1×). Často záleží na důvodu, proč informace potřebují, většinou se jedná o řešení problémů. *Ženy* (1964-1969) se všechny vyjádřily záporně, jedna dodala, že v mladším věku si našla informace v knihách. Má hypotéza o vyšším využití internetu při hledání informací se potvrdila, i když této skutečnosti konkuruje i záporná odpověď, která je logická – proč ztrácet čas hledáním údajů, které nejsou potřeba. Překvapila mě míra výskytu

⁷⁶ „bylinky menstruace“, „menstruace“, „menstruační bolesti“, „menstruační potíže“, „nedostavila se menstruace“, „počátek menstruace“ (hesla). *Bing*. [online]. [Vid. 12. 8. 2016]. Dostupné z <https://www.bing.com/?scope=web&FORM=HDRSC1>,

„bylinky menstruace“, „menstruace“, „menstruační bolesti“, „menstruační potíže“, „nedostavila se menstruace“, „počátek menstruace“ (hesla). *Google*. [online]. [Vid. 12. 8. 2016]. Dostupné z <https://www.google.cz/#hl=cs>,

„bylinky menstruace“, „menstruace“, „menstruační bolesti“, „menstruační potíže“, „nedostavila se menstruace“, „počátek menstruace“ (hesla). *Yahoo*. [online]. [Vid. 12. 8. 2016]. Dostupné z <https://www.yahoo.com>.

⁷⁷ Britka Watsonová prolomila tabu kolem menstruace tenistek. *Sport.cz*. [online]. 2015. [Vid. 24. 1. 2015]. Dostupné z <https://www.sport.cz/ostatni/tenis/clanek/639776-britka-watsonova-prolomila-tabu-kolem-menstruace-tenistek.html#hp-sez>,

LORBER, Judith. Věřit znamená vidět. Biologie jako ideologie. *Sociální studia*. [online]. Fakulta sociálních studií Masarykovy univerzity v Brně, 2005, vol. 2, s. 91-113 [vid. 1. 8. 2016]. ISSN 1214-813X. Dostupné z <http://socstudia.fss.muni.cz/?q=content/věřit-znamená-vidět-biologie-jako-ideologie>, s. 94.

odpovědi vztahující se ke kamarádkám, očekávala jsem, že tato výpověď bude v menším měřítku. Mnohé *mladé ženy* jsou zodpovědné a se svými problémy neváhají se zeptat gynekologů, což je dobrým indikátorem toho, že v případě potřeby se příliš nestydí. Z rozhovorů vyplynulo, že hlavním zdrojem informací je internet (11×), přičemž ve třech případech respondentky upřesnily, že se snaží vybírat hodnověrné zdroje a jedna používá Wikipedii. Nic nevyhledává sedm žen, ale některé se obrací na gynekologa (4×). V ojedinělých případech byly zmíněny: matka, knihy, kamarádky, sestra studující medicínu a mobilní aplikace. Odpovědi potvrdily moji domněnku ohledně využití internetu jako hlavního rychlého a obsáhlého zdroje informací a stejně jako v dotazníkovém šetření počet odpovědí „gynekolog“ nasvědčují, že se ženy nestydí před lékařem hovořit o svých problémech, ba naopak.

5.6 Menstruace jako slovo

Menstruace má spoustu synonym, která ženy používají, pokud se jim nezamlouvá původní termín. Avšak v reklamě je tomu trochu jinak. Podle článku v *The New York Times* bylo odmítnuto třemi televizními stanicemi použití slova „vagina“ a dvěma ze tří televizními stanicemi slovní spojení „tam dole“ u reklamního spotu společnosti *Kotex*. I když se jedná o americkou zprávu, ukazuje na jisté omezení a cenzuru v oblasti reklam na hygienické pomůcky. Je zcela pochopitelné, že z výchovných důvodů dětí a času, kdy se reklamy vysílají, bylo odmítnuto slovo „vagina“, ale „tam dole“ je slovní spojení neurčité a pouze naznačující. Podle Bennetové se termín „perioda“ na obrazovkách objevil až v roce 1985 a to ve Spojených státech amerických na stanicích NBC a ABC (přičemž po odvysílání docházely do společností rozhořčené stížnosti) a v Anglii je zákaz na veřejnosti zmiňovat slova „zápach“ a „prosakování“ ve spojitosti s menstruací.⁷⁸

⁷⁸ BENNETT, Jane. *Požehnaní, ne prokletí*. Praha: DharmaGaia, 2014. ISBN: 978-80-7436-048-0, s. 43,

NEWMAN, Andrew, A. Rebellious Against the Commonly Evasive Feminine Care Ad. *The New York Times*. [online]. 2010. [Vid. 4. 8. 2016]. Dostupné z

http://www.nytimes.com/2010/03/16/business/media/16adco.html?ref=business&_r=0.

