

**UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI**  
**FILOZOFICKÁ FAKULTA**  
**KATEDRA SOCIOLOGIE, ANDRAGOGIKY A KULTURNÍ**  
**ANTROPOLOGIE**

**KONCEPTUALIZACE ŽENSTVÍ A ŽENSKÉHO TĚLA**  
**V ZÁVISLOSTI NA MENSTRUAČNÍM CYKLU Z POHLEDU**  
**DÍVEK PO MENARCHE A ŽEN PO MENOPAUZE**

Magisterská diplomová práce

Obor studia: Andragogika – Kulturní antropologie

**Autor:** Bc. Lucie Szusciková

**Vedoucí práce:** Mgr. Kateřina Mildnerová, Ph.D.

Olomouc 2020

Prohlašuji, že jsem magisterskou diplomovou práci na téma „*Konceptualizace ženství a ženského těla v závislosti na menstruačním cyklu z pohledu dívek po menarche a žen po menopauze*“ vypracovala samostatně a uvedla v ní veškerou literaturu a ostatní zdroje, které jsem použila.

V Olomouci dne .....

Podpis .....

## ANOTACE

<b>Jméno a příjmení:</b>	<i>Bc. Lucie Szusciková</i>
<b>Katedra:</b>	Katedra sociologie, andragogiky a kulturní antropologie
<b>Obor studia:</b>	<i>Andragogika – Kulturní antropologie</i>
<b>Obor obhajoby práce:</b>	<i>Kulturní antropologie</i>
<b>Vedoucí práce:</b>	<i>Mgr. Kateřina Mildnerová, Ph.D.</i>
<b>Rok obhajoby:</b>	2020

<b>Název práce:</b>	Konceptualizace ženství a ženského těla v závislosti na menstruačním cyklu z pohledu dívek po menarche a žen po menopauze
<b>Anotace práce:</b>	Diplomová práce je zaměřená na teoreticko-empirickou konceptualizaci ženství a ženského těla v závislosti na menstruačním cyklu z pohledu dívek po menarche a žen po menopauze. V práci se zabývám medicínskou a symbolickou rovinou menstruačního cyklu a menopauzy. Konkrétně se práce zabývá tělesnými změnami menarche i menopauzy; zda je menarche vnímáno jako nečistá a menopauza jako čistá. Práce se tématy menarche a menopauzy zabývá také z pohledu přechodového rituálu a zda jej tak vnímají i participantky, které se výzkumu zúčastnily. V neposlední řadě se práce zabývá tím, zda je menarche a menopauza sdílená nebo utajovaná.
<b>Klíčová slova:</b>	Ženství, ženské tělo, menstruace, menarche, menopauza
<b>Title of Thesis:</b>	Conceptualization of femininity and the woman body depending on menstrual cycle from the perspective of girls after menarche and postmenopausal women

<b>Annotation:</b>	The diploma thesis is focused on the theoretical-empirical conceptualization of femininity and the female body depending on menstrual cycle from the perspective of girls after menarche and postmenopausal women. In my work I deal with the medical and symbolic level of menstrual cycle and menopause. Specifically, the work deals with bodily changes in menarche and menopause; whether menarche is perceived as impure and menopause as pure. The work also deals with the topics of menarche and menopause from the point of view of the rites of passage and whether it is perceived as such by the participants who participated in the research. Finally, the work deals with whether menarche and menopause are shared or secret.
<b>Keywords:</b>	Femininity, woman body, menstruation, menarche, menopause
<b>Názvy příloh vázaných v práci:</b>	
<b>Počet literatury a zdrojů:</b>	64
<b>Rozsah práce:</b>	65 s. (98 793 znaků s mezerami)

# OBSAH

ANOTACE.....	3
OBSAH .....	5
ÚVOD.....	7
1. CÍL VÝZKUMU .....	9
1.1. VÝZKUMNÉ OTÁZKY .....	9
2. METODOLOGIE A KONSTRUKCE DAT .....	11
2.1. VÝZKUMNÝ DESIGN.....	11
2.2. METODY VÝZKUMU.....	12
2.3. CHARAKTERISTIKA VÝZKUMNÉHO VZORKU.....	12
2.4. LIMITY A RIZIKA VÝZKUMU .....	13
2.5. ETICKÉ OTÁZKY.....	14
2.6. KONSTRUKCE DAT .....	14
3. BIOLOGICKÉ ASPEKTY MENSTRUAČNÍHO CYKLU .....	15
3.1. BIOLOGICKÉ ASPEKTY MENOPAUZY .....	16
3.2. LOKÁLNÍ BIOLOGIE .....	17
4. MENSTRUACE JAKO SYMBOL ŽENSTVÍ.....	18
4.1. KRITIKA.....	20
5. KULTURNÍ ASPEKTY MENSTRUAČNÍHO CYKLU .....	21
5.1. PREMENSTRUAČNÍ SYNDROM.....	24
6. MENARCHE.....	25
6.1. MENARCHE JAKO SOUČÁST INICIAČNÍHO RITUÁLU .....	27
6.1.1. RITUÁLY MENARCHE V NAŠÍ SPOLEČNOSTI .....	29
6.2. TĚLESNÉ ZMĚNY DOPROVÁZEJÍCÍ MENARCHE .....	30
6.3. MENARCHE A NEČISTOTA .....	31
6.4. MENARCHE JAKO PŘECHOD.....	34
6.5. SDÍLENÍ VERSUS UTAJOVÁNÍ MENARCHE.....	36
7. MENOPAUZA.....	39
7.1. TĚLESNÉ ZMĚNY DOPROVÁZEJÍCÍ MENOPAUZU.....	45
7.1.1. Sexualita.....	48

7.2. MENOPAUZA A ČISTOTA.....	50
7.3. MENOPAUZA JAKO PŘECHOD.....	51
7.4. SDÍLENÍ VERSUS UTAJOVÁNÍ MENOPAUZY.....	53
ZÁVĚR.....	55
LITERATURA A ZDROJE.....	58
SEZNAM TABULEK.....	65

## ÚVOD

*„Ženou se člověk nerodí, ale stává.“ Simone de Beauvoir*

Ženské tělo je jedinečné svým vzhledem a také tělesnými procesy, které v něm probíhají. Nejtypičtějšími procesy ženského těla jsou: menstruace, těhotenství a porod. Menstruace provází ženu průměrně 32-42 let. I přesto, že menstruace může ženu doprovázet i polovinu jejího života, jedná se o jev, který je stále zahalen značným tajemstvím a je tedy především doménou samotných žen. Na menstruaci je uvaleno tzv. komunikační tabu. Menstruace a menopauza nejsou vhodnými tématy pro rozhovor, nedostatek přesných informací, obavy, zda jejich vlastní zkušenost je normální (Chrisler, 2013, s.130). Menstruace, je přirozenou součástí života téměř každé ženy, mohlo by se tedy zdát, že její průběh a smýšlení o ní je stejné napříč všemi společnostmi. Je důležité dívat se na menstruaci ve vztahu s širším kulturním, náboženským a speciálním prostředím, především proto, že právě prostředí mohou utvářet pravidla a normy, které jsou jedinečné pro danou společnost.

Cílem výzkumu je zjistit, jakým způsobem ovlivňuje začátek menstruačních cyklů, tzv. menarche a konec menstruace, tzv. menopauza, konceptualizaci ženství a ženského těla samotných akterek. Dosavadní práce se zaměřují především na kulturní odlišnosti ve vnímání menstruačního cyklu, především co se týče menstruačních zvyklostí, menstruačních tabu a mýtů. V naší společnosti je na menstruaci nahlíženo především skrze medicínský pohled, který bude v této práci zastoupen prací Nancy Scheper-Huges a Margaret M. Lock *The Mindful Body: A Prolegomenon to Future Work in Medical Anthropology*. Ovšem menstruace je také vnímána jako symbol ženství, čemuž se věnovala Emily Martin ve svém díle *The Woman in the Body*.

Téma jsem si zvolila na základě svého zájmu o menstruaci a ženství. Můj menstruační cyklus mi již od začátku způsoboval velmi nepříjemné bolesti a křeče, tak jsem si začala dohledávat různé informace o těchto bolestech a také o menstruačním cyklu obecně. Taky jsem se začala zajímat o různé pohledy na menstruaci. Jedním z těch pohledů byl právě pohled na menstruaci jako na součást ženství. V období, kdy jsem užívala hormonální antikoncepci jsem se také začala zajímat o její vliv na tělo, psychiku a životní prostředí. Na základě tohoto zájmu jsem se dostala k informacím o vlivu menstruačního cyklu na ženu.



# 1. CÍL VÝZKUMU

Cílem diplomové práce je teoreticko-empirická analýza konceptualizace ženství a ženského těla v závislosti na menstruačním cyklu. Pro účely své diplomové práce jsem zvolila dvě kategorie žen. Dívky, které zažily menarche a ženy po menopauze. Začátek a konec menstruačních cyklů doprovází mnoho změn, které se projevují právě na prožívání ženství a těla. Zaměřuji se především na sémiotickou a medicínskou rovinu. K uchopení medicínské roviny menstruačního cyklu bude sloužit koncepce těla, kterou představila Nancy Scheper-Huges a Margaret M. Lock ve svém článku *The Mindful Body: A Prolegomenon to Future Work in Medical Anthropology*. Sémiotickou rovinu bude zastupovat Emily Martin a její koncepce menstruace jako symbol ženství, kterou představila v díle *The Woman in the Body*. Jelikož je menstruační krev a menstruace samotná často považována za nečistou záležitost, bude do práce zahrnut i koncept čistoty a nečistoty od Mary Douglas. Vzhledem k tomu, že menarche i menopauza je univerzální jev, který zažívají ženy po celém světě, zahrnu do své práce i koncept lokální biologie od Margaret M. Lock, jelikož v něm zdůrazňuje rozdílnost přístupů k tělu v závislosti na prostředí.

## 1.1. VÝZKUMNÉ OTÁZKY

Výzkumné otázky byly stanoveny na základě studia literatury, vlastních zkušeností a zkušeností mého okolí se zkoumaným jevem.

**Hlavní otázky byla tedy stanovena takto:**

- Jakým způsobem probíhá konceptualizace ženskosti a ženského těla participantek v závislosti na menarche a menopauze?

Menstruace je přirozenou součástí života, především života ženy. Na jejím začátku a konci dochází k mnoha změnám, které mohou život ženy ovlivnit, zejména pak její vnímání a prožívání sebe sama a vlastního těla.

Vedlejší výzkumné otázky byly stanoveny na základě výzkumu a studia literatury. Postupně se také ve výzkumu odhalovaly fenomény, na které dívky a ženy kladly důraz.

#### **Vedlejší výzkumné otázky:**

- Jak menarche a menopauza ovlivnila tělo a pohled na něj?

Menarche i menopauza jsou změny, které se viditelně projevují skrze tělo. Záměrem výzkumu je zjistit, jakým způsobem tyto události ovlivnily samotné tělo, ale i pohled na něj.

- Vnímají ženy průběh menstruace jako nečistý?

Cílem výzkumu je popsat konceptualizaci ženství a ženského těla. Jelikož je menstruační krev velmi často považována za špinavou a nečistou, chtěla bych se zaměřit i na tuto oblast.

- Představuje menarche a menopauza pro participantky symbolický přechod? Pokud ano, jaký?

Tato otázka byla stanovena na základě studia literatury, kde se často psalo, že menstruace představuje pro ženy symbol ženství. Chtěla bych se tedy touto otázkou zaměřit, jestli to budou mít respondentky stejně.

- Je menarche a menopauza ženami sdílená či utajovaná a proč?

Na základě mé vlastní zkušenosti s menarche i na základě studia literatury lze říct, že je velmi časté skrývání menstruace obecně. V literatuře lze také dohledat utajování menarche i menopauzy.

## 2. METODOLOGIE A KONSTRUKCE DAT

### 2.1. VÝZKUMNÝ DESIGN

Ke splnění cíle výzkumu jsem si vybrala kvalitativně orientovaný přístup. V rámci tohoto přístupu jsem si zvolila fenomenologický design, který mi může pomoci ke správnému uchopení fenoménu a následně k jeho pochopení. Creswell (2007, s. 59) popisuje dva typy fenomenologie, a to fenomenologii hermeneutickou a transcendentální. V rámci hermeneutické fenomenologie výzkumník především provádí interpretaci smyslu žité zkušenosti. Oproti tomu se transcendentální fenomenologie více zaměřuje na popis zkušenosti participantů než na výzkumníkovu interpretaci.

Čermák společně s Kostínkovou (2013, s. 9-10) popisují interpretativní fenomenologii. Tento typ fenomenologické analýzy se samozřejmě také zaměřuje na porozumění žité zkušenosti člověka, ovšem jeho předností je, že *„subjektivita je vnímána jako přednost – jednak je reflektována, jednak jedině ona nám umožňuje vstup do zkušenosti své i druhého, jednak nic jiného nemáme a jednak je nástrojem validizace. Závěry analýzy jsou vždy dočasné a prozatímní, což činí analýzu nutně subjektivní“* (Čermák, Hytych & Řiháček, 2013, s. 11).

Data budou tvořena na základě polostrukturovaných rozhovorů. Z nich budu formulovat počáteční poznámky a komentáře. V další fázi přistoupím k pojmenování a rozvíjení vznikajících témat a také k hledání souvislostí mezi nimi. Nejprve takto budu analyzovat jeden rozhovor a poté přistoupím k dalšímu. Až po zanalyzování veškerých rozhovorů přistoupím k hledání souvislostí napříč případy.

