

#MENSTRUALMATTERSEU

112.000.000 луѓе во Европа имаат менструација.
Да не го сведуваме тоа на анегдота.



#MenstrualMattersEU е движење иницирано од неколку европски здруженија за да се даде видливост на тема што често се занемарува во европските политики: менструацијата. Преку вмрежување, споделување на експертиза и преземање на активности, промовираме општество каде што менструалната сиромаштија повеќе не постои и пристапот до менструалното здравје се смета за основно право.

Товарот на менструалната сиромаштија во европа (by Period Skopje)



Во 2025 година, менструалната сиромаштија сè уште е товар за милиони Европјаци и претставува вонредна состојба во јавното здравство.

Во 27-те земји на Европската Унија (ЕУ), има речиси 112 милиони луѓе кои имаат менструација. Ова се европски бројки што ретко ги гледаме заедно – бидејќи всушност, менструацијата е тема за која во голема мера не се зборува во ЕУ.

Денес, **28 мај 2025 година**, Меѓународниот ден на менструалната хигиена, сакаме да го истакнеме товарот на менструалната сиромаштија и табуата во Европа преку објавување на ексклузивно истражување и акции во европските јавни простори.



Бидејќи во 2025 година, повеќе од половина од **Европјците сè уште ја сметаат менструацијата за табу тема**.

Табуто околу менструацијата започнува со избегнување на темата. Во Европа, како и на други места, не ја „именуваме“ менструацијата – а ако ја именуваме, користиме еуфемизми и слики: Rote Welle (црвениот бран), Нијагарините водопади, le mie cose (моите работи), се само неколку примери меѓу повеќе од 5000. Иако некои од овие изрази може да звучат смешно, тие всушност се првиот знак на пошироко табу – табу што прераснува во криење на влошка во ракав, несмеене да кренете рака на час за да побарате да го користите тоалетот, останување дома за време на менструацијата или исмејување поради видлива крвава дамка.

И додека студијата „Товарот на менструалната сиромаштија во Европа“ потврдува колку длабоко е вкоренето ова табу во европските начини на размислување, таа исто така ја нагласува итна потреба менструацијата да се стави на политичката и социјалната агенда, бидејќи табуто има огромно влијание врз родовите нееднаквости. Од менструалната сиромаштија до занемарувањето на менструалните болки, Европа е далеку од имуна на штетните ефекти од дезинформациите и незнаењето.

Денес, од 112 милиони луѓе кои имаат менструација во Европа, **42% се соочуваат со менструална сиромаштија**.

Менструалната сиромаштија подразбира недостаток на пристап до доволно менструални производи за да се живее со достоинство и удобност за време на циклусот¹. Поздрабира дека речиси **50 милиони жени и други луѓе кои имаат менструација² во Европа** се принудени да користат несоодветни алтернативи. Овој број опфаќа широк спектар на ситуации што варираат од земја до земја и ниту една од нив не треба да се игнорира или отфрла – бидејќи дури и едно лице што доживува менструална сиромаштија е веќе премногу. Крпи, тоалетна хартија, весник или прекумерно користење на менструални производи – овие стратегии за справување можат да предизвикаат сериозни здравствени проблеми и трајни психолошки последици.

¹ This definition of period poverty focuses on the economical dimension of period poverty.

² Анкетата е спроведена кај лица кои менструираат над 18 години и затоа не ги вклучува девојките и лицата кои имаат менструација под 18 години, кои исто така можат да бидат погодени од менструална сиромаштија.





Менструацијата има цена, а **таа цена не е прифатлива за секого**. Менструалните производи – кои се користат секој месец во просек четириесет години – треба да се третираат како неопходни производи. Сепак, нивните цени не се регулирани ниту се надоместуваат. Во изминатите две години, поради инфлацијата и зголемувањето на трошоците за живот, неколку европски организации објавија понатамошно зголемување на цената на менструалните производи. **50 милиони луѓе кои се соочуваат со менструална сиромаштија се веќе премногу**. Ако ништо не се преземе сега, ситуацијата веројатно ќе се влоши низ цела ЕУ.