Z mého dotazníkového šetření vyplynulo, že respondentky z kategorie *dívky* (2000-2003) používají tato slova pro označení menstruace: nejčastěji bylo použito slovo „krámy“ společně s pojmem „měsíčky“ (obojí se vyskytlo 8×). Na druhém místě to byl výraz *menzes* nebo *menses* (objevilo se 3×) a v ojedinělých případech to byly termíny „to“, „krev“ nebo „menstruace“ (po jednom výskytu). *Mladé ženy* (1988-1994) používaly více různých názvů, avšak opět nejvíce používané byly „krámy“ (5×) a „menstruace“ (5×). Dále pak „menzes/menses“ (2×), pak „měsíčky“ (2×) a „teta Irma“⁷⁹ (2×). Ojediněle se vyskytly názvy „mences“, „krámky“, „Drákula“, „drákulovy dny“, „červenám se“ a „své dny“ (vše pouze jednou). *Ženy* z věkové kategorie 1964-1969 se vyjádřily každá jinak – po jednom hlase získaly výrazy *měsíčky*, „žádná extra“ a „své dny“. Překvapilo mě, že výraz *krámy* se umístil jako jeden z nejpoužívanějších, i když je jeho pejorativní nádech vztahující se k nepříjemnostem, které měsíční krvácení přináší, zcela pochopitelný. Zajímavé jsou ojediněle se vyskytující výrazy snažící se menstruaci nazvat jinak, zajímavě a vtipně. Z rozhovorů vyplynulo používání těchto výrazů: nejčastěji „menstruace“ (9×), „měsíčky“ (6×), „krámy“ (6×), „to“nebo „tamto“ (6×), „menzes“ (5×), „perioda“ (3×), „své dny“ (2×) a po jednom hlase dostaly názvy „ženské problémy“, „přitáhla/přišla Irena“, „čtyři dny bez sexu“, „menzestýda“, „jahody“ i „rudá armáda“. Předposlední variantu používala dotázaná v dětství a poslední variantu znala jiná respondentka z doslechu. Z rozhovorů vyplynulo, že pojem „krámy“ sice nebyl nejpoužívanější, ale i tak se umístil na druhém místě četnosti.

⁷⁹ Výraz je znám díky seriálu IT Crowd (v překladu Ajťáci).

6. Prožití menarché

V této části bych se krátce věnovala první menstruaci a jejímu prožitku. Jak již bylo řečeno na počátku, tuto biologicky (i kulturně) zlomovou část života prožijí všechny zdravé ženy. Vzhledem k tomu, že se jedná o počátek každoměsíční opakující se události, která, pokud se zaměříme pouze na její biologickou část, s sebou může nést velmi nepříjemné pocity i změnu nálad, ale i změnu sociální role i sociálního jednání dané dívky, je důležitá nejen pro dívku samotnou, ale také i pro společnost: mladá žena bude jednat podle své dosavadní zkušenosti, negativní či pozitivní, podvědomě či vědomě, a to ovlivní její okolí i rodinu vzhledem k volbám, které učiní. Prožitek první menstruace je potřeba brát vážně a nepřehlížet ji, protože může na dlouhou dobu (dokonce na celý život) ovlivnit její prožívání menstruace, jejího sexuálního života i sama sebe. Také může ovlivnit vnímání těla své dcery, kterou potenciálně bude vychovávat. Je nutné si uvědomit, že první menstruace přichází v době, kdy dívky jsou poměrně mladé (zejména pokud se dostavuje v jedenácti letech nebo i dříve) a nejsou ještě připraveny (a někdy v tak mladém věku ani samy nechtějí být připravené) na vstup do světa dospělých žen zahrnující sexualitu. Pro dívku se jedná o neznámou oblast, ve které se neumí pohybovat ani chovat (např. kdy se má projevovat cudně a kdy vyzývavě). Menarché často představuje citlivý moment i pro dívky, které jsou o biologických procesech těla poučené, protože teorie je odlišná od praxe. Ne však pro všechny je tato událost velkým zlomem – některé dívky, které zažily menstruaci, byly trochu zklamané, protože očekávaly, že přinese něco více než jen krvácení (a bolest), že proměna bude výraznější. První menstruace je tedy vysoce individuální událost. Ve společnostech, kde je právě menarché tím, co spouští mechanismy ženského přechodového rituálu do dospělosti, právě svým individuálním charakterem odlišuje dívčí vstup do dospělosti od přechodového rituálu určenému pro chlapce, který bývá často skupinový pro určitou věkovou kategorii.