## 2.2. METODY VÝZKUMU

Data budou tvořena na základě polostrukturovaných rozhovorů. Participantkám to umožní reflektovat svou zkušenost a mluvit o tématu volně, ale zároveň v určitých, mnou stanovených, mezích. Pro mě, jako výzkumníka, má tento druh rozhovoru tu výhodu, že mi umožňuje držet se výzkumné otázky a zároveň to zamezí opomenutí na první pohled skrytých fenoménů, které jsou důležité pro pochopení participantčiny zkušenosti. Další výhodou je možnost doptávání se a kontroly správnému porozumění participantčiny zkušenosti.

## 2.3. CHARAKTERISTIKA VÝZKUMNÉHO VZORKU

Do výzkumu byly osloveny dívky a ženy z mého okolí a prostřednictvím sociálních sítí. Mladé dívky byly získány zejména metodou snowball. Mé kolegyně z obou brigád, které mám, mají dcery, které byly ve věku, kdy první menstruaci očekávaly nebo ji již zažily. Skrz tyto dívky byly také dotazovány jejich kamarádky a spolužačky. Pro účely tohoto výzkumu byly vybrány dívky, které menstruují a doba jejich menstruace je méně než jeden rok. V této kategorii se mi podařilo získat čtyři dívky.

Tabulka 1 - Přehled dívek po menarche

Jméno	Věk	Menarche	Doba od menarche
Anna	12	ano	6 měsíců
Adéla	13	ano	11 měsíců
Amálie	11	ano	2 měsíce
Antonie	12	ano	8 měsíců

Druhou kategorii tvoří ženy, u kterých menopauza již proběhla. Jedná se o ženy ve věkovém rozmezí 45-60 let. Tyto participantky byly získány především přes sociální sítě skrze skupiny na Facebooku týkající se menstruace a menstruačních pomůcek. Celkem se mi podařilo získat tři ženy, u kterých menopauza proběhla nejdéle před třemi lety.

Tabulka 2 - Přehled žen po menopauze

Jméno	Věk	Doba od menopauzy
Žofie	57	2,5 roku
Žaneta	54	3 roky
Žakelína	50	1 rok

## 2.4. LIMITY A RIZIKA VÝZKUMU

Jako jedno z hlavních rizik tohoto výzkumu spatřuji v samotném výběru tématu, a to konkrétně v jeho citlivosti. Vzhledem k tomu se mi nejrizikovější jeví hledání participantek a jejich otevření se během rozhovoru. To může být také způsobeno nedůvěrou k výzkumníkovi. Řešením může být vhodný výběr participantů. K tomu se nabízí využití metody snowball, ovšem ta má také svá jistá rizika, např. nízkou různorodost participantek.

Jako velké riziko také vnímám možnost projektování vlastních myšlenek a názorů do interpretace dat. Vzhledem k tomu, že toto téma je ryze ženské, může fakt, že já jakožto výzkumník jsem také žena, způsobit zaujatou interpretaci dat. Tomuto se dá zabránit pomocí triangulace dalším výzkumníkem, který by mohl být muž. Ten bude mít patřičný odstup od tématu a může celou práci obohatit tímto nezaujatým pohledem. Této možnosti jsem ovšem nevyužila.

## 2.5. ETICKÉ OTÁZKY

Vzhledem k tomu, že má práce byla vypracována na základě rozhovorů, které byly vedeny i s nezletilými dívkami, je důležité dbát na etické zásady.

Při realizaci výzkumu jsem se řídila těmito stěžejními body:

- *Informovaný souhlas.* Každá participantka byla důsledně seznámena s cílem a účelem výzkumu, a také se způsobem, jakým budou data použita do samotné práce. Před začátkem samotného rozhovoru byl participantkami podepsán informovaný souhlas.
- *Přístup k nezletilým.* Vzhledem k tomu, že rozhovory byly realizovány s nezletilými dívkami, byl pro účely této práce získán také informovaný souhlas jejich rodičů nebo zákonných zástupců.
- *Svoboda odmítnutí.* Pro mnohé ženy je téma menstruace velmi citlivé, proto byly participantky seznámeny s možností odmítnutí účasti ve výzkumu a také s možností spolupráci se mnou kdykoliv ukončit. Také jsem je seznámila s možností neodpovědět na otázku, na kterou se jim nebude chtít odpovídat.
- *Anonymita.* Veškeré informace, které by mohly vést ke ztotožnění participantek, jsou v této práci anonymizovány. Především se jedná o změnu křestních jmen.

## 2.6. KONSTRUKCE DAT

Jednotlivé rozhovory probíhaly v prostředí, které si participantky samy vybraly. Nejčastěji se uskutečnil v jejich domácnosti nebo v domácnosti jejich rodičů. Se dvěma ženami po menopauze rozhovor probíhal v kavárně, kde se v době rozhovoru nacházelo velmi malé množství lidí. Na začátku rozhovoru byly ženy upozorněny, že účast ve výzkumu je zcela dobrovolná, a že nejsou povinny odpovídat na všechny otázky.

Osloveno bylo celkem 21 žen z obou kategorií. Důvody odmítnutí účasti ve výzkumu byly různé, ale mezi nejčastější patřilo samotné téma výzkumu. Některé ženy odmítly účast, jelikož se styděly o takovém tématu mluvit. Dále mi jako důvod k odmítnutí zmínily to, že jsem pro ně cizí osobou. S kamarádkami o tomto tématu mluví, ale rozhovor s cizími lidmi je jim nepříjemný. Jedním z posledních důvodů byl nesouhlas rodičů pro nízký věk jejich dcer.

### 3. BIOLOGICKÉ ASPEKTY MENSTRUACNÍHO CYKLU

Menstruační cyklus je typický pro pohlavně zralé ženy, které nejsou těhotné. První menstruaci dívka zažívá průměrně ve 13 letech (Dalajka & Macek, 2005, s. 238). Menstruační cyklus „je určován změnami hladin hormonů tvořených ve vaječnících a řízených z mozku (hypofýzy a hypothalamu)“ (Vokurka, 1994, s. 212). Obvykle trvá přibližně dvacet osm dní, přičemž jeho délka může být od čtrnácti do třiceti a více dní. Za počátek cyklu je považován první den menstruačního krvácení. Měsíční cyklus se skládá ze čtyř fází: menstruační, preovulační, ovulační a premenstruační.

V každém vaječníku ženy jsou skupiny buněk zvaných folikuly, které obsahují nezralá vajíčka. Během preovulační fáze folikuly zrají, a dochází k tvorbě zejména hormonu estrogen, který stimuluje prsa a děložní stěnu. Kolem 14. až 16. dne cyklu folikuly praskají a uvolňuje se z nich vajíčko do vejcovodu a nastává ovulační fáze. Některé ženy během ovulace pociťují určité fyzické příznaky, např. bolest v pánevní oblasti, krvácení nebo výtok, větší napětí v prsou nebo zvětšení prsou.

Po ovulaci se z folikulu stane „žluté tělísko“, které produkuje progesteron a estrogen. Progesteron způsobuje změny ve sliznici, kde dochází především k hromadění zásobních látek. Tyto změny jsou přípravou na případné těhotenství, tj. uložení oplodněného vajíčka, jemuž je takto připravená sliznice schopna poskytovat výživu až do vývoje placenty (Šípek, 2014).

Jestliže k oplodnění nedojde, žluté tělísko zaniká a vznikne tzv. bílé tělísko. Produkce progesteronu a estrogenu v premenstruační fázi rapidně klesne. Zároveň děložní sliznice přestane být zásobena krví, a nakonec se začne rozpadat a její povrchová část je odloučena a odplavena s menstruační krví (srov. Gray, 2011, s. 89-90; Vokurka, 1994, s. 212). Po skončení menstruace dochází k obnově děložní sliznice, růstu slizničního epitelu a k vývoji děložních žlázek.

Menstruační krvácení může doprovázet řada fyzických a emočních premenstruačních symptomů, tzv. premenstruační syndrom. K nejobvyklejším symptomům patří bolest zad, mdloba, migréna, nutková chuť na cukr, citlivost prsou a jejich zvětšení, křeče, zadržování vody, malátnost, nesoustředěnost, podrážděnost, náladovost, nevraživost a deprese. Krvácení trvá přibližně 3-5 dní a dojde během něj ke ztrátě přibližně 50 ml krve (Vokurka, 1994, s. 212).

Dojde-li k oplodnění, děložní sliznice nezaniká, neobjevuje se menstruační krvácení a dochází k postupné tvorbě placenty, která převezme výživu zárodku a plodu, jakož i tvorbu hormonů.

### **3.1. BIOLOGICKÉ ASPEKTY MENOPAUY**

Menopauza se projevuje stále častějším vynecháváním ovulace a nepravidelným menstruačním cyklem až dojde k jejich úplnému vymizení. Doleček (1987, s. 185) uvádí, že „ukončení menstruačních cyklů u nás



nastupuje obvykle mezi 45. až 55. rokem.“ Průměrný věk tedy je 48 let, ovšem v průmyslově vyspělých zemích se průměr pohybuje mezi 50 a 52 lety. V jiných částech světa bývá průměrný věk menší než 48 let (Sievert, 2013, 422). Nástup menopauzy je závislý na počtu oocytů (vajíček) při narození a mírou ztráty ovariálních folikulů<sup>1</sup> v průběhu života. Tyto ztráty jsou ovlivněny genetickými, enviromentálními, reprodukčními a životními faktory.

Menopauza je ve skutečnosti něco, co není: jmenovitě je to absence menstruačního krvácení po dobu dvanácti po sobě jdoucích měsíců. Zdánlivě nekonečné změny, které k tomu vedly, se všemi známými příznaky ve skutečnosti nejsou menopauza, ale „perimenopauza“, a to může trvat i několik let (Stein & Kim, 2009, s. 221). Tímto termínem se také označuje doba dvanácti měsíců od poslední menstruace. Poté se klimakterické příznaky zmírňují (Winterich, 2003, s. 627-628). Celé reprodukční období ženy nebo tři až čtyři roky před poslední menstruací mohou být označovány termínem „premenopauza“ (Keřa et al., 2018, s. 111). Samotná menopauza tedy může být stanovena pouze retrospektivně. Jakmile žena přestane menstruuovat po dobu dvanácti po sobě jdoucích měsíců a po naměření zvýšené hladiny folikulostimulačního hormonu (FSH), je žena označena za postmenopauzální (Winterich, 2003, s. 627-628).

### 3.2. LOKÁLNÍ BIOLOGIE

Koncept lokální biologie kontextuálně pojímá vzájemný vztah mezi biologií a kulturou. Její údaje odhalují rozpory mezi (i) individuálními vyprávěními, kulturní ideologií a odbornými zprávami o menopauze v Japonsku a (ii) západním diskurzem o univerzální „menopauzální ženě“. Lock tvrdí, že

---

<sup>1</sup> Ovariální folikul je útvar tvořený obvykle jedním oocytem (budoucím vajíčkem) a vrstvami podpůrných folikulárních čili granulózních buněk. V průměru jich dozrává asi 400.

západní vědci obvykle vytvářejí modely menopauzálního procesu založené na západních představách o těle a jeho příznacích. To vytváří falešnou dichotomii mezi organismem a prostředím, subjektem a objektem, myslí a tělem. V tomto dichotomickém rámci se konec menstruace chápe jako výsledek vztahu mezi chemickými signály a fyziologií. Naproti tomu její interpretace japonských zkušeností podtrhuje interakci individuální subjektivity, fyziologické procesy, kulturně naplněná očekávání a kulturně budované ideologické znalosti. Její šetření hroutí konvenční dichotomie a zpochybňuje předpoklad, že menopauza je univerzální zkušenost na jakékoli úrovni – biologické, psychologické nebo sociální (Kontos, 1995, s. 683-684).

Lock (1993) kritizuje tvrzení, že kultura určuje způsob, jakým jednotlivci dávají význam biologii, protože podle ní nejen že kultura ovlivňuje konstrukci, zkušenosti a interpretaci stárnutí a dalších biologických procesů, ale že biologický rozdíl obsahuje subjektivní zkušenost jednotlivců a vytváření kulturních interpretací.

#### **4. MENSTRUACE JAKO SYMBOL ŽENSTVÍ**

Menstruace je jedním z fyziologických procesů, který je pro ženy typický. Navíc je jedním z těch, které jsou poměrně snadno viditelné. Jedná se tedy o proces, který ženy odlišuje od mužů. Vzhledem k tomu, že je menstruace zahalena tajemstvím, dochází k tomu, že se menstruace stává znakem, který sdílí téměř všechny ženy na světě a spojuje je. Řekla bych, že na základě této myšlenky dochází k tomu, že je menstruace považována za symbol ženství, ženského kruhu.

Status žen je odvozován od jejich stádia v životním cyklu, a především od jejich biologických funkcí. Ženy jsou definovány jako ženy na základě anatomických rozdílů od mužů. Konkrétně se jedná o určitý soubor

hormonů a reprodukčních orgánů (děloha, vaječníky a vagina) (Ferguson & Parry, 1998, s. 22). Identita žen je pak často odvozována od jejich přirozených biologických zkušeností, jako je menstruace, plodnost, mateřství a menopauza (Rosaldo, 1974, s. 30-31).

Přestože ženy v naší společnosti netvoří jednotnou komunitu, sdílejí některé zkušenosti: všechny jsou definovány jako „ženy“ (jedna ze dvou obvykle trvalých genderových kategorií, do nichž všichni v naší společnosti musí být přiřazeni) a všechny mají ženská těla a zažívají běžné tělesné procesy, jako je menstruace a porod (Martin, 2001, s. 4). Jednotlivé orgány, tělesné tekutiny a funkce mohou mít zvláštní význam pro skupinu lidí (Sheper-Huges & Lock, 1987, s. 17).

Ženy menstruaci používají k tomu, aby vyjádřily svou ženskost, ale také aby znovu potvrdily své přijetí ženské sociální role. Dochází zde k posunu od biologického k sociálnímu. Toto opětovné potvrzení se vyjadřuje prostřednictvím postojů a přesvědčení o menstruaci (Skultans, 1970, s. 639).