Заедно со оваа длабоко нееднаква и штетна реалност, мора да додадеме дека **само во изминатата година, 53% од луѓето што имаат менструација во Европа постојано пропуштале секојдневните активности поради силни менструални болки**.

Тоа значи дека **повеќе од 60 милиони луѓе** отсутствуваат од училиште, работа или спорт затоа што менструацијата им е премногу болна. Замислете дека се подготвувате за испитите на крајот од годината – оние што одредуваат дали ќе продолжите за повисоко одделение. Сепак, секој месец ве обземаат грчеви, страдате од главоболки што ви го заматуваат размислувањето или крварите толку силно што се онесвестувате.

И многу луѓе немаат поим што ја предизвикува оваа болка. Всушност, **1 од 2 луѓе кои имаат менструација никогаш не слушнале за состојби што може да бидат поврзани со нивниот циклус**.

Иако не сите менструални болки се предизвикани од болест, сега знаеме дека постојат многу состојби, болести и нарушувања кои можат директно да влијаат на менструацијата – влијаејќи на нејзината редовност, обем и интензитет на болката. **Недостатокот на информации, свест и пристап до менструална здравствена заштита** продолжува да биде **голема пречка** за милиони Европјаци.

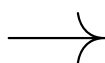
Што можете да направите кога отсекогаш ви било кажано дека е „нормално“ да страдате за време на менструацијата? Кога ви е одбиен рецепт за дијагностицирање на аденомиоза или ендометриоза? Кога ќе завршите во болница затоа што не сте знаеле дека носењето тампон повеќе од четири часа може да биде опасно? Ако местата **каде што живеат, работат и учат жени, девојки и сите луѓе што менструираат** продолжуваат да ги игнорираат своите реалности – ако не се прават истражувања за ублажување на нивната болка, ако тие дури и не се осмелуваат да проговорат од страв или срам – **како можеме да веруваме дека имаат исти можности?**

Од Брисел до Неапол, од Талин до Даблин, и низ цела Европа, во градовите и во руралните средини, милиони луѓе ја доживуваат менструацијата како економски, здравствен и социјален товар. Вредностите на Европската Унија се темелат на еднаквост, социјални права, пристап до здравствена заштита и почитување на граѓаните.

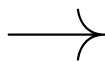
Затоа е неприфатливо ЕУ да го занемарува менструалното здравје.

Во 2025 година, време е менструацијата да стане европско прашање.

Ги повикуваме европатениците, комесарите, претставниците на Советот на Европската унија и сите институции на ЕУ да преземат акција преку



Развивање на сеопфатен пристап кон менструалното здравје, низ секторите, и негово интегрирање како клучна област на политиката за јавно здравје и родова еднаквост во ЕУ



Мапирање на менструалната сиромаштија низ цела ЕУ, за да им се помогне на земјите-членки соодветно да реагираат

Истакнување и поддршка на јавните политики кои имаат за цел директно да ја намалат менструалната сиромаштија, вклучувајќи :

- Намалување на ДДВ-то на менструалните производи
- Регулрање на цените на производите
- Бесплатни и достапни менструални производи за сите на кои им се потребни
- Надоместување на менструалните производи преку националните здравствени системи по потреба

Зајакнување на капацитетите на земјите-членки во областа на менструалното здравје

Подигнување на свеста и споделување информации за менструацијата и сродните медицински состојби

Финансирање проекти за менструално здравје и менструално образование

Поттикнување на истражувања за менструални производи, за елиминирање на токсичните супстанции и нивно регулирање за да се обезбеди безбедност

Ако реалноста на 112 милиони луѓе не е доволна за да нè убеди дека е потребна акција – што ќе биде?

#MENSTRUALLMATTERSEU #ENDPERIODPOVERTY #PERIODFRIENDLYEUROPE