Z dotazníkového šetření vyplynulo, že *dívky* (2000-2003) zažily v 10 letech (1×), ve věku 11 let (4×), ve 12 letech (4×), ve 13 (4×) a jednou ve 14 letech. Jedna respondentka odpověděla neurčitě „na narozeniny“ a jiná „po

narozeninách“. Ve třech výpovědích byly dívky vyděšené, ve většině případů však to prožily bez žádných velkých emocí. Jedna dívka zmínila, že cítila stud a plakala a jiná, že ani nevěděla, že jí začala. Co se týče rodinných příslušníků, tak většinou to akceptovali bez žádných emočních výkyvů, popř. dívky pomohli. V jednom případě dívky rodiče nevěřili. V této otázce se dívky příliš nerozepisovaly, ať už z důvodu že je téma intimní nebo protože dotazník chtěly vyplnit co nejrychleji. Respondentky z kategorie *Mladých žen* (1988-1994) vypověděly, že menstruaci dostaly v 11 letech (1×), 12 letech (2×), 13 letech (3×) a 14 letech (2×). Jedna respondentka neuvedla, v kolika letech menarché prožila. V pěti případech reagovalo okolí na první menstruaci „normálně“. Ve třech případech to bylo doprovázeno kladnou reakcí blízkých, v jednom případě došlo i na gratulaci, v druhém se k respondentce chovali mile a litovali ji a ve třetím to byla pozitivní překvapení ze strany matky. Jen jedna mladá žena popsala svůj zážitek jako celkově nepříjemný (pokud nepočítáme bolesti u jiných respondentek). V této kategorii se *mladé ženy* na rozdíl od *dívek* více rozepsaly a vyličily i detaily ze své menarché. I zde byla většina reakcí okolí neutrální. U *žen* (1964-1969) si pamatovaly svůj věk, kdy dostaly svou první menstruaci dvě respondentky; bylo to ve 13 a 16 letech. V jedné odpovědi prožitek nebyl příjemný a bližní na tuto událost nereagovali emočně, druhá se žena zmínila, že nebyla ráda a poradila jí matka. Třetí se více nevyjádřila. Zde je patrný opětovný pokles detailů, ať už z důvodu, že si to nepamatují nebo se pro ně jedná stále o příliš intimní prožitek. Z rozhovorového šetření vyplynulo, že v 11 letech menstruaci dostaly 4 respondentky, ve 12 a 13 letech ji dostaly 3 dotázané, ve 14 a 15 letech jedna respondentka. Čtyři dotázané si už nedokázaly vzpomenout, kdy k menarché došlo. Každou z nich to zaskočilo, ovšem osm z nich nevědělo, o co se jedná. Ty, co věděly, co se stalo, se informace dozvěděly převážně od matek, kamarádek, ale i z knih. První, komu o menarché řekly, byla matka (6×), jednou to byl otec a jednou také matka kamarádky. Ostatní respondentky se nevyjádřily. Většina z nich uvedla, že matky to vzaly „normálně“ a „v pohodě“ (7×), jejich přístup byl chladný a odtazitý (3×) a jednou měla radost. Emoce vyjádřené v rozhovorech svědčily o jisté zmatenosti, kterou pocítily během zjištění krve na prádle. Respondentky jmenovaly také pocity jako „stud“ nebo „vyděšení“, menstruace se nejčastěji dostavila v rozmezí 11 až 13 let.