Menstruace je jedním ze znaků, který odlišuje ženy od mužů. Ženy hovoří o menstruaci jako o tajemství, zejména před muži (Martin, 2001, s. 102). Menstruace také působí jako zkušenost, která ženy spojuje. Především skrze zkušenostní komunikaci. Menstruační období může být považováno za symbol biologické vazby k jiným ženám (Elson, 2002, s. 43). Martin (2001) ve své studii 165 ženských menstuačních zkušeností zjistila, že její respondentky vnímají menstruaci jako „známku ženství.“ Menstruace je tedy to, co je definuje jako ženu. Tato definice je také úzce spjatá se schopností reprodukce.

U žen, které vidí menstruaci jako symbol ženskosti a ženství, může jejich konec vést k otázce jejich ženské identity (Astbury-Ward, 2003, s. 441).

Protože menopauzální žena postrádá biologickou schopnost rodit děti, je menopauzální žena „neženská.“ Pokud se tedy menopauzální žena identifikuje jako žena, napadá tím sociálně konstruovanou představu ženské ženy, protože jí chybí reprodukční identita (Ferguson & Parry, 1998, s. 23).

Někteří menstruační aktivisté oslavují menstruační cyklus jako zdroj ženské síly a spojení, zatímco jiní odolávají fundamentalistickému uspořádání menstruace, ve kterém je biologický proces spojen se sociálně konstruovanou kategorií. Místo toho se tito aktivisté zaměřují na celosvětový průmysl menstruační péče a zároveň podporují používání ekologicky udržitelných, bezpečnějších a méně nákladných alternativ (Bobel, 2010, s. 8).

#### **4.1.KRITIKA**

Třetí vlna feminismu spočívá v tom, že zpochybňuje standardní binární soubory pro pohlaví a gender. Pohlaví představuje biologické tělo a gender je tělem kulturním. Během devadesátých let se uvažovalo, zda pojem pohlaví není také sociální konstrukcí jako je tomu u genderu. Tyto argumenty se soustředily kolem výskytu intersexuálních osob, kteří jsou označeni jako „muž“ nebo „žena“ v závislosti na jejich dominantních pohlavních vlastnostech, ale ve skutečnosti mohou mít biologické vlastnosti obou pohlaví v závislosti na jejich chromozomálním složení (Newton, 2016, s. 50). Tímto způsobem jsou tato těla tvarována tak, aby odpovídala již existujícím kategoriím, a to bez ohledu na nejednoznačnost jejich těl. V těchto případech lze říct, že gender vytváří pohlaví (Richardson, 2008, s. 7).

Pokud do této situace vstoupí menstruace, definovaná jako fyziologické měsíční krvácení typické pro ženy, pak je premisa, že gender utváří pohlaví narušena. Bobel (Bobel & Fahs, in Reger, 2017) naráží na to, že ne všechny „ženy“ krváčí a ne všichni „menstruátoři“ jsou ženy. Menstruátor je termín,

který zahrnuje každého, kdo menstruuje a doposud byl považován za ženu. Tím se snaží menstruaci rozšířit za hranice pohlaví, započítávají se tak dvojznačná těla, mezi která patří intersexuální osoby a transmani<sup>2</sup>, kteří mohou krvácet, ale neidentifikují se jako ženy. Tito aktivisté odmítají přirovnávat menstruaci k ženství a zpochybňují hegemonii esencializovaného genderového binárního systému, a to i v souvislosti s tím, co se obecně považuje za téměř univerzální ztělesněný „ženský problém“ (Bobel, 2010, s. 12).

Menstruace je biologický proces i sociální konstrukt. Způsob, jakým se menstruační starají o svá těla během krvácení (menstruační etiketa), je kulturní. Jádrem je biologická funkce. Tudíž, pokud jde o menstruaci, fyzické tělo nemůže a nemělo by chybět, a to, co je třeba vyvinout, je prostředek, kterým lze fyzické tělo úspěšně zapojit do diskusí o těle kulturním (Newton, 2016, s. 51).

## **5. KULTURNÍ ASPEKTY MENSTRUAČNÍHO CYKLU**

Na tělo a tělesné procesy se můžeme dívat skrz různé optiky. V naší společnosti se na tělo díváme především skrz medicínu. Cílem medicíny je popsat z čeho se tělo skládá a jak funguje. Zaměřuje se na to, co je normální a tedy zdravé, a co normální není a je tedy nemocné. Tělo, které je nemocné, je potřeba léčit odborným lékařským zásahem. Na tělo je také velmi často nahlíženo jako na estetické dílo. Ovšem tělo jde daleko za estetiku a nese sebe, své zážitky, význam, obřady a tradici (Dourado, Fustioni, Schimer & Brandao-Souza, 2018, s. 208). Tělo komunikuje informace pro a ze sociálního systému, kterého je součástí. Mělo by být považováno za zprostředkování

---

<sup>2</sup> Transman je muž, který se narodil jako žena.

sociální situace (Douglas, 1971, s. 387). Tělo lze využít jako symbol, se kterým lze přemýšlet o přírodě, společnosti a kultuře (Sheper-Huges & Lock, 1987, s. 7). Ženské reprodukční tělo je v západní kultuře léčeno. Péči o ženská těla zde přebrali „expertní“ lékaři a zdravotní pracovníci způsobem, ve kterém ženské subjektivní porozumění jejich těla není řádně uznáváno (Newton, 2016, s. 55).

Menstruační cyklus je dokonalým příkladem biopsychosociálního procesu. Jedná se o normální aspekt fyziologie, který ovlivňuje a zároveň je ovlivňován chováním. Ačkoli téměř každá žena na celém světě sdílí stejný proces menstruace a menopauzy, prožíváme je odlišně. Naše přesvědčení, postoje a zkušenosti s ní jsou utvářeny v kulturním kontextu (Chrisler, 2013, s. 129). Na přesvědčení a postoje k menstruaci má také vliv sociální, a především rodinné prostředí, ve kterém lidé vyrůstají. Ve skutečnosti existuje několik rozdílů v postojích k menstruaci, které byly dokumentovány u žen z různých zemí. Kromě toho existují také rozdíly v postojích k menstruaci subkulturních skupin i v rámci velmi homogenních kultur (Marván, Cortés-Intestra & Gonzáles, 2005, s. 273).

V naší společnosti se menstruační cyklus stal předmětem medicíny (Chrisler, 2013, s. 129). Je stanoveno, jak má zdravý menstruační cyklus vypadat, co je jeho přirozenou součástí a jak má probíhat. Lékaři jsou školeni k přijetí biomedicínského modelu, který se zaměřuje na biologické aspekty identifikací příznaků a symptomů ve snaze vybrat terapii nebo léčbu (Pitkin, 2010, s. 157). V důsledku toho jsou ženy od puberty vybízeny k tomu, aby menstruaci léčily pomocí antikoncepčních pilulek. Menstruace se tak dostala pod kontrolu lékařských odborníků (Berger, 1999, s. 180).

Medikalizace menstruace má sklon definovat, co je „normální“ a co není, pokud jde o „příznaky“, které se odchylují od standardního 28denního

cyklu. Tento „normální“ cyklus nezažívají všechny ženy a s menstruací je spojeno mnoho problémů. Patří k nim premenstruační syndrom (PMS), amenorea (absence menstruace), menoragie (nadměrná ztráta menstruační krve) a dysmenorea (bolestivá menstruace) (Newton, 2016, s. 56). Stanovením „normálního“ cyklu došlo k tomu, že menstruační problémy se staly odchylkami od normy.

Sociální vědci se více zajímají o zkoumání sociálního a kulturního konstruktů menstruačního cyklu (Pitkin, 2010, s. 157). Neexistuje skutečná diskuse o samotné události, nejen o fyziologii a hormonech menstruace, ale o její komplexní historii, jejím místě ve společnosti, nevyhnutelné roli – kterou hraje v životě každé ženy – a jejích důsledcích pro naše zdraví, životní prostředí a naše životy (Stein & Kim, 2009, s. 3). Lékařské texty popisují menstruaci jako „pozůstatky“ výstelky dělohy, výsledek odumření nebo zánik tkáně. Popisy naznačují, že systém selhal a vytváří produkty, které jsou zbytečné, neužitečné a nespifikovatelné. Menstruace je v lékařských textech ukazována jako chaotická dezintegrace formy, která je dále popisována jako „zastavení,“ „umírání,“ „ztráta“ nebo „vyloučení“ (Martin, 1999, s. 180).

Martin (1988, s. 252) navrhuje jiné způsoby, jak by mohla být menstruace a menopauza popisována. V případě, kdy žena užívá hormonální antikoncepci nebo se vyhýbá heterosexuálnímu sexu, účelem jejího menstruačního cyklu nebude implantace vajíčka v děloze, ale naopak účelem cyklu bude produkce menstruačního toku. Menstruační krev by pak byla vnímána jako požadovaný „produkt“ ženského cyklu, s výjimkou případů, kdy se žena snaží otěhotnět.

Přestože je krev téměř univerzálním symbolem lidského života a někteří lidé, starověcí i současní, považovali kvalitu krve, pulsů a oběhu za primární

diagnostické znamení zdraví nebo nemoci (Sheper-Huges & Lock, 1987, s. 18), menstruační krev často podléhá nejrůznějším omezením a tabu. Menstruace je tedy událost s dvojnásobným významem. Definuje dívky jako ženy, ale současně vyžaduje represi nebo maskování na veřejných místech (Martin, 2001, s. 42).

V populární kultuře obraz menstruuujících a premenstruuujících žen odráží stereotypy žen a také k nim přispívají. Tyto ženy jsou např. zobrazovány jako ubrečené, napjaté, mentálně nestabilní, lehce rozzlobitelné, mimo kontrolu a potencionálně násilné. Slovo „hormonální“ je používáno k popisu jakékoli emoční reakce, kterou pozorovatelé považují za nadměrnou (Chrisler, 2013, s. 130). Menstruace je pak často zmiňována pouze jako součást reklamy, předmětem stížností nebo součástí zesměšňujících vtipů (Stein & Kim, 2009, s. 2).

## 5.1. PREMENSTRUACNÍ SYNDROM

Velká část lékařské literatury o menstruaci je věnována právě definici a léčbě premenstruačního syndromu (PMS). To, stejně jako menstruace, čelí obtížím v definování a také kritice nadměrné medikalizace. Diagnóza PMS je prováděna na základě vlastního hlášení o výskytu a závažnosti určitých příznaků (Newton, 2016, s. 59). PMS lze konceptualizovat jako žitou zkušenost a sociální konstrukci.

Podle výzkumu, který realizovaly Cosgrove a Riddle (2003), lze říct, že existuje vztah mezi chováním ženského pohlaví a PMS. Většina výzkumů v oblasti PMS zakrývá sociopolitický kontext, z něhož ženy interpretují a dávají smysl své zkušenosti. Protože je prakticky nemožné být „ženská“ i podrážděná, umístění do kategorie PMS má jasnou psychologickou výhodu: člověk může nadále žít až do idealizované reprezentace ženskosti a občas nedosahovat ideálu. Skutečné já žije podle ideálu, zatímco PMS já je



neuspořádaná odchylka. PMS já umožňuje širší škálu afektivních zážitků, než jaké se obvykle ženám uděluje.

## 6. MENARCHE

*„První menstruaci jsem dostala ve škole, ale přišla jsem na to, až jsem byla doma. Měla jsem šok, i když jsem věděla o co jde. Dokonce jsem i plakala, ale maminka mi vše vysvětlila, i když to bylo se mnou těžké, ale zvládla jsem to.“ (Adéla)*

Menarche představuje okamžik, kdy dívka dostane svou první menstruaci. Je tak zahájena reprodukční část života ženy. Podle výzkumu prováděného Elson (2002, s. 40) respondentky hodnotí věk, ve kterém svou první menstruaci dostaly buď „brzy“ (mezi 9 až 11,5 lety) nebo „pozdě“ (mezi 12 až 17 lety). Zdá se, že pro první menstruaci podle žen není nikdy ideální čas. Podle Lee (2009, s. 624) závisí ideální čas na synchronizaci s přáteli a sestrami. Pokud došlo k menarche dříve než u ostatních dívek, mohlo být zdrojem hanby nebo pýchy, v závislosti na tom, zda dívky vnímaly menstruaci negativně nebo pozitivně. Na druhé straně dívky, které začaly menstruuovat později než ostatní, se mohou obávat, jestli je jejich tělo v pořádku (Uskul, 2004, s. 674).

Podle výzkumu, který prováděla Uskul (2004, s. 671), ženy vnímají menarche velmi rozmanitě, ale můžeme je rozdělit do tří pomyslných skupin. Nejpočetnější skupinu tvoří ženy, které zažívají negativní emoce, jako rozpačitost, strach, šok, stud a zmatek. Tyto emoce zažívaly dívky, které o menarche nebyly dostatečně informovány a zažily je v prostředí s lidmi, se kterými nemohli tuto událost sdílet. Pokud dívky neměly ani základní informace, myslely si, že jsou nemocné nebo že se děje něco špatného s jejich tělem. Negativní pocity také prožívaly ženy, které se menstruaci bránily,

protože se nechtěly stát ženami (srov. Uskul, 2004, s. 671; Janošová, 2008, s. 200).

