

Vrouwenhygiëne toen en nu

Menstruatie en alles wat daarmee samenhangt, was lang bevooroordeeld. Vrouwen zijn tegenwoordig zelfverzekerder en ongecompliceerder geworden aangaande de intieme hygiëne dan in het verleden. Aangezien kennis de beste manier is om mythen op te lossen, moeten jonge meisjes door middel van natuurlijk, feitelijk en luchtig onderwijs kennis maken met het onderwerp.

Vroeger was alles anders

De opvattingen van de eerste menstruatie en de volgende menstruaties in de verschillende delen van de wereld weerspiegelen de mening van de respectievelijke samenleving over deze gebeurtenissen, die lange tijd onverklaarbaar en mysterieus leken. Bij veel primitieve volkeren heersten magische ideeën: bloed betekende dood en vernietiging; een vrouw die bloedde maar nog leefde, was eng, gevaarlijk en overweldigend.

Tallose do's en don'ts waren gekoppeld aan menstruatie. Op sommige plaatsen verbleven de vrouwen tijdens hun menstruatie in speciaal gebouwde hutten. Ze werden verzorgd, kregen bezoekers, maar mochten niet deelnemen aan het dagelijkse leven van de gemeenschap. In Lapland mochten vrouwen niet lopen langs het deel van het strand waar de vissers hun vangst gedurende deze dagen aanvoerden. Bij sommige Indiase stammen was het jachtwerktuig taboe: men geloofde dat als een menstruerende vrouw een aantal pijlen zou kruisen, ze onbruikbaar zouden worden en de dood van hun eigenaar zouden kunnen veroorzaken. Wereldwijd was en is water vaak taboe als belangrijkste hulpbron. Alleen in een afgelegen gebied van Peru brengen vrouwen het grootste deel van hun periode staand tot aan hun heupen door in de rivier.

De diverse regelgeving en taboes weerspiegelen de inspanningen van mensen om met hun wereld te worstelen, deze te interpreteren en te ordenen. Men kan vermoeden dat deze geboden en verboden werden bedacht en opgelegd door prinses, priesters, genezers - dat wil zeggen door mannen. Maar hoe gaan vrouwen zelf om met hun menstruatie? We vinden slechts beperkte informatie over dit onderwerp in bronnen van de medische geschiedenis. De weinige overgebleven gegevens geven aan dat de vrouwen de situatie te allen tijde zeer pragmatisch benaderden: ze gebruikten een absorberend materiaal dat net binnen handbereik was: gras, mos, bladeren, enz.

Nood maakt vindingrijk

Hippocrates beschreef een intern gedragen menstruatiesbeschermer gemaakt van stukken linnen die in een vaste vorm waren gerold. Een andere versie bestond uit een ronde stok van licht hout, die in absorberend materiaal was gewikkeld. In het Parthische rijk en in Bithynia was een uitwendig gedragen gevormde lap gebruikelijk aan het hof van de Mithridat. Voor de Egyptenaren, Assyriërs en Babyloniërs werd een inwendig gedragen rol gebruikt, die gemaakt was van zachte papyrus voor de rijke vrouwen en gemaakt van gewekt watergras voor de armen.

De Romeinse vrouwen gaven de voorkeur aan een inwendige rol van zachte wol, die was in-

gevet of licht gewaxt. Op het hoogtepunt van de Byzantijnse beschaving gebruikten de aristocraten en rijke vrouwen alleen de beste wol, geïmporteerd uit de Kaukasus.

Dit werd in de Griekse kolonie Kherson op de Krim speciaal gekaard, gekamd, in een tampon gerold en over de Zwarte Zee geïmporteerd.

In de oudheid waren er dus geavanceerde oplossingen. Blijkbaar had de vaginale tampon de voorkeur in gebieden en op momenten dat vrouwen een actief leven leidden. Aan de andere kant werd het verband bij voorkeur gebruikt wanneer een meer rustige, ontspannen en huiselijke vorm van leven heerste. De maatregelen ter bescherming van de menstruatie waren echter lange tijd nogal ongemakkelijk en beperkten de bewegingsvrijheid aanzienlijk.

De tijden veranderen

Tijdens de industrialisatie en het toenemend aantal werkende vrouwen is er veel veranderd. De wens van moderne vrouwen naar meer flexibiliteit en mobiliteit leidde ertoe dat in 1885 het eerste maandverband op de markt werd gebracht. Deze was gemaakt van fijn canvas, watten en jute en was vastgemaakt aan een riem. Wasbare en herbruikbare hulpmiddelen bleven lange tijd wijdverbreid. Om de gebruikelijke kleding en de daarbij behorende hygiënische oplossingen te illustreren, kun je het diagram 'Vrouwenhygiëne van toen' gebruiken.

Pas in de jaren 20 van de vorige eeuw kwam het wegwerpverband van katoen- en celluloselagen, dat in een zogenaamde "maandbroek" werd geduwd. Dit gaf vrouwen wat meer comfort.

Uiteindelijk kwam in de jaren vijftig de tampon op de markt, een stille revolutie op het gebied van bewegingsvrijheid en veiligheid bij menstruatiehygiëne.

Vrouwelijke hygiëne toen en nu

De aankoop van artikelen voor vrouwelijke hygiëne bleek echter lange tijd vrij moeilijk. Het onderwerp menstruele hygiëne was taboe in de samenleving. In een populair educatief boek uit de jaren vijftig en zestig - het "grote meisjesboek" * - zou je bijvoorbeeld kunnen lezen: "Je praat er niet onnodig over - ook al is het de meest natuurlijke zaak." Een houding die daarbij hoort leidde ertoe dat sommige fabrikanten speciaal gemaakte aantekeningen bij hun producten voegden. Het verzoek aan winkeliers was zo geformuleerd dat de 'discrete pakketten' alleen door de apotheek over de toonbank hoefden te worden geschoven, omdat het publiek zich niet met dit 'gênante' onderwerp wilde bezighouden.

In de loop van de toenemende liberalisering kwam het onderwerp steeds meer uit de taboe sfeer, zodat vervolgens overal in de handel hygiëneproducten werden verkocht en niet alleen in de apotheek. De tampon, die in 1950 op de markt kwam, heeft veel bijgedragen aan de verheldering en ontwikkeling van het nieuwe, kosmopolitische type vrouw.

Vrouwelijke hygiëne tegenwoordig - kleiner, meer doelgericht

De hedendaagse vrouwelijke hygiëne biedt bijna onbeperkte bewegingsvrijheid. Sport (inclusief zwemmen) en andere activiteiten zijn in de regel geen probleem meer. Vrouwen en meisjes kunnen kiezen uit een grote verscheidenheid aan producten voor menstruatiehygiëne en hun gebruik afstemmen op de respectieve behoefte aan bescherming. Het diagram "Vrouwenhygiëne nu" illustreert hoe de gebruikelijke hygiëneproducten helpen om de bewegingsvrijheid gedurende de menstruatie periode te behouden of om het dragen van modieuze en strakke kleding mogelijk te maken.