V posledních letech se v České republice začínají objevovat tendence zpříjemnit a ritualizovat první menstruaci jako přechod z jedné životní etapy do druhé. Objevují se různé duchovní skupiny a organizace zprostředkovávající za peníze rituál (mnohdy s New Age rysy) pro mladé dívky i pro dospělé ženy konaný zpětně tak, aby mohly menarché začít vnímat jinak psychicky a změnily pohled na své tělo – přijaly jej. Špatná informovanost žen, v minulosti tedy mladých dívek, zanechala mnohdy nepříjemné pocity na tuto událost, ať už se jednalo o negativní přijetí ze strany rodiny, zostuzení na veřejnosti či naopak až příliš familiární postoj, který dané dívce nebyl příjemný. Velmi pozvolna zvyšující se poptávku reflektují stále se zvyšujícím počty různých spirituálních organizací, které prožití rituálu nabízí. Variabilita obřadu se v základě nemění: ceremonii lze uspořádat buď v úzkém kruhu příbuzných žen, nebo v širším kruhu i s neznámými účastnicemi. Většinou se jedná o rituál s pohanskými rysy nebo rituál snažící se napodobit praktiky přírodních národů a využívající symboliku přírody, luny a krve (např. červená barva). Na takových internetových stránkách bývá doporučováno, aby matky uspořádaly vlastní přechodový rituál pro své dcery. Takovou pobídku lze najít i v podobně žensky a spirituálně laděných knihách. Doporučují například dopředu připravovat krabičku pro dceru s různými tematicky laděnými dárky (například červenými předměty) i upomínkovými předměty a celý den prožít jako výjimečnou událost – ani se nemusí konat nějaký oslavný rituál, jako nápady jsou zmiňovány nákupy a návštěva cukrárny. Nepopírám, že by tyto rituály, pokud jsou udělány dívce na míru, nemohly alespoň psychicky pomoci vnitřně uchopit menstruaci, avšak souhlasím s Kovaříkovou v tom, že se jedná o New Age usilující o „*znovuobjevení ženské spirituality*“ a může zde hrozit nebezpečí propadnutí sektě. I přes to je přijetí menstruace důležité, aby dívka i přes pocity studu nebo špinavosti nezanevřela na kladný přístup ke svému tělu. Menstruace se jeví nejen jako biologický fenomén, ale také jako kulturní a sociální jev, což má mnohem větší dopad na život ženy, než poznání biologických faktů.⁸⁰ Podle výsledků dotazníků je patrné, že prožití

⁸⁰ Akce. *Ženské cykly*. [online]. [Vid. 2. 12. 2015]. Dostupné z <http://www.zenskecykly.cz/akce>, BENNETTOVÁ, Jane. *Požehnání, ne prokletí*. Praha: DharmaGaia, 2014. ISBN: 978-80-7436-048-0, s. 127,

menarché je obdobím individuálním a že se stále vyskytuje mnoho případů, kdy děvčata prožívají menstruaci zcela neutrálně jako intimní, přirozený a biologický proces a je opravdu jen individuální otázkou, jestli by to měly prožít jako něco posvátného.

DILLONOVÁ, M. a S. BARCLAYOVÁ. *Rozkvétající žena. Příběh zasvěcení dívky v ženu.*

Vydání 1. Praha: DharmaGaia, 2006. ISBN: 80-86685-60-8.

KHOUSNOUTDINOVÁ, L. (ed.). *Ženské příběhy I – cyklická cesta životem.* Vydání 1. Praha: Maitrea, 2013. ISBN: 978-80-87249-62-8, s. 206,

KHOUSNOUTDINOVÁ, L. (ed.). *Ženské příběhy 2 – když promlouvá tělo...* Vydání 1. Praha: Maitrea, 2013. ISBN: 978-80-87249-63-5, s. 432,

KOVAŘČÍKOVÁ, Petra Ann. *Menstruace jako sociokulturní konstrukt* [online]. Praha 2010.

Dostupné z:

[http://www.mesicvnas.cz/wp-](http://www.mesicvnas.cz/wp-content/uploads/2012/03/DP_Kovarcikova_Menstruace_jako_sociokulturni_konstrukt.pdf)

[content/uploads/2012/03/DP_Kovarcikova_Menstruace_jako_sociokulturni_konstrukt.pdf](http://www.mesicvnas.cz/wp-content/uploads/2012/03/DP_Kovarcikova_Menstruace_jako_sociokulturni_konstrukt.pdf).

Diplomová práce. Pražská vysoká škola psychosociálních studií. Vedoucí práce PhDr. Martin Soukup, Ph.D., s. 51 (cit.), 53,

MEISENBACH BOYLANOVÁ, Kristi. *Sedm posvátných fází menarché: Spirituální cesta dospívající dívky.* Praha: DharmaGaia, 2013. ISBN: 978-80-7436-041-1., s. 98,

Přechodové rituály „Menarché“ – první menstruace, pro dívky i ženy. *Světlo Země.* [online]. [Vid. 2. 12. 2015]. Dostupné z <http://svetlozeme.webnode.cz/projekty-a-spolu-tvorba-s-pratel/prehodove-ritualy-menarche-pro-divky-i-zeny/>,

Vítej ve své krvi aneb rituál (nejen) první menstruace, menarché. *Inspirace ženy.* [online]. [Vid. 2. 12. 2015]. Dostupné z <http://inspiracezeny.cz/ritualy/ritual-menarche/>,

Ženské kruhy. *Lilia.* [online]. [Vid. 2. 12. 2015]. Dostupné z <http://www.lilia.cz/zenske-kruhy.html>,

Ženské kruhy. [online]. [Vid. 2. 12. 2015]. Dostupné z <http://www.zenskekruby.cz>.