Z předešlých výzkumů vyplývá, že pozitivní emoce cítily ženy, které byly předem informovány o tom, co je čeká, nebo svou menarche již netrpělivě očekávaly. Mezi jejich pocity patřilo štěstí, úleva a vzrušení. Dále také dívky zažívaly pýchu za to, že se již staly ženou. Z toho vyplývá, že postoj k menstruaci a pocity doprovázející menarche závisí na tom, kolik a jaké znalosti o ní máme (Kaundal & Thakur, 2014, s. 194). Lee (2009, s. 624) ve svém výzkumu zaznamenala vnímání menarche také jako „žádný velký problém.“ Její respondentky, které takto odpověděly, nechápaly tuto událost jako dobrou nebo špatnou, ale vnímaly ji jako daný fakt.

Významný vliv na přijetí či nepřijetí menarche má rodinné prostředí dívky a otevřenost rodinných příslušníků k tomuto tématu. Rodiče mohou přijetí této události ulehčit pomocí dárku či společné oslavy. Důležité je také vnímání menstruace samotnou matkou. Pokud vnímá svou ženskou roli pozitivně a má vytvořený kladný vztah ke svému ženskému tělu a k sexualitě, může dojít k přenosu z matky na dceru (Janošová, 2008, s. 201).

Z výsledků výzkumu, který realizovala Uskul (2004, s. 673), vyplývá, že ženy, které zažily menarche jako událost, která je odlišovala od mužů, pociťovaly nelibost a neochotu přijmout skutečnost, že začaly menstruuovat. Pocity odcizení ze společenského prostředí a frustrace byly zvláště silné pro dívky, které dosud trávily značný čas se svými otci, přáteli a bratry.

Menarche také slouží jako měřítko ženské normality. Je symbolicky významné a znamená okamžik, kdy se dívka stane ženou (Elson, 2002, s. 40). Beňová (2010, s. 161), která prováděla výzkum na toto téma mezi ženami v tradiční kultuře na Slovensku, zjistila, že „dospělost ženy nebyla přímo

navázaná na biologický rytmus ženy a nebyla explicitně spojená s její pohlavní dospělostí. Skutečně dospělou se žena v tradiční kultuře stávala až symbolickým sejmutím věnce a nasazením čepce. Teda až když se děvče stalo něčí manželkou, stalo se i skutečnou ženou.“

## 6.1.MENARCHE JAKO SOUČÁST INICIAČNÍHO RITUÁLU

Menarche, stejně jako menstruace, podléhá kulturním interpretacím. Ačkoli tuto zkušenost prožívají všechny ženy na světě, zpracována rituálem je pouze v některých společnostech. Iniciační rituály, které vedou dívku k tomu, aby se stala ženou, mohou mít velmi různou podobu. Rituály zabývající se menstruací budou užívat skupinu kulturně standardizovaných významů týkajících se krve, ženskosti, plodnosti, neplodnosti (Douglas, 1968, s. 22).

Některé iniciační rituály musí být oslavovány již před nástupem menarche, jiné se shodují se skutečným příchodem první menstruace a načasování ostatních závisí na dostupnosti jídla pro hodování. Některé obřady probíhají skupinově a jiné individuálně. Dále se liší ve velikosti slavností, přístupnosti mužům, délkou trvání iniciace a náročností jednotlivých úkolů. Jen málo z nich zahrnuje bolestivé procedury, jako je klitoridermie<sup>3</sup> či infibulace<sup>4</sup> nebo rozsáhlé skarifikace. Iniací je také zajišťována způsobilost dívky pro manželství, ke kterému dojde obvykle do 2 let od menarche (Ember & Ember, 2003, s. 50). U větší části obřadů jsou přítomni jak muži, tak ženy,

---

<sup>3</sup> Ženská obřízka, při které dojde k odstranění určité části klitorisu nebo celého klitorisu a malých stydkých pysků.

<sup>4</sup> Taktéž ženská obřízka, ale jsou odstraněny dvě třetiny velkých stydkých pysků a ostatní je beze změny, nebo se může jednat o tzv. totální infibulaci, při které je odstraněn klitoris, malé a velké stydké pysky a vše je sešito k sobě. Ponechán zůstane pouze malý otvor pro odtok moči a menstruační krve.

přičemž každý z nich zodpovídá za určitou část. Například v kmeni Tiv je to muž, kdo dělá jizvy zasvěcení, ale je to zodpovědnost matky, aby k němu svou dceru vzala (Lincoln, 1991, s. 92).

Lincoln (1991, s. 94) navrhuje čtyři základní typy ženských iniciačních obřadů. Většina obřadů kombinuje dva a více těchto typů dohromady. Základními typy jsou tělesná mutace, identifikace s mýtickou hrdinkou, kosmická cesta a hra protikladů. Při tělesné mutaci je tělo zasvěcované dívky považováno za něco podstatného, neoddělitelného od vnitřního já. Změna, která je pro ni žádoucí, se projeví na jejím fyzickém já. V době puberty se tělo transformuje samo přírodou, např. menarche, vývoj prsou, rozšíření kyčlí, nebo růst pubického ochlupení, ale dochází také ke změnám díky lidskému působení. Taková akce mění nejen fyziologii zasvěcované dívky, ale také přeměňuje její vnitřní bytí.

Během identifikace s mýtickou hrdinkou se ujme role bohyně. V tom momentě dívka opustí čas, ve kterém žije a vstoupí do prvotního, nadčasového způsobu existence charakteristického pro mýtus. Vstupuje do světa mýtů, do světa absolutních začátků, který je velmi bohatý na kreativní potenciál. Na konci rituálu se dívka opět vrátí do svého času, ale už nikdy nebude stejná, navždy zůstane bohyně součástí jejího života a tím si zachová i tvůrčí sílu (Lincoln, 1991, s. 96).

Kosmická cesta se velmi často se překrývá s identifikací s mýtickou hrdinkou. V tomto případě se ale jedná o změnu v prostoru, nikoli v čase. Jedná se o osvobození jedince od omezení existence v jednom domě, vesnici nebo místní oblasti. Úmyslem je rozbít omezení a vstoupit do svobody a její uplatňování obecně. Prostorová svoboda je způsob, jakým je tato obecná svoboda nejsnadněji demonstrována. Cílem této cesty není „vidět svět,“ ale učinit zasvěcovanou dívku úplně odlišnou od toho, čím byla a radikálně ji

oddělit od její dětské existence. Kosmická cesta dělá z nezralé dívky ženu, která se stala se skutečně kosmickou bytostí, vyrazila ze svého bezprostředního okolí a poznala celý vesmír (Lincoln, 1991, s. 96-97).

Hra protikladů je ze všech typů nejsložitější. Funguje podle dialektických linií, představuje dvě protikladné entity a řeší jejich rozdíly ve vyšší syntéze. Nakonec je s touto syntézou identifikována iniciovaná dívka, účastní se na její celistvosti a vystupuje před konflikty, které charakterizují běžnou existenci. Opozice mužů a žen je pouze jednou z mnoha, která se objevuje. Často se setkáváme s jinými kontrasty a syntézami: uvnitř/vně, čisté/špinavé, východ/západ, slunce/měsíc a další. Může se jednat i o konkrétnější příklady jako je loupaná/neloupaná rýže a jiné. (Lincoln, 1991, s. 97-98).

#### **6.1.1. RITUÁLY MENARCHE V NAŠÍ SPOLEČNOSTI**

V naší společnosti se v současné době této události příliš mnoho důležitosti nepřipisuje. I když i dnes můžeme najít iniciativy, které se snaží tento přirozený fakt zpracovat rituálem. Menarche je tedy v naší společnosti vnímáno jako osobní záležitost každé dívky. Informovány bývají jen nejbližší ženské členky rodiny a kamarádky. Po nástupu menarche se jednání dívek řídí speciálními sociokulturními normami a v silně religiózních společnostech také rituálním tabu. Komplikované zvyky jsou typické pro společnosti, kde je menstruace považována za znečišťující nebo nebezpečnou (Ember & Ember, 2003, s. 165). Dle Uskul (2004, s. 671) si ženy většinou své menarche pamatují velmi živě a čistě, detaily jejich menarche jsou stále čerstvě v paměti. Oproti tomu Janošová (2008, s. 201) uvádí, že existuje fenomén zvaný „pubertální amnézie“. Podle ní si dospělé ženy nejsou schopny vzpomenout na jednotlivé detaily, které menarche doprovázely.

V souvislosti s menstruací se na území Slovenka dochovaly fragmenty magicko-rituálních praktik, které mají za cíl zajistit krátké trvání menstruace.

To nasvědčuje negativním pohledům na menstruaci a o tom, že tento stav není žádoucí a jeho následky jsou nutné co nejvíce zmírnit (Beňová, 2010, s. 161).

Na internetu lze nalézt mnoho návodů na to, jak takový rituál uspořádat. Často se velmi liší v provedení, ovšem všechny stránky uvádějí důležitost takového rituálu pro budoucí život každé dívky. Některé rituály působí jako staré pohanské tradice. V návodech hraje velkou roli symbolika barev: bílá jako symbol krásy a čistoty a červená jako symbol krve a života. Dále je velmi důležitý tzv. kruh žen, ve kterém se rituál odehrává. Do něj je po vykonání rituálu dívka přijata a již je považována za ženu. Další potřeby jsou spíše volitelné, jako svíce, květiny, sošky, vůně, vykuřovadla a různé další talismany (Sada menarche, 2018). Probíhá také mnoho rituálů, které jsou organizovány různými ženami, které hovoří o jeho důležitosti. Mnoho z těchto rituálů probíhá jako pobytová akce. Tyto rituály nejsou pořádány pouze pro dívky, které zažívají své menarche, ale také pro ženy, které již své menarche prožily. Dle těchto stránek je to pro ně „možnost prožít svou první menstruaci znovu a lépe“ (Peschlová, 2010).

## 6.2. TĚLESNÉ ZMĚNY DOPROVÁZEJÍCÍ MENARCHE

*„Ze všeho nejdřív mi začaly růst prsa, byla jsem jedna z prvních ve třídě a vůbec jsem nechtěla, aby to tak bylo. Tak se mi začaly dělat pupínky na obličeji a zádech, který mám pořád... Teď mě před menstruací bolí břicho a prsa, mám chutě na různý jídla... Tak jsem náladová a protivná.“ (Antonie)*

Menarche je pouze vyvrcholením několika tělesných změn. Veškerým změnám předchází zvýšená produkce pohlavních hormonů, která je zároveň spouštěčem těchto změn. Změny následují také ve: vývoji prsou a pubického ochlupení, maximálním růstovým urychlení a v menarche. Poté následuje

růst pánve a její ženské utváření, zvětšuje se množství podkožního tuku, zejména v typicky ženských lokalizacích (břicho a hýždě), také vývoj dělohy a vaječníků. Tento proces je přirozenou součástí genetické výbavy, který je ovšem možné ovlivnit (uspíšit či oddálit) výživou i sociálními podmínkami (srov. Dalajka, Macek, 2005, s. 238; Janošová, 2008, s. 197).

Některé tělesné změny, které menarche doprovázejí byly vnímány pozitivně. Dokonce se na ně dívky již dlouho těšily. Jednalo se především o růst prsou. Jedná se o jednu z viditelných změn, takže dívky mohly sledovat, jak se mění těla ostatních dívek v okolí. Pokud již bylo více dívek s vyvinutými prsy, pak se ostatní dívky těšily na ty své. Pokud byla dívka mezi prvními, nebo její prsa narostla do větších rozměrů než jiným dívkám, pak tato změna vyvolávala spíše pocity studu.

Další tělesné změny jako tmavnutí ochlupení, akné, rozložení tuku na těle byla přijímána spíše s nelibostí. Tyto změny vytvářejí na těle nedokonalosti, které mohou negativně ovlivnit dívčino sebevědomí. Akné a změna postavy byly dívkami zmiňovány jako to nejhorší, co jim menstruace přinesla. Dále hovořily o bolestech, změnách nálad a nafouknutém bříše, což jsou změny, které nyní doprovázejí každou menstruaci. Menstruační křeče a premenstruační změny v zadržování vody, akné a jiné zkušenosti jsou normativní, pokud nejsou závažné. Není vhodné, aby žena tvrdila, že je nemocná nebo zmatená, když je skutečně normální a zdravá (Chrisler, 2013, s. 130).

### **6.3.MENARCHE A NEČISTOTA**

*„Když TO mám, cítím se pořád špinavá, ušmudlaná, nejsem vůbec ve své kůži.*

*Pořád se kontroluju, jestli to neteče tam kam nemá, jestli to nemám na kalhotách...*

*nemám to ráda, při každé výměně preparátu jdu radši do sprchy, abych se aspoň na chvílku cítila čistá...“ (Antonie)*

Obecně se dozvídáme, že krev je součástí života, neviditelná v mezích těla, a že její viditelnost znamená zranění nebo nemoc a možná i smrt. Menarche je tedy paradoxem. Jde o jedinečnou ztrátu krve spojenou se zdravím a indikátorem možného života (Dammery, 2016, s. 1). Studie stereotypů žen v různých hormonálních stavech ukázala, že menstrující ženy jsou považovány za méně sexy, nečistější a podrážděnější než ženy obecně (Chrisler, 2013, s. 130). V některých kulturách jsou ženy přímo považovány za nečisté během menstruačního období (Johnston-Robledo & Chrisler, 2013, s. 10). Menstrující ženy jsou vyloučeny z náboženských činností a ceremonií v některých sektorech judaismu, křesťanství a islámu a jsou považovány za špinavé, nemocné, nevyvážené a rituálně nečisté (Uskul, 2004, s. 668). Mnoho žen věří, že je vhodné, aby se při menstruaci vyhýbali polím, květinám a rostlinám (Marván, Cortés-Intestra & Gonzáles, 2005, s. 274).

Příslušníci kmene Čerokí věřili, že pravidelný kontakt s krví je silný a nebezpečný. Během menstruace je krev mimo příslušné místo a ženy tak musely přijmout různá opatření, jako např. odejít do menstruační chýše, neúčastnit se ceremoniálních činností, vyvarovat se kontaktu s nemocnými nebo provádět normální úkoly (Ember & Ember, 2003, s. 359). Ukázalo se, že tam, kde byly mladé dívky ovlivňovány vzdělanými rodiči nebo vychovatelkami s reformním záměrem, došlo k sociální transformaci. Alternativní získávání znalostí posunulo autoritu vedení od náboženských, s jeho myšlenkami na nákazu a tabu, což bránilo internalizaci koncepce, že menstruační tělo je nečisté (Dammery, 2016, s. 64).

Žádná z dívek nehovořila o menstruaci jako o nečistotě. Domnívám se ale, že se ta nečistota odrazuje ve slovech, kterými menstruaci označují. Jazyk



používaná pro komunikaci předmětu může totiž ukázat, jak společnost dané téma vnímá (Jones et al., 2012, s. 5). Označení jako krámy, ženské problémy, to, ty dny, ženské dny, mensky, menzes odkazují na nepořádek nebo nemoc, v některých případech zůstává menstruace nepojmenována (Beňová, 2010, s. 162). Jazyk ilustruje základní napětí: že lidé mohou mluvit o menstruaci, ale pouze tehdy, když ji nějakým způsobem sníží, odmítnou ji jako nechutnou, obtěžující. V každé konverzaci, ve které používáme slova, která používáme k popisu našich těl a jejich procesů, nejen odrážejí, ale ve skutečnosti posilují, jak se o nich cítíme a jak je vnímají ostatní lidé (Stein & Kim, 2009, s. 9). Joffe, která prováděla rozsáhlý výzkum o přijetí nebo tabu obklopující menstruaci ve specifických kulturách a o tom, jak se to odrazilo v termínech používaných k jeho popisu, klasifikovala svá zjištění do kategorií: čas, barva, návštěvníci, osoby (muži i ženy) a postižení (Newton, 2016, s. 134).

Pocit nečistoty se také může projevat zvýšenou hygienou během menstruačního cyklu. Respondentky vypověděly, že během menstruace se mnohem častěji sprchují, především při výměně hygienických pomůcek. Menstruační krev pro dívky není nečistá v mystickém nebo magickém významu, ale spíše v racionálním. Měsíční krvácení způsobuje jistá nepohodlí, kterým se dá ulevit během sprchování. Z výzkumu, který realizovaly Marván, Cortés-Intestra a Gonzáles (2005, s. 274), vyplývá, že ženy ve všech jimi zkoumaných zemích věřily, že žena by se měla během menstruace koupat častěji. Našlo se i mnoho žen pouze v některých zemích, které věřily, že není možné umýt si vlasy během menstruace a některé také věřily, že koupání během menstruace může nepříznivě ovlivnit tok menstruační krve, zvýšit břišní nepohodlí nebo také může být škodlivé pro celkové zdraví.

Samotný výraz „ženská hygiena“ v podstatě znamená, že menstruace je v zásadě špinavá, nestydatá, špatná, stejně jako výraz „hygienická vložka“. Menstruační tok pro mnoho žen není nejestetičtější tekutinou, ale není přirozeně nehygienická (Stein & Kim, 2009, s. 11).

#### 6.4.MENARCHE JAKO PŘECHOD

*„Některé moje spolužačky dostaly měsíčky kolem 12 let. Často jsme se o tom bavily na holčičích záchodech, kde nás kluci nemohli slyšet a měly jsme soukromí. Když jsem to pak dostala, konečně jsem se cítila jako součást ženského kolektivu. Spousta spolužaček na měsíčky ještě čekala a já už byla ta dospělá žena, která to už dostala.“*

*(Anna)*

Menarche má pro každou dívku zvláštní psychologický a sociokulturní význam, signalizuje potenciální potřebu, aby znovu pojala svou identitu, nyní jako menstruuující ženy (Jackson & Falmagne, 2013, s. 382). U žen signalizuje menarche začátek jejich reprodukčního životního cyklu. Ve školním prostředí se vyznačuje zasvěcením a vstupem do nové skupiny. Puberta je fáze, během které se adolescenti musí vypořádat se svými měnícími se těly a také se dozvědět a prozkoumat sociální svět a jeho postavení v něm (Newton, 2016, s. 90).

Tímto obdobím se začínají ženy nejen symbolicky odlišovat od mužů a náležet do světa dospělých žen. Rozdíly mezi chlapci a dívkami se zvýrazňují a nastávají změny požadavků na jejich chování (Janošová, 2008, s. 197). Menstruací mohou dívky procházet svou cestu k ženství, kde si začínají uvědomovat svou schopnost hrát svou budoucí reprodukční roli (Jarrah & Kamel, 2012, s. 308).

Dívky, které se účastnily mého výzkumu, vnímaly menarche jako symbol dospělosti, ženství a plodnosti. V novodobých komplexních společnostech je

přechod vedoucí k nabytí statusu dospělé osoby vymezen jen velmi mlhavě. Dospělost se z dospívání postupně „vynořuje“. Milníky na cestě k dospělosti jsou přitom dány společensky a jsou zakotveny v právu. Podle Macka (2003, s. 91-92) je jedním z takových milníků dosažení věku 15 let, kdy je adolescentům předán občanský průkaz. Stává se tak trestně odpovědným a může mít legálně sexuální styk. Z právního hlediska se adolescent stává dospělou osobou po dovršení 18 let, v tomto okamžiku jsou všechna jeho práva a povinnosti uzákoněna. Může například řídit motorové vozidlo, vstoupit do manželství. Dalším milníkem je věk 19 let, kdy středoškoláci absolvují maturitní zkoušku, tzv. zkoušku dospělosti. Z hlediska státní správy a samosprávy se občan stává dospělým ve věku 21 let, kdy může být zvolen do zastupitelských orgánů. V poslední řadě může být milníkem dospělosti ukončení vysokoškolského studia, tzn. ve věku 23 až 25 let. Některé z těchto milníků si uchovaly prvky rituálu, ovšem žádný z nich sám o sobě rituálem není.

Menarche znamená okamžik, kdy se dívka stane ženou (Elson, 2002, s. 40). Tento přechod může být dívkami vnímán různě. Může vyvolat strach ze ztráty svobody dětství. Dívky, které tento strach zažívaly viděly ženskost jako omezení jejich chování a oblékání. Dívky mohou zažívat nelibost z toho, že již nejsou vnímány jako děti, ale jako sexuální a reprodukční objekty (Lee, 2009, s. 622).

Dívky, které se účastnily mého výzkumu, vnímaly, že jejich okolí se k nim po menarche chová jinak. Okolí je vnímalo jako dospělé bytosti se vším, co to obnáší, včetně sexuality. Vlivem toho se především změnil vztah s jejich otci, který již nebyl tak intimní. I dívky samy od sebe měly potřebu se zahalovat a své dospívající tělo skrývat před zraky otce, ale i jiných příbuzných mužů a chlapců.

Hlavními pozitivními aspekty přechodu od dětství do ženství spočívaly v tom, že dívky získaly přístup k privilegiím, která doposud vnímaly jako pro dospělé ženy (Lee, 2009, s. 623). Dívky také najednou cítily spojení s jinými ženami. Cítily se blížit k matkám, přítelkyním nebo sestřám. Postavení žen, které menstruuji vyžaduje, aby vyhovovalo ženským normám. To vede k posílení spojení mezi menstruací a genderovou rolí (Elson, 2002, s. 41).

Součástí tohoto přechodu jsou specifické rozhovory s matkou a oddělené přednášky pro dívky ve škole. Ačkoliv tyto informace získaly i před menarche, necítily se být dostatečně připravené na to, co přijde. Informace, které získávaly, byly dvojího druhu: vědecké znalosti o anatomii a fyziologickém fungování menstruace, obvykle čerpané z institucionálních zdrojů; a „realistické“, pragmatické znalosti o žité zkušenosti s menstruací, které se dívky učily kontaktem s lidmi (Kissling, 1996, s. 493). Reakce na tyto informace byly různé. Většina je přijímala se zájmem. Antonii byly tyto rozhovory a přednášky vyloženě nepříjemné, nechtěla „o takových věcech poslouchat.“

## 6.5. SDÍLENÍ VERSUS UTAJOVÁNÍ MENARCHE

*„S kámoškama se normálně o menskách bavíme, četly jsme spolu i knížku o tom... Ale před ostatními spolužáky se snažím, mensky schovávat. Když potřebuju na záchod, tak se co nejvíce snažím, aby si nikdo neovšiml vložky, snažím se ji prostě nenápadně vyndat z batohu a dát třeba do kapsy nebo pod tričko za pásek od kalhot a tak... hlavně aby si nikdo ničeho neovšiml.“ (Amálie)*

Z výše citovaných výzkumů vyplývá, že většina žen sdílí svou zkušenost s první menstruací především s matkami. Stejný závěr vychází z mnou prováděného výzkumu. Matky byly první osobou, kterou participantky o

své první menstruaci informovaly. Získaly od nich základní informace o menstruaci, především jaké používat pomůcky a jak může menstruační cyklus vypadat. V této chvíli také dochází k přenosu vnímání menstruace z matky na dceru. Ta často její vnímání přebírá a ztotožňuje se s ním.

Očekávání respondentek, vyplývající z výsledků výzkumu Uskul (2004, s. 672), byla pozornost ze strany matek a poskytnutí informací. Konkrétní reakce však byly různé. Některé matky této události nevěnovaly žádnou pozornost, jelikož menarche vnímají jako obyčejnou událost. Dále tuto situaci využily jako příležitost k tomu, aby vzdělávaly svou dceru v otázkách týkající se sexuality. Také poskytovaly emoční podporu, zažívaly pocity štěstí a sdílely tuto událost s ostatními ženskými členy rodiny nebo s jejich přáteli. V některých případech docházelo přímo k oslavování menarche. Podpora matek snížila podivnost situace a zvýšila důvěru. Posílil vztah matka-dcera. Mateřská postava určovala kulturní praktiky a také je zahajovala, když byla o situaci informována. Kulturní praktiky zavedené matkou odrážejí mezikulturní odlišnosti (Dammery, 2016, s. 41).

Otcové byli často z těchto rozhovorů vyloučeni, nejčastěji pak ze strany samotných děvčat. Pokud jejich matky tuto událost sdílely bez jejich vědomí, byly rozzlobené. Ovšem dívky, které se mého výzkumu účastnily toto nepotvrdily. Nejvíce informovaná byla ženská část rodiny, jak jsem zmínila výše, jednalo se především o matky. Dalším významným rodinným příslušníkem byly starší sestry, pokud je tedy participantky měly. Poslední v řadě byl otec a sourozenci opačného pohlaví. Z výpovědí vyplývá, že nástup menstruace před nimi nebyl dívkami tajen.

Další důležitou skupinou, se kterou dívky menarche sdílely jsou kamarádky a spolužačky. Každá z dívek měla svou skupinu, se kterou o menstruaci otevřeně hovořily. Docházelo tak k porovnávání zkušeností a předávání

informací, které dívky získaly mimo tuto skupinu. Partnerské sítě se tak stávají pro dívky během menarche důležitými, protože poskytují měřítko pro posouzení vlastní zkušenosti (Dillaway, 2005, s.409-410). Menarche tak zůstává skryté především pro širší kolektiv třídy. Nutná návštěva toalety byla doprovázená strachem z odhalení, že dívka menstruuje, zároveň také byla doprovázena pocitem studu a hanby.

Ačkoliv z mého výzkumu vyplývá, že oproti výše zmiňovaným výzkumům, došlo k proměně toho, před čím je a není menarche utajováno, stále lze říct, že utajování menarche se stále zdá být důležitým rysem mnoha zkušeností mladých žen nejen v období menarche. Ženy tím nechrání jen sebe, ale především ostatní, a to zejména chlapce a muže. Lee (2009, s. 621) uvádí, že ženy, které mají laskavé vzpomínky na menarche, necítí potřebu svou menstruaci utajovat. Z hlediska významů spojených s utajováním popisuje několik témat, které se v jejím výzkumu objevily právě v souvislosti s utajováním. Může se jednat o snahu zabránit ztrátě osobního soukromí, obavu z odhalení doprovázející pocitem hanby a ponížení. Ale také zachování kulturních norem týkajících se utajování, a nakonec je utajování spojeno s obavami z úniku krve a obarvení oblečení. Zdá se, že tyto obavy jsou pro ženy nejhorší. Čím mladší a méně připravená dívka, tím je pravděpodobnější, že bude trpět rozpaky a strachy spojené s utajováním.

Přestože se téma menstruace jeví mnohem otevřenější než dříve, výzkumy naznačují, že ženy mají stále pocit, že musí svůj menstruační cyklus skrývat. To je zřejmé i z prodeje produktů, které ženám slibují dezinfikovanou, deodorizovanou a čerstvou tělesnou prezentaci (Kaundal & Thakur, 2014, s. 194). Reklamy na dámské hygienické výrobky zdůrazňují jejich schopnost skrývat menstruační krev (Guthrie, 2007, s. 21). Nákup těchto pomůcek může také způsobovat jisté nepohodlí. V nákupním košíku se je ženy snaží

skrýt pod jiné zboží tak, aby nebyly vidět. Zároveň se snaží s tímto nepohodlím vyrovnat a neskryvat je, např. na páse u pokladny (Uskul, 2004, s. 675).

Menstruace je sociální stigma a od menarche se dívky učí, jak zvládat menstruaci ve veřejném prostředí, aby se zajistilo, že ostatní zůstanou nevědomí o jejím stavu (Newton, 2016, s. 95). Během menstruace se dívky více zahalují a také přizpůsobují barvu oblečení. V období menstruace si dívky ve většině případech nevezmou bílé kalhoty, nepříjemné jsou pro ně i sukně a šaty. Mé participantky dále dodávaly, že kvůli nafouklému břichu také nosí volnější trička. Hlavním důvodem nošení tmavých kalhot je, aby v případě, kdy dojde k protečení menstruační pomůcky, nebyl tento incident příliš nápadný. Protečení menstruační krve na oblečení dívky vnímají jako tu nejhorší věc, která by se jim mohla stát.