Závěr

Menstruace v Česku, jak vyplynulo z dotazníkových šetření, nepředstavuje tabuizované téma opředené tradicemi, spíše se o něm nemluví, když není potřeba, protože je pro řadu žen intimní, i když ne zvláštní. Problém mluvit o ní pro většinu z nich není, avšak ne všem je to příjemné, obzvláště mladým děvčatům. Zvyky spojené s měsíčním krvácením na počátku 21. století jsou vnímány maximálně ve smyslu činností, které dodržují v daném období, nemají žádný historický základ, jsou zcela individuální podle potřeb žen opírající se o vědecké poznatky lékařů. Menstruaci rozpačitě vnímají spíše mladé dívky, pro které je téma obzvláště citlivé a nechtějí o něm příliš mluvit. Nejčastější názvy ve společnosti jsou „menstruace“, „krámy“, méně pak „měsíčky“ a „menzes“. Častým úkazem jsou originální a vlastní názvy označující toto období. I přes široký sortiment nabízených hygienických pomůcek jsou nejčastěji používány vložky a tampony (což potvrzují data od distributora hygienických pomůcek), méně pak menstruační kalíšky, které podle dostupných informací zažívají v České republice mírný vzestup. S menstruací je stále spojeno pojetí špíny, které má hluboké kořeny v minulosti, stejně tak se dochovalo i mínění, že je žena „slabším pohlavím“, což se projevuje například během menstruace. Vliv stále má i přetrvávající, původně křesťanské přesvědčení o co možná nejděším zachování nevinnosti a neznalosti dětí. Menarché byla pro mnoho žen i dívek ne příliš příjemným zážitkem, doprovázely ji pocity zděšení, zaskočení, ale také žádné zvláštní pocity – prožitek byl (z pochopitelných důvodů) individuální, respondentky se většinou obracely pro radu k matce. I přes to, že mladší generace se více ostýchají o menstruaci hovořit, někdy i před lékaři, tak dospělé ženy to již považují za zcela normální věc a o menstruaci mluví povětšinou i se svými partnery. Televizní reklamy byly většinou shledány ne příliš pozitivně a respondentky ovlivnily v malém množství případů, přičemž i když se nemusí bránit zkoušení nových produktů, rozhodují se podle pohodlí a i životního stylu. Domnívám se, že právě reklamám škodí jejich omezující, dokonce bych řekla cenzurující, pravidla, která mají vliv na to, jak jsou reklamy podávány veřejnosti. Vzhledem k větší otevřenosti společnosti již zastaralé nápady (za všechny příklady lze jmenovat modrou tekutinu často používanou k prezentaci krve)

nemají takový ohlas u populace, spíše jsou stále více atraktivní reklamy přibližující skutečnost (ale také videa, výstavy, knihy i osvětové programy). Důvodem, proč stále přetrvává jistá tabuizace v mediálním prostředí, může být ohled na starší nebo výrazně mladší populaci a snahou dělat reklamu co nejviditelnější, tj. neomezovat ji jen na večerní hodiny, kdy by unikly pozornosti dětí. Nelze však opomenout ani ekologické hledisko, které mělo vliv na vznik bio tamponů a bio vložek, „znovuobjevení“ mořských hub, vynalezení speciálních (pratečných) kalhotek a oblíbenosti menstruačního kalíšku. Zkoumaný zdroj informací – internet ukázal, že je nejčastěji používaným kvůli rychlosti, anonymitě a svým způsobem i kvůli množství informací, přičemž ne všechny jsou pravdivé a mohou pomoci (což si například uvědomovaly některé respondentky a gynekolog). Menstruace již není takové tabu, jaké představovalo ještě v 20. století, je však stále osobní a přirozenou součástí ženy, kterou sice každý měsíc často protrpí, na druhou stranu ji vnímají jako indikátor plodnosti i svého ženství, i přes to, že by mnohé z nich neodmítly možnost prožívat „plodnost svého těla“ jiným a příjemnějším způsobem, kdyby existoval.

Tato práce může sloužit jako podklad pro další výzkumy, například v marketingové sféře, protože i když jsem téma zcela nevyčerpala, poukazuje na odlišné vnímání menstruace médii a ženami, resp. firmami a spotřebitelkami, které sice zatím nesnižuje poptávku, avšak není jisté, jestli bude tento stav udržitelný v dlouhodobějším časovém horizontu, vzhledem k pozvolna rostoucí popularizaci alternativních produktů.

Seznam použité literatury

- BENNETTOVÁ, Jane. *Požehnání, ne prokletí*. Praha: DharmaGaia, 2014. ISBN: 978-80-7436-048-0.
- BROŽOVIČOVÁ, Klára. *Žena v tradiční kultuře*. Vydání 1. Brno: Masarykova univerzita, 2013. ISBN: 978-80-210-6583-3.
- BUCKLEY, Thomas a GOTTLIEB, Alma (eds.). *Blood magic: The anthropology of menstruation*. Berkeley: University of California Press, 1988. ISBN 0-520-06350-3.
- ČADKOVÁ, Kateřina, LENDEROVÁ, Milena a STRÁNÍKOVÁ, Jana (eds.). *Dějiny žen, aneb, Evropská žena od středověku do poloviny 20. století v zajetí historiografie*. Vydání 1. Pardubice: Univerzita Pardubice, 2006. ISBN: 80-7194-920-5.
- DILLONOVÁ, M. a S. BARCLAYOVÁ. *Rozkvétající žena. Příběh zasvěcení dívky v ženu*. Vydání 1. Praha: DharmaGaia, 2006. ISBN: 80-86685-60-8.
- DOUGLAS, Mary. *Čistota a nebezpečí: analýza konceptu znečištění a tabu*. Vydání 1. Praha: Malvern, 2014. KULA. ISBN 978-80-87580-91-2.
- HABARTOVÁ, Romana. *Svět mužů a žen - muž a žena ve svědectvích lidových tradic*. Vydání 1. Uherské Hradiště: Slovácké muzeum v Uherském Hradišti, 2011. ISBN: 978-80-86185-97-2.
- HERBENICK, Debby a SCHICK, Vanessa. *Přečti si mě: vše, co potřebujete vědět o vagině a vulvě*. Vydání 1. Praha: Pragma, 2011. ISBN 978-80-7349-278-6.
- KAUDER-NALEBUFF, Rachel. *Moje malá červená knížka*. Vydání 1. Praha: Rybka Publishers, 2009. ISBN: 978-80-87067-87-1.
- KHOUSNOUTDINOVÁ, L. (ed.). *Ženské příběhy I – cyklická cesta životem*. Vydání 1. Praha: Maitrea, 2013. ISBN: 978-80-87249-62-8.
- KHOUSNOUTDINOVÁ, L. (ed.). *Ženské příběhy 2 – když promlouvá tělo...* Vydání 1. Praha: Maitrea, 2013. ISBN: 978-80-87249-63-5.
- KOVAŘČÍKOVÁ, Petra Ann. *Menstruace jako sociokulturní konstrukt* [online]. Praha 2010. Dostupné z: http://www.mesicvnas.cz/wp-content/uploads/2012/03/DP_Kovarcikova_Menstruace_jako_sociokulturni_konst

- ruckt.pdf. Diplomová práce. Pražská vysoká škola psychosociálních studií. Vedoucí práce PhDr. Martin Soukup, Ph.D.
- KRAFT, Hartmut. *Tabu: Magie a sociální skutečnost*. Vydání 1. Praha: Mladá fronta, 2006. ISBN 80-204-1345-6.
- LENDEROVÁ, Milena. *K hříchu i modlitbě*. Vydání 1. Praha: Mladá fronta, 1999. ISBN 80-204-0737-5.
- LENDEROVÁ, Milena, ed. et al. *Žena v českých zemích od středověku do 20. století*. Vydání 1. Praha: NLN, Nakladatelství Lidové noviny, 2009. ISBN 978-80-7106-988-1.
- LIVOTIOVÁ, Carol, TOPPOVÁ, Elizabeth. *Vagina – manuál pro majitelky*. Vydání 1. Praha: Smart Press, Grada Publishing, 2005. ISBN: 80-239-4113-5.
- LORBER, Judith. Věřit znamená vidět. Biologie jako ideologie. *Sociální studia*. [online]. Fakulta sociálních studií Masarykovy univerzity v Brně, 2005, vol. 2, s. 91-113 [vid. 1. 8. 2016]. ISSN 1214-813X. Dostupné z <http://socstudia.fss.muni.cz/?q=content/věřit-znamená-vidět-biologie-jako-ideologie>.
- MALTI-DOUGLAS, Fedwa, ed. *Encyclopedia of sex and gender*. Detroit: Macmillan Reference, 2007. 4 sv. (lii, 1682 s.). Macmillan social science library. ISBN 978-0-02-865960-2.
- MEISENBACH BOYLANOVÁ, Kristi. *Sedm posvátných fází menarché: Spirituální cesta dospívající dívky*. Praha: DharmaGaia, 2013. ISBN: 978-80-7436-041-1.
- MIHOLOVÁ, Monika. *Menstruace jako tabu. Krvácející kulturní tělo* [online]. Brno. 2011. Dostupné z: http://is.muni.cz/th/262118/fss_b/. Bakalářská práce. Masarykova univerzita, Fakulta sociálních studií. Vedoucí práce Mgr. Eva Šlesingerová, Ph.D.
- NEUMANN, Stanislav, K. *Dějiny ženy. Populárně sociologické, etnologické a kulturně historické kapitoly*. Vydání 1. Praha: Otakar II., 1999. ISBN: 80-86355-03-9.
- NORTHRUPOVÁ, C. *Zdravá žena. Od narození k prvnímu početí*. Vydání 2., v upravené dvoudílné formě 1. Praha: Columbus, 2008. ISBN: 978-80-7249-249-7.