## 7. MENOPAUAZA

*„Začíná to nenápadně... Nepravidelná menstruace, kdy si člověk myslí, že je v tom. Pak nepříjemné návaly, polilo mě horko, zrudla jsem v obličejí a myslela si, že mě praskne hlava... Naštěstí to nebylo často. Když konečně přišla menstruace, tak trvala mnohem déle a později jsem myslela, že vykrvácím. Každá menstruace, která nepřišla, byla pro mě velké štěstí... dost mě to otravovalo. Vždy, když jsem poslouchala starší kamarádky, které menopauzou procházely, vnitřně jsem se modlila, ať to nemám až takové hrozné. Nicméně, když jsem si tím už sama prošla, musím říct, že to opravdu není jednoduché a už vůbec ne příjemné období.“ (Žaneta)*

Nikdo si není zcela jist, co přesně odstartuje celý proces. Menopauza je pro mnohé z žen velmi vítaným „vysvobozením“ od pravidelného měsíčního krvácení a možnosti otěhotnění. Ovšem samotný proces přechodu není až

tak příjemný, nebo lépe řečeno, záleží na individuálních příznacích každé ženy. Je často doprovázena mnohými vedlejšími příznaky, které se velmi podobají premenstruačnímu syndromu. Potíže, které ženy v naší společnosti menopauzu doprovází mohou být následující: bušení srdce, návaly horka, noční pocení, poruchy spánku, bolesti hlavy, bolestivý pohlavní styk (suchost pochvy), náchylnost k osteoporóze a různé psychické symptomy. Tato biologická změna, kterou prožívají všechny ženy, je silně utvářena kulturou. Tudíž i její fyzické příznaky se liší napříč kulturami (Ember & Ember, 2003, s. 170).

Menopauza má přímý vztah k menarche. Mnoho žen ji však smutně nazývá menarche obráceně, protože jde o podobný postupný posun hormonů, i když v opačném směru, a často se také potýká s podobnými fyzickým a emocionálním chaosem. Ve skutečnosti je mnoho příznaků podobných tomu, co jsme prožily jako adolescenti, během našich raných dnů menstruace (Stein & Kim, 2009, s. 222). Podle Lock a Kaufert (2001, s. 495) je menopauza nejlépe pochopitelná jako konstrukt, nikoli jako fakt. Samotná definice menopauzy jako ženiny poslední menstruace „neodpovídá“ zážitku, který většina žen popisuje spíše jako proces trvající v čase než jako ojedinělou událost. Shoda menopauzy s koncem menstruace je relativně nedávného původu. Koncept používaný od středověku ve vzdělaných kruzích k vyjádření myšlenky přechodu v polovině života, tzv. klimakterium, nerozlišoval mezi muži a ženami.

V mnoha společnostech se hormonální změny u menopauzy projevují s určitými změnami v sociální situaci ženy. V kultuře Západu orientované na mládež je menopauza symbolickým milníkem na cestě do stáří (Beyene, 2001, s. 11). Menopauza je tradičně považována za období, kdy žena přechází z reprodukční do nereprodukční fáze, nebo od ovulační do



anovulační fáze (Astbury-Ward, 2003, s. 438). Konec menstruace je složitý biosociální a biokulturní proces, jehož vnímání je kulturně podmíněno. Zatímco v západních kulturách je vnímána jako negativní milník a vstupní bod ke stáří, v jiných kulturách toto je tomu jinak (Astbury-Ward, 2003, s. 437). Po staletí se menopauza nepovažovala za přirozenou funkci, nýbrž se považovala za skutečné onemocnění. To je způsobeno tím, že před dvacátým stoletím byla jen myšlenka, že ženy po menopauze běžně žijí třetinu života, nadměrná (Stein & Kim, 2009, s. 218).

Období menopauzy v naší společnosti doprovází mnoho dalších životních událostí, které mohou ovlivnit nebo změnit dosavadní ženské role. Prvním z nich je odchod dětí ze společné domácnosti, což může v některých případech doprovázet syndrom prázdného hnízda. Další výzvou, která se objevuje v tomto věku může být odchod do důchodu, vlastní stárnutí nebo také péče o starší členy rodiny nebo dokonce jejich ztráta. V době, kdy se ženy staraly převážně jen o domácnost a rodinu, mohla ztráta plodnosti společně s nezávislostí jejich dětí vyvolat emoční stres a pocit bezcitu, který vyvrcholil právě v době, kdy začala menopauza. To mohlo ovlivnit pohled na menopauzální ženy jako neurotické a depresivní (Stein & Kim, 2009, 221).

Současný lékařský pohled na menopauzu je jako na patologický jev, který má svou vlastní sadu příznaků a nemocí (Lock & Kaufert; 2001, s. 494). Tento pohled na menopauzy byl mnohokrát kritizován. Tento pohled pochází nejen z negativních stereotypů spojených se stárnoucími ženami v naší společnosti, ale především jako logický růst vidění těla jako systému hierarchického zpracování informací (Martin, 2001, s. 42). Biomedicínský diskurz považuje menopauzu především za „onemocnění z nedostatku.“ Dochází k tomu, že je diskreditována a ignorována subjektivní zkušenost žen (Ferguson & Parry, 1998, s. 29). Mnoho žen ovšem vnímá menopauzu jako

přirozenou událost. Přijetím biomedicínského modelu existuje nebezpečí, že dojde k roztržitosti ženy místo toho, aby ji vnímala jako holistickou bytost s vlastním statusem mezi její rodinou a společností (Pitkin, 2010, s. 157).

Zdá se, že většina klinických vědců a lékařů předpokládá, že biologické změny spojené s tímto stádiem života jsou v podstatě univerzální. Přestože si vědci stále více uvědomují rozdíly v subjektivních zkušenostech jednotlivých žen, jsou tyto změny připisovány různým psychologickým, sociálním a kulturním faktorům, které jsou vrstveny nad invariantní biologickou základnu (Lock & Kaufert, 2001, s. 494). Ve skutečnosti jsou rozdíly v hlášení symptomů výsledkem interakce biologických a kulturních vlivů na ženský menopauzální zážitek. V globální situaci, s níž jsme dnes konfrontováni, kultura nemusí být nutně omezena zeměpisnými, národnostními nebo etnickými vymezeními. Kromě toho je chybou předpokládat, že se každý účastní stejně na hodnotách spojených s dominantní kulturou, s níž se formálně identifikují – je to také potřeba rozlišovat. Vliv kulturních očekávání na postoje k menopauze, a tedy nepřímo na menopauzální zkušenost, může být poměrně složitý (Melby, Lock & Kaufert, 2005, s. 496). Pokud by menopauza nebyla označena jako nemoc, pak by také nemohly být žádné příznaky, ale pouze dočasné problémy s přizpůsobením, které jsou obvykle malé až střední povahy. Proto je použití termínu „symptom“ považováno za nevhodné a chybné (Berger, 1999, s. 15).

Menopauza vytváří napětí mezi očekáváním ženy, sociálními očekáváním a konkrétními skutečnostmi situace každé ženy. S ohledem na sexualitu, například, může existovat kulturní nebo osobní očekávání, že sexuální touha bude s rostoucím věkem klesat, zatímco ve skutečnosti se libido ženy zvyšuje – nebo žena může očekávat, že si zachová aktivní zájem o sex, ale zažije psychologické a psychické změny, které snižují její zájem (Stotland,

2002, s. 5). Pokud jde tedy o příznaky, ale také o nástup menopauzy, nezažijí je všechny ženy stejným způsobem. Ženy mohou pociťovat pozitivní emoce související s úlevou od bolestí, které menstruaci doprovázely, nebo také s celkovou úlevou od zátěže, kterou menstruace vyvolávala každý měsíc. Mnoho premenopauzálních žen má obavy, že zažijí duševní nestabilitu, náhlé příznaky stárnutí a snížení sexuality (Afridi, 2017, s. 50). Dillawayiny (2005, s. 411) respondentky vnímají menstruaci jako vyčerpávající a zbytečný tělesný proces, proto vnímají menopauzu pozitivně, jelikož se chtěly zbavit menstruačních cyklů a antikoncepčních postupů. Předmětem diskusí se pak staly procesy stárnutí, které menopauzu doprovázejí. Proces stárnutí spojovaly se zdravotními problémy jako je osteoporóza, rakovina prsu a srdeční choroby.

V západních kulturách je menopauza jednoznačně spojena s přicházejícím stářím. Menopauza pak může sloužit jako dělící čára mezi ženami ve středním věku, které mohou být stále považovány za mladistvé, atraktivní a sexy – a starší ženy, které již nejsou pro muže sexuálně atraktivní (Chrisler, 2013, s. 130). Je to čas, kdy se ženy samy mohou stále cítit mladé, ale společnost je obvykle vnímá opačně, jako méně atraktivní a méně plně fungující. K tomuto stereotypu přispěla kulturní předpojatost proti stárnutí a sexualitě starších žen, která je vnímaná jako asexuální. Obecně platí, že média nezobrazují stárnoucí ženu dobře. Zřídka kdy jsou vidět mimo reklamy na hormonální substituční terapii (Astbury-Ward, 2003, s. 437). Oproti tomu např. v Japonsku je menopauza přirozenou součástí procesu stárnutí, není tedy vnímána jen jako konec menstruace, a tak postihuje muže i ženy (Krajewski, 2019, s. 611).

O životních zkušenostech žen mimo západní Evropu, severní Ameriku a Austrálii bylo napsáno velmi málo. V čínském jazyce např. slovo pro

menopauzu neexistuje a v čínské filozofii je toto období jen přirozenou součástí procesu přirozeného stárnutí. V japonské společnosti jsou menopauzální problémy často považovány za luxusní onemocnění moderní doby, které postihuje ženy, které mají příliš volného času (Astbury-Ward, 2003, s. 442-443). V tradičních společnostech ženy často přesně nevědí, kdy menopauzy dosáhly, jelikož pečují o své nejmladší dítě, a tak by menstruaci stejně neměly (Richters, 1997, s. 75).

V neindustriálních společnostech konec porodu a s tím spojený přechod od středního věku, zpravidla přináší posílení postavení žen. Podle Brown (1982, s. 144) přechod do středního věku v neindustriálních společnostech s sebou přináší tři zásadní změny. Za prvé, jsou osvobozeny od omezení jako jsou pravidla skromnosti, respekt, menstruační zvyklosti a omezení v domě. Za druhé, jsou jim dány pravomoci nad mladšími příbuznými, rozhodují o nich a delegují práci, kterou kdysi měly vykonávat. A za třetí, některé vážené dámy se stanou způsobilými pro zvláštní status a uznání mimo domov tím, že se stanou porodní asistentkou, léčitелеm nebo dohazovačkou. Tato událost není slavnostně označena, nepochybně proto, že menopauza může být identifikována pouze retrospektivně. V naší společnosti se tento přechod považuje za soukromou událost, ovšem její vliv na sociální život je značný.

Ženy, které kladou vysokou prioritu na plodnost, mohou mít více negativních postojů k menopauze (Sievert, 2013, s. 422). Pro některé ženy může přirozená menopauza představovat problém s genderovou identitou. Mohou mít pochybnosti o jejich vlastním ženství (srov. Elson, 2002, s. 39; Chrisler, 2013, s. 130). Vzhledem k nástupu těchto životních výzev, které se objevují souběžně s menopauzou, spolu s převládajícím názorem, že menopauza je spouštěčem nejrůznějších nemocí, nepohodlí a nevyhnutelnou katastrofou je snadné pochopit, jak může být této biologické události v naší

kultuře přiřazena velká část viny za všechny potíže, které mohou ženy ve středním věku zažít (srov. Chornesky, 1998, s. 35; Krajewski, 2019, s. 606).

Pro ženy, které užívají antikoncepci, menopauza již nepředstavuje symbolický konec plodnosti a stává se nevýznamnou událostí v životě mnohých žen. Většina dotazovaných žen, které se účastnily Dillawayina (2005, s. 404-406) výzkumu<sup>5</sup>, se se svými partnery aktivně vyhýbaly reprodukci již před začátkem reprodukčního stárnutí, a to za pomoci antikoncepčních technologií nebo lékařského zásahu. Pro mnohé ženy menstruace představuje obtíž a nepohodlí, a proto menopauzu netrpělivě očekávají.

Existuje mnoho hypotéz, které vysvětlují význam a původ menopauzy. Jednou z nich je hypotéza, která říká, že díky postupnému zlepšení životních podmínek došlo k prodlužování průměrné délky života, a to vedlo k postprodukčnímu období u žen (Chiarelli, 2014, s. 158). Další důvod se zdá být hluboce zakořeněn v sociálních strukturách. Během evoluce mělo zastavení reprodukce v polovině života své výhody. U lidí se s rostoucím věkem žen zvyšuje jejich příbuznost s místní skupinou (Krajewski, 2019, s. 607). Tento nárůst příbuznosti znamená, že postmenopauzální ženy pomáhají živit potomky jejich dcer a neteří. Tato pomoc je obzvláště důležitá pro výživu odstavených dětí, když je jejich matky při příchodu novorozence krmí méně (Hawkes et al., 1998, s. 1336). Tím pomáhají přežít a reprodukovat se svým potomkům a potomkům svých potomků.

## **7.1. TĚLESNÉ ZMĚNY DOPROVÁZEJÍCÍ MENOPAUZU**

*„Když mi začala menopauza, všimla jsem si, že často růžovím ve tvářích. Mé tělo se začalo měnit, ani né tak, že bych tloustla, ale začal mi mizet pas, poklesl mi zadek,*

---

<sup>5</sup> Výzkum zabývající se vnímáním menopauzy ženami, které jsou postmenopauzální.