- NORTHRUPOVÁ, Christiane. *Žena: Tělo a duše*. Praha: Columbus, 2004. ISBN: 80-7249-092-3.
- PECHAROVÁ, Jitka. *Menstruace tajná a tajená* [online]. Brno. 2011. Dostupné z: http://is.muni.cz/th/220093/fss_b/. Bakalářská práce. Masarykova univerzita, Fakulta sociálních studií. Vedoucí práce Mgr. Eva Šlesingerová, Ph.D.
- SHREEVE, Caroline. *Obtížné dny*. Vydání 1. Praha: Maxdorf, 1998. ISBN: 80-85800-75-6.
- STEINER, Franz. *Taboo*. Reprint. London: Routledge, 2004. ISBN 9780415330404.
- TOSCANI, Oliviero. *Reklama je navoněná zdechlina*. Praha: Slovart, 1996. ISBN 80-85871-82-3.
- WILLIAMSOVÁ, Norma, EINZIGOVÁ, Hetty. *Nová kniha o zdraví ženy*. Vydání 1. Praha: Fortuna Print, 1993.
- WORELL, Judith, ed. *Encyclopedia of women and gender: sex similarities and differences and the impact of society on gender*. London: Academic Press, 2001. 2 sv. ISBN 0-12-227247-1.

Internetové zdroje

Akce. *Ženské cykly*. [online]. [Vid. 2. 12. 2015]. Dostupné z

<http://www.zenskecykly.cz/akce>.

Blood. *BodyformChannel*. [online]. [Vid. 2. 7. 2016]. Dostupné z

<https://www.youtube.com/watch?v=8Q1GVOYIcKc>.

Blue Liquid Absorbent. *TV Tropes*. [online]. [Vid. 4. 8. 2016]. Dostupné z

<http://tvtropes.org/pmwiki/pmwiki.php/Main/BlueLiquidAbsorbent>.

Britka Watsonová prolomila tabu kolem menstruace tenistek. *Sport.cz*. [online].

2015. [Vid. 24. 1. 2015]. Dostupné z

<https://www.sport.cz/ostatni/tenis/clanek/639776-britka-watsonova-prolomila-tabu-kolem-menstruace-tenistek.html#hp-sez>.

„bylinky menstruace“, „menstruace“, „menstruační bolesti“, „menstruační potíže“, „nedostavila se menstruace“, „počátek menstruace“ (hesla). *Bing*.

[online]. [Vid. 12. 8. 2016]. Dostupné z

<https://www.bing.com/?scope=web&FORM=HDRSC1>,

„bylinky menstruace“, „menstruace“, „menstruační bolesti“, „menstruační potíže“, „nedostavila se menstruace“, „počátek menstruace“ (hesla). *Google*.

[online]. [Vid. 12. 8. 2016]. Dostupné z <https://www.google.cz/#hl=cs>,

„bylinky menstruace“, „menstruace“, „menstruační bolesti“, „menstruační potíže“, „nedostavila se menstruace“, „počátek menstruace“ (hesla). *Yahoo*.

[online]. [Vid. 12. 8. 2016]. Dostupné z <https://www.yahoo.com>.

CIOTTI, Gregory. *The Psychology of Color in Marketing and Branding*. *Help*

Scout. [online]. 2016. [Vid. 4. 8. 2016]. Dostupné z

<https://www.helpscout.net/blog/psychology-of-color/>.

Co je to menstruační houba? *Menstruační houby.cz* [online]. [Vid. 4. 8. 2016].

Dostupné z <http://www.menstruacnihouby.cz/menstruacni-houba.html>.

Color Meaning. *Color Wheel Pro – See Color Theory in Action*. [online]. [Vid. 4.

8. 2016]. Dostupné z <http://www.color-wheel-pro.com/color-meaning.html>.

„dan“. Why do they usually use a blue liquid to represent menses in sanitary

napkin commercials? *Yahoo! Answers*. [online]. 2015. [Vid. 4. 8. 2016]. Dostupné

z <https://answers.yahoo.com/question/index?qid=1006022502977>.

DONSKY, Andrea. Conventional Feminine Hygiene Products: A Women's Issue With Toxic Implications. *Naturally Savvy*TM. [online]. 2013. [Vid. 2. 8. 2016]. Dostupné z <http://naturallysavvy.com/care/conventional-feminine-hygiene-products-a-womens-issue-with-toxic-implications>.

GEER, Kurt. The Psychology of Colors in Advertising and Marketing. *Street Directory*. [online]. 2016. [Vid. 4. 8. 2016]. Dostupné z http://www.streetdirectory.com/travel_guide/110550/psychology/the_psychology_of_colors_in_advertising_and_marketing.html.

HelloFlo. [online]. [Vid. 2. 7. 2016]. Dostupné z <https://www.youtube.com/channel/UCGL9nHMvNVRawDxwazMMPgA>.

How it works. *Thinx* [online]. [Vid. 4. 8. 2016]. Dostupné z <http://www.shethinx.com/pages/it-works>.

If Maxi Pad Ads Used Red Instead of Blue. *UCB Comedy*. [online]. [Vid. 2. 7. 2016]. Dostupné z <https://www.youtube.com/watch?v=EufLuiy2ANc>.

JUŘENČÁKOVÁ, Kateřina. Menstruace bez vložek a tampónů? Ano! *Žena Luna*. [online]. [Vid. 4. 8. 2016]. Dostupné z <http://www.zenaluna.cz/pribehy/menstruace-bez-vlozek-tampounu-ano>.

KUNEŠOVÁ, Lucie. Menstruační cyklus a fáze měsíce. *Jitřní země*. [online]. 2010. [Vid. 2. 12. 2015]. Dostupné z <http://www.jitrnizeme.cz/view.php?cislocclanku=2010050007>.

„menstruační houbička“ (heslo). *Heureka*. [online]. [Vid. 4. 8. 2016]. Dostupné z <http://www.heureka.cz/?h%5Bfrazek%5D=menstruační+houbička>.

NEWMAN, Andrew, A. Rebelling Against the Commonly Evasive Feminine Care Ad. *The New York Times*. [online]. 2010. [Vid. 4. 8. 2016]. Dostupné z http://www.nytimes.com/2010/03/16/business/media/16adco.html?ref=business&_r=0.

Period Piece Official. [online]. [Vid. 2. 7. 2016]. Dostupné z <https://www.youtube.com/channel/UCsdL45XTkQjrykVb0BWnJTA/feed>.

Přechodové rituály „Menarché“ – první menstruace, pro dívky i ženy. *Světlo Země*. [online]. [Vid. 2. 12. 2015]. Dostupné z <http://svetlozeme.webnode.cz/projekty-a-spolu-tvorba-s-prateli/prechodove-ritualy-menarche-pro-divky-i-zeny/>.

SEDLÁČKOVÁ, Barbora. Automatky: S bezvložkovou metodou můžete menstruovat bez vložky a mít čisté oblečení. *Radio Wave* [online]. [Vid. 4. 8. 2016]. Dostupné z http://www.rozhlas.cz/radiowave/automatky/_zprava/automatky-s-bezvlozkovou-metodou-muzete-menstruovat-bez-vlozky-a-mit-ciste-obleceni--1633772.

„sex během menstruace“ (heslo). *uLékaře.cz*. [online]. [Vid. 1. 7. 2016]. Dostupné z <http://www.ulekare.cz/vyhledavani-u-lekare?from=0&search=sex+během+menstruace>.

SHAKTI, Eva Deva. Žena a měsíční cyklus. *Cyklus měsíční bohyně*. [online]. [Vid. 2. 12. 2015]. Dostupné z <http://www.mesicnibohyne.estranky.cz/clanky/zena-a-mesicni-cyklus.html>.

SMITH, Rick. Celebrating the Transition to Womanhood: The Kinaaldá Ceremony in the Navajo Nation. *Anthropology 175: Peoples of the World* [online]. [Vid. 23. 6. 2015]. Dostupné z <http://www.units.miamioh.edu/ath175/student/SMITHRW2/index.html>.

Vítej ve své krvi aneb rituál (nejen) první menstruace, menarché. *Inspirace ženy*. [online]. [Vid. 2. 12. 2015]. Dostupné z <http://inspiracezeny.cz/ritualy/ritual-menarche/>.

Ženské kruhy. *Lilia*. [online]. [Vid. 2. 12. 2015]. Dostupné z <http://www.lilia.cz/zenske-kruhy.html>.

Ženské kruhy. [online]. [Vid. 2. 12. 2015]. Dostupné z <http://www.zenskekruby.cz>.