*celá jsem začala být taková oteklá a mé křivky už nebyly to, co kdysi. I když sportuji a udržuji zdravý životní styl... Zhoršil se mi spánek a je mi často hrozně teplo. I nálady jsou jako na houpačce. Takže změny nastaly, ale asi žádná dobrá se popsat nedá.“ (Žofie)*

Toto období „ukončení menses, může nastat bez obtíží, anebo může být doprovázena řadou obtíží, jako tzv. klimakterické obtíže, mezi kterými zaujímají přední místo návaly horka a pocení, bušení srdce, změny nálad, nápadný hmotnostní přírůstek atd.“ (Doleček, 1987, s. 185). Etnografie stárnutí a menopauzy ukázala, že menopauza je velmi rozmanitá. Došlo ke zpochybnění menopauzy jako fenoménu, který je stejný pro všechny společnosti. Ačkoli je stárnutí fyzický proces, odráží se v něm sociální konstrukce jednotlivých kultur (Obermeyer & Sievert, 2007, s. 663-664). V současné době byl přechod menopauzy studován v celé řadě populací a byla potvrzena impozantní variabilita četnosti symptomů. Charakteristiky, které se liší u žen z různých prostředí zahrnují kouření, konzumaci alkoholu, dietu, reprodukční historii, BMI, fyzickou aktivitu, socioekonomický status a zdroje stresu. Některé z těchto proměnných mohou modifikovat základní biologii menopauzy (Sievert, 2013, s. 421).

Pokud jde o rozdíly v hlášení příznaků v perimenopauzálních letech, je třeba kromě základních biologických variací a dietních rozdílů vzít v úvahu i další faktory. Zahrnuto je používání jazyka a to, zda je konec menstruace kulturně označen; kromě toho jsou symbolické významy, kulturní stereotypy a předem vytvořená očekávání ohledně této fáze životního cyklu, jakož i individuální sebevědomí a přechody na společenské role, z nichž všechny slouží k úpravě přechodu menopauzy (Lock, 2002, s. 132).

Všechny participantky se shodly v tom, že se jim postupně prodlužovaly menstruační cykly, objevovalo se růžovění ve tvářích, návaly horka, pocení a

bolesti kloubů. Také mluvily o proměnách vlastního těla jako je rychlejší stárnutí obličeje, mizející pas a křivky. „Příznaky“ menopauzy považovaly za nevyhnutelnou součást tohoto procesu, přičemž fyzické změny ženy přijímaly s velkou nelibostí.

Cílem medicíny je „příznaky“ menopauzy zmírnit a v ideálním případě je úplně eliminovat za pomoci léčby. Tato léčba může probíhat buďto hormonální substituční terapií, přírodními doplňky stravy anebo změnou/úpravou životního stylu. Mé participantky své obtíže konzultovaly s lékařem, ovšem ke zmírnění příznaků se snažily přizpůsobit životní styl – udržovat se v kondici, aktivně se hýbat. Léčba menopauzy je problematická, protože zachovává nezdravou posedlost naší společnosti těly žen, diskredituje a falešně zobrazuje zkušenosti žen s menopauzou, podceňuje rizika hormonální substituční terapie, aby se zajistilo dodržování žen v biomedicínském modelu menopauzy (Ferguson & Parry, 1998, s. 27).

Participantky užívaly termíny biomedicínské sféry, ovšem přímo se s nimi neztotožňovaly. Menopauzu označovaly jako období úpadku, ale jejich prožívání neodpovídalo tomuto termínu. Menopauza ovlivnila jejich tělo a život, ale určitě ne pouze v negativním smyslu. Menopauzu vnímaly jako přirozenou a zároveň nevyhnutelnou součást života, která s sebou nese jak negativní, tak pozitivní aspekty.

Ženy mohou pociťovat ztrátu sebevědomí spojeného s fyzickými aspekty procesu stárnutí, který menopauzu jednoznačně doprovází, protože společnost je zaměřena především na mládí a krásu. Ženy, které se v tomto okamžiku svého života pokoušejí rozvíjet nové dovednosti, zájmy a profesní role, jsou často diskriminovány kvůli ageismu, který je pevně zakořeněn nejen v americké společnosti (Chornesky, 1998, s. 35).

Menopauza je normální přechod a většina žen nehledá pomoc. Postoje k tomu, zda by měly hledat pomoc nebo dokonce přiznat příznaky, se liší a liší se také zdroje v jednotlivých regionech (Pitkin, 2010, s. 156). V kulturách zaměřených na mládež, jako jsou Spojené státy, se lze na vyhlídku menopauzy dívat s hrůzou, což znamená nástup depresivního období života po ztrátě plodnosti. Tento pohled na menopauzu může dokonce vést k tendenci považovat menopauzu za nemoc, kterou lze léčit lékařsky hormonální substituční terapií (Chornesky, 1998, s. 32).

### 7.1.1. Sexualita

*„Menopauza pro mě nebyla vůbec jednoduchá... ani pro mě, ani pro mého přítele.*

*Dokud mě menopauza nepřešla, tak mi hodně ovlivňovala sexuální život s partnerem. Chlapi to mají jednodušší, pokud se dostanou do přechodu, nic jim nebrání si dál sex užívat. Já jsem ale trpěla bolestmi při sexu, cítila jsem nepříjemné pálení, museli jsme zkoušet různé lubrikační gely a stejně jsem z toho nakonec nic neměla... Až když to celé ustalo si konečně můžu zase užívat“ (Žaneta)*

V období, kdy trvala premenopauza se objevovaly typické příznaky, které ovlivňovaly sexuální život participantek. Mezi ně patří vaginální suchost, snížené libido a únava. Mé participantky ovšem na sexuální život nezanevřely, právě naopak se společně s partnerem snažily najít způsoby, jak si mohou sex užít oba. Jejich sexuální život se stal pestřejším, než býval předtím, jelikož vaginální sex již pro ně nebyl vždy příjemný.

V některých kulturách mohou být ženy po menopauze považovány za asexuální a neviditelné. Vhodnost sexuálního chování po menopauze se také liší s náboženskou doktrínou. Je-li účelem sexu rozmnožování, může menopauza u některých žen ukončit sexuální aktivitu (Sievert, 2013, s. 422). V západních společnostech je sex převážně definován jako záležitost



mládeže, a sexuální zážitky osob středního věku jsou do jisté míry tabuizované. Společnost ženám neustále připomíná, že pro pohlavní styk je vyžadována dokonalá tělesná přitažlivost (Astbury-Ward, 2003, s. 444).

Z výzkumu realizovaného Winterich (2003, s. 633-634) vyplývá, že ženy, které vedou aktivní a plný sexuální život a komunikují otevřeně, jsou ochotny přizpůsobit svůj sexuální repertoár menopauzálním změnám. Oproti tomu mnoho žen také diskutovalo o problémech v sexuálním životě, popisovaly problémy, které souvisejí s kulturními představami o menopauze, pohlaví a definování sexu jako pohlavního styku.

Populární mediální reklamy na hormonální terapie a další menopauzální „léky“ zdůrazňují jejich pozitivní dopad na sexualitu. Ztráta sexuálního chtíce je synonymem stárí, což je v Severní Americe synonymem toho, že se jedinec stal ošklivým a bezvýznamným pro kulturu a čelí blížící se smrti (Stotland, 2002, s. 6). Naproti tomu z výsledků výzkumu, který realizovala Dillaway (2005, s. 407) vyplývá, že menopauza ženám umožnila užívat si sex bez rizika více než kdy předtím. Její respondentky také hovořily o nepohodlí, které menopauza v sexu vytvořila (např. vaginální suchost, občasný nedostatek sexuální touhy), ale hovořily také o velké sexuální touze.

U žen kmene Bamiléké se předpokládá, že po menopauze tyto ženy nemají žádný pohlavní styk. Normy spočívají v tom, že po určitém věku manželé budou mít oddělené místnosti a ukončí i své sexuální vztahy. Normy sociální menopauzy uvádějí, že žena by neměla mít sex nebo otěhotnět poté, co se narodí první vnouče. Starší muži však často pokračují v sexuálním životě buď s mladšími manželkami nebo mimo manželství, bez ohledu na existenci vnoučat (Ember & Ember, 2003, s. 320).

## 7.2.MENOPAUA A ČISTOTA

*„Menstruaci jsem vždy brala jako nutnost. Vždy mě cyklus obtěžoval, omezoval a vadily mi mé nálady, které se moc nedaly ovládat, ale bohužel ženské tělo je tak nastaveno a každá žena se s tím musí poprat, jak nejlépe umí. Když pak přišla menopauza těšila jsem se na to, kdy to všechno konečně skončí a já nebudu muset každý měsíc krvácet, kupovat vložky a snažit se menstruaci tajit.“ (Žofie)*

V naší společnosti ženy nedosahují čistoty v takém smyslu, jako je vnímána v neindustriálních společnostech. Na základě podobnosti mezi menarche a menopauzou Dillaway (2005, s. 410) usuzuje, že menopauza je přechodem zpět na „dívku“. Být „znovu dívkou“ znamená, že se již žena nezabývá svou reprodukční schopností a sní související genderové zátěže (např. antikoncepce, menstruace, hrozba těhotenství). Toto často zmiňovaly i mé participantky. Samotný proces menopauzy pro ně nebyl velmi příjemný, ovšem jakmile menopauzy dosáhly a vymizely i příznaky, užívaly si, že již nemusí absolvovat měsíční krvácení ani jiné nepohodlí tímto krvácením způsobené. Typickým příkladem je návštěva bazénu, vody, kdy žena s menstruací se většinou (pokud nepoužívá tampony) návštěvě takového zařízení vyhýbá, koupání s menstruací bez náležité ochrany je společností zakázané. Ženám po menopauze i v naší společnosti vymizí určitá sociální omezení, které musely dodržovat během menstruace.

Jak uvádí Douglas (1968, s. 22), mužská nadřazenost se vyjadřuje v představách o čistotě a nečistotě. Vyjádření ženské nečistoty může znamenat vyjádření ženské podřadnosti. Menstruační krev často vyvolává v ženách samotných pocity znechucení. Je těžké pro ně manipulovat se špinavými menstruačními pomůckami a představa, že by se ji měly dotknout, je pro ně až příliš nepříjemná. Další velmi nepříjemnou situací spojenou s krvácením je, když se menstruační krev dostane na oblečení a je

tedy evidentní, že žena právě menstruuje. Toto je jedna ze situací, která vyvolává nejsilnější pocity studu. Po dosažení menopauzy jim tedy již nic nezpůsobuje takové pocity znechucení, spíše se samy o sobě cítí být „čisté“.

V některých společnostech dosahují ženy po menopauze „čistoty“ mužů. V takových kmenech je žena v plodném věku považována za nebezpečně znečišťující. Na starší ženy se toto nevztahuje, jelikož je opakované porody očistily (Ember & Ember, 2003, s. 170). Např. ženy v Číně se stanou napůl muži, protože jim po menopauze už nezůstaly žádné ženské hormony, tyto chybějící hormony jsou nahrazeny hormony mužskými, které ženě dodávají asertivitu a sílu (Krajewski, 2019, s. 609).

### 7.3.MENOPAUAZAKO PŘECHOD

*„S menopauzou začala nová životní kapitola. Spoustu věcí se změnilo, a ne vždy v dobrém, ale dá se na to zvyknout, nebo spíš přizpůsobit se tomu. Ztratíte ženské křivky, změní se prsa i pas, dojde ke změnám v sexu, necítíte se už tak přitažlivá.*

*Člověk se přestane cítit tak žensky a musí zase hledat tu svoji ženskost v sobě.“*

*(Žakelina)*

V kulturách, kde je ženská sociální a osobní identita úzce spjata s její plodností, znamená menopauza průchod k nové sociální identitě a změněné představy o sobě (Beyene, 2001, s. 11). U žen, které vidí menstruaci jako symbol ženskosti a ženství, může její konec vést k otázce jejich ženské identity. U jiných žen může být obtížné přijmout ztrátu reprodukce. Dokonce i u žen, které se rozhodly, že děti mít nechtějí (nebo žádné další děti), může ztráta schopnosti a možnosti, vyvolat hluboké pocity smutku (Astbury-Ward, 2003, s. 441). Některé ženy přijímají reprodukční změnu stejně jako jakékoli jiné přírodní změny, jiné věří, že její přijetí bylo

způsobeno pozitivní reakcí jejich manžela a dětí (Reyhani, Kazemi & Keshvari, 2018, s. 424).

Symbolické významy spojené s menopauzou se mohou v důsledku migrace a modernizace drasticky změnit. Změny během menopauzy se projevují jak fyzickou ztrátou měsíční menstruace, osobní ztrátou plodnosti, tak sociální ztrátou statusu produktivní matky, reprodukční manželky a ekonomicky produktivní dělnice (Richters, 1997, s. 78). Ženy, které si na základě víry, že menstruace a plodnost jsou příznaky ženské dokonalosti, budují své genderové role, si zároveň uvědomují, že snížená schopnost plodnosti způsobí dysfunkci jejich genderové role. Změny v postojích žen k pojmům „sexuální styk“, „ženskost“ a „sexuální přitažlivost“ způsobily, že mají pocit, který je definován zralostí (Reyhani, Kazemi & Keshvari, 2018, s. 424).

Pro mé participantky menstruace představovala symbol ženskosti a plodnosti, ale jejich vnímání ženskosti nebylo postaveno pouze na menstruaci. V momentě, kdy díky menopauze, o menstruaci přišly, musely definici ženství pouze přizpůsobit této nové situaci. Tuto novou definici pak stavěly na svém mateřství, ženských rysech a vlastním vnitřním nastavením. Zdá se, že díky menarche dívky svou ženskost nabývají, ale s menopauzou o něj nepřichází. Vytvoření této nové definice bylo pro participantky více či méně náročné. Pro mnoho žen postmenopauza představovala změnu způsobem, jakým vnímali sami sebe – získaly mentální jasnost, moudrost a sílu (Berger, 1999, s. 141). Ztrátu ženskosti lze považovat za mýtus, o kterém ženy spontánně mluví, zároveň ho ovšem odmítají jako irelevantní (Hvas & Gannik, 2008, s. 184). Svůj nový stav, po ztrátě plodnosti, nazývaly zralostí.

Zralost pro ženy představovala pocit, že jsou na vrcholu svého života, jednaly důvěrněji ve svých rodinných a sociálních vztazích než dříve, a dokonce vytvořily nový koncept týkající se smyslu pro ženskost. Se zralostí

jsou spojovány intimní vztahy, sofistikovanost, smysluplnost a duchovní pohoda (Reyhani, Kazemi & Keshvari, 2018, s. 427). Toto období představuje pro ženy období osobního růstu a času věnovaný především sobě a svému vztahu s partnerem.

V mnoha domorodých amerických kulturách představuje menopauza důležitý rituál přechodu, který znamená vstup do vysoce respektovaného stavu staršího věku a otevírá možnost převzetí nových důležitých sociálních rolí. Zdá se, že toto může být důvodem, proč jsou příznaky menopauzy u těchto žen neobvyklé (Chornesky, 1998, s. 39). Dále např. v rámci kmene Hmong se ženám po menopauze také změní jejich status. Jsou označovány za respektované starší, které mají vyšší postavení, než měly doposud. V jejich jazyce ani neexistuje ekvivalentní slovo pro menopauzu. Menopauza je pak vnímána jako důsledek přechodu z plodnosti na neplodnost (Astbury-Ward, 2003, s. 443).

#### **7.4.SDÍLENÍ VERSUS UTAJOVÁNÍ MENOPAUZY**

*„Své změny jsem před nikým netajila, ani jsem neměla problém to někomu říct.*

*Normálně se o mé menopauze bavím s partnerem, mýma dětma, s kamarádkami.*

*S nima si říkáme navzájem, kdo má jaký zkušenosti, příznaky. Říkáme si kdo na tom, jak je.“ (Žakelina)*

Žádná z respondentek neměla problém o menopauze komunikovat. O svých zážitcích se dělily jak s rodinou, tak s přáteli. Každá z nich měla jednu nebo dvě nejbližší kamarádky, které byly pro sdílení zkušeností velmi důležité. Docházelo k tomu, co popsala Dillaway (2005, s. 409-410). Partnerské sítě se stávají důležitými, nejen u žen po menopauze, ale i pro dívky během menarche, protože poskytují měřítko pro posouzení vlastní zkušenosti. Toto porovnání ženám pomáhá určit, zda je jejich prožívaná zkušenost normální.

Oproti menarche menopauza není zahalená tajemstvím. Z výzkumu, který realizovala Hvas a Gannik (2008, s. 188) vyplývá, že menopauza je „kulturně zakořeněnou znalostí“ nebo něčím, co člověk „prostě ví.“ Ženy o ní nemají problém komunikovat ať už s jinými ženami nebo muži. Oproti menarche je veřejnosti menopauze věnována mnohem větší pozornost. Veřejná komunikace o menopauze je především zaměřena na její příznaky a následnou léčbu. Také se velmi často zmiňuje její přirozenost a zároveň nevyhnutelnost. Zdá se, že ženy během svého života došly ke smíření s menstruací a s procesy těla, které mohou jen velmi málo ovlivnit. Během rozhovorů z nich byla cítit vyrovnanost a klid.

Základní informace o menopauze ženy měly, aniž by věděly, kde k nim přišly. Další informace si vyhledávaly, až když se jich samotných začala menopauza týkat. Informace si ženy samy vyhledávaly na internetu, nebo je získávaly na základě rozhovorů s lékařem. Ti jim poté předali nějaké brožurky. Pokud do internetového prohlížeče zadáme heslo menopauza, objeví se tam mnoho článků na toto téma. Většina z nich se zabývá především výčtem příznaků a jak je možné je léčit. Podporují tam medicínský pohled na menopauzu. Jen ve velmi málo člancích se lze dočíst, jakým způsobem prožívají menopauzu samotné aktérky.

## ZÁVĚR

Menarche i menopauza jsou ženami vnímány velmi ambivalentně. Obě události s sebou přináší změny, které můžeme vnímat pozitivně, a také ty, které můžeme vnímat negativně. V této práci jsem se zaměřila na konceptualizaci ženství a ženského těla z pohledu dívek a žen, které právě čelí menarche nebo menopauze. Zaměřila jsem se na medicínskou a symbolickou rovinu obou fenoménů.

Medicínská rovina menstruace a menopauzy představuje lékařský pohled na menarche i menopauzu. Medicína určila jasné příznaky a také „normální“, zdravý průběh. Dívky i ženy byly s těmito koncepty seznámeny a očekávaly, že je. Zároveň k popisu svých zkušeností používaly termíny z biomedicínské sféry.

Menarche i menopauza sama o sobě tělo proměňuje. Menarche u dívek je pouze vyvrcholením několika změn, které probíhají mnohem dříve. Některé změny jsou viditelné na první pohled, např. růst prsou, rozložení tuku na těle; jiné změny probíhají uvnitř těla, např. hladiny hormonů.

Pro ženy po menopauze jsou fyzické změny mnohem významnější než pro dívky po menarche. Kladly na něj mnohem větší důraz. Také ovlivňovaly jejich následující život mnohem více a dalo by se říct, že spíš negativně. Změny, které se na těle projevily, ovlivnily jejich pohled sama na sebe.

Menstruace a menstruační krev je stále vnímána jako nečistá. Tato nečistota se odráží především v jazyce, ve kterém o menstruaci hovoříme. Menstruace je jen málokdy nazývána pozitivně zbarvenými názvy. U dívek po menarche je také nečistota symbolizována častější hygienou a změnou oblékání během menstruace.

V tradičních společnostech ženy po menopauze dosahují „čistoty“ mužů. V naší společnosti k tomuto nedochází, naopak jsou ženy po menopauze ukazovány jako nekompletní a stárnoucí. Jejich čistota spočívá v tom, že již nemusí dodržovat menstruační předpisy, které musely dodržovat během menstruace.

Dívky po menarche i ženy po menopauze vnímají menstruaci jako symbol ženství a plodnosti. Vzhledem k tomu, že se obě skupiny nachází v počáteční a konečné fázi menstruačních cyklů, dochází k tomu, že menarche představuje pro dívky přechod k ženství a plodnosti a menopauza pro ženy přechod z plodnosti ke zralosti.

Mnohem silněji je ovšem prožíván dívkami, které zažívají menarche. U žen po menopauze v naší společnosti není příliš definováno, čím se žena stane. Oproti jiným kulturám, kde se ženám mění např. status, nevztahuje se na ně již menstruační tabu, jsou pozměněny jejich funkce ve společnosti. Menarche pro dívky představuje především vstup do dospělosti, ženskosti a také plodnosti. S menopauzou ženy o svou plodnost ženy naopak přicházejí. U ženskosti si přizpůsobí svoji definici tak, aby odpovídala jejich novému stavu. Tento nový stav nazývají definují jako zralost. Tyto ženy jsou stále ženami, některé z nich dokonce víc než předtím, jelikož se jich už netýkají menstruační omezení.

Událost menarche je dívkami sdílená především s rodinou a nejbližšími přáteli. Dochází zde k přenosu poznatků a názorů na menstruaci z matek na dcery. Během komunikace s přáteli dochází ke sdílení zkušeností a vzájemnému porovnávání. To pomáhá dívkám zjistit, zda jejich prožívaná zkušenost je normální.

Pro ženy po menopauze komunikace o jejich zážitcích a také o menstruaci není problematická. Zdá se, že během života došlo ke smíření, které se



projevuje právě otevřenou komunikací. Díky vedení rozhovorů s ženami i dívkami mohu porovnat, že komunikace s ženami po menopauze byla mnohem otevřenější. Oproti tomu, z dívek po menarce byl cítit stud během rozhovoru.

## LITERATURA A ZDROJE

Afridi, I. (2017). *Psychological and Social Aspects of Menopause*. Citováno 10. dubna 2020. Dostupné z: <https://www.intechopen.com/books/a-multidisciplinary-look-at-menopause/psychological-and-social-aspects-of-menopause>

Astbury-Ward, E. M. (2003). Menopause, sexuality and culture: is there a universal experience? *Sexual and Relationship Therapy*, 18 (4), 437-445.

Bancroft, J. (1995). The menstrual cycle and the well being of women. *Social Science & Medicine*, 41(6), 785-791.

Beňová, K. (2010). Žena v tradičnej kultúre Slovenska: menštruácia, panenství, materstvo (so zameraním na nečistotu a tabu). *Antropowebsin*, 3, 161-168.

Berger, G. E. (1999). *Menopause and Culture*. London: Pluto Press.

Bobel, Ch. (2010). *New Blood: Third-wave Feminism and the Politics of Menstruation*. New Brunswick, New Jersey and London: Butgers University Press.

Bobel, Ch., & Fahs, B. (2017). The Messy Politics of Menstrual Activism. In J. Reger, *Nevertheless, They Persisted: Feminism in the U.S. Women's Movement*. New York: Rotledge.

Brown, J. K. (1982). Cross-cultural perspectives on middle-aged women. *Current Anthropology*, 23(2), 143-156.

Beyene, Y. (2001). *From Menarche to Menopause: Reproductive Lives of Peasant Women in Two Cultures*. New York: State University of New York Press.

Cosgrove, L., & Riddle, B. (2003). Constructions of Femininity and Experience of Menstrual Distress. *Women & Health*, 38(3), 37-58.

- Creswell, J. W. (2007). *Qualitative inquiry and research design: choosing among five approaches*. California: Sage Publications.
- Čermák, I., Hytych, R., & Řiháček, T. (2013). *Kvalitativní analýza textů: čtyři přístupy*. Brno: Masarykova Univerzita v Brně.
- Dalajka, J. & Macek, P. (2005). *Vývoj a utváření osobnosti v sociálních a etnických kontextech*. Brno: Masarykova Univerzita v Brně.
- Dillaway, H. E. (2005). Menopause is the „Good Old“: Women's Thoughts about Reproductive Aging. *Gender & Society*, 19(3), 398-417.
- Doleček, R. (1987). *Tajemný svět hormonů*. Praha: Avicenum, zdravotnické nakladatelství, n.p.
- Dammery, S. (2016). *First Blood: A Cultural Study of Menarche*. Clayton: Monash University Publishing.
- Douglas, M. (1968). The Relevance of Tribal Studies, *Journal of Psychosomatic Research*, 12, 21-28.
- Douglas, M. (1971). Do Dogs Laugh? A Cross-cultural Approach to Body Symbolism. *Journal of Psychosomatic Research*, 15, 387-390.
- Dourado, C. S., Fustinoni, S. M., Schimer, J. & Brandao-Souza, C. (2018). Body, culture and meaning. *Journal of Human Growth Development*, 28(2), 206-212.
- Elson, J. (2002). Menarche, Menstruation, and Gender Identity: Retrospective accounts from women who have undergone premenopausal hysterectomy. *Sex roles*, 46(1), 37-48.
- Ember, C. R. & Ember, M. (2003). *Encyclopedia of Sex and Gender: Men and Women in the World's cultures*. New York: Kluwer Academic/Plenum Publishers.

Ferguson, S. J., & Parry, C. (1998). Rewriting Menopause: Challenging the Medical Paradigm to Reflect Menopausal Experiences. *A Journal of Women Studies*, 19 (1), 20-41.

Gray, M. (2011). *Rudý měsíc: jak chápat a používat tvůrčí, sexuální a spirituální dary menstruačního cyklu*. Praha: DharmaGaia.

Guthrie, M. (2007). The Process of Becoming a Woman's Body: Menstruation and the Containment of Femininity. *An Online Feminist Journal*, 1(5), 21-38.

Hawkes, K., O'Connell, J. F., Blurttton J. N. G., Alvarez, H., & Charnov, E. L. (1998). Grandmothering, Menopause, and the Evolution of Human Life. *Proceedings of National Academy of Sciences of the USA*, 95, 1336-1339.

Hvas, L., & Gannik, D. E. (2008). Discourses on Menopause – Part II: How do Women Talk About Menopause? *Health*, 12(2), 177-192.

Chiarelli, B. (2014). The Duration of Life and its Biological Analogy: The Great Taboo. *International Journal of Anthropology*, 29(3), 155-169.

Chornesky, A. (1998). Multicultural perspectives on menopause and the climacteric. *Affilia: Journal of women and social work*, 13(1), 31-46.

Chrisler, J. C. (2013). Teaching Taboo Topics: Menstruation, Menopause, and the Psychology of Women. *Psychology of Women Quarterly*, 37(1), 128-132.

Jackson, T. E., & Falmage, R. J. (2013). Women Wearing White: Discourses of Menstruation and the Experience of Menarche. *Feminism & Psychology*, 23(3), 379-398.

Janošová, P. (2008). *Dívčí a chlapecká identita: vývoj a úskalí*. Praha: Grada Publishing.

Jarrah, S. & Kamel, A. (2012). Attitudes and Practices of School-aged Girls Towards Menstruation. *International Journal of Nursing Practice*, 18, 308-315.

- Johnston-Robledo, I. & Chrisler, J. (2013). The Menstrual Mark: Menstruation as Social Stigma. *Sex Roles*, 68, 9-18.
- Jones, E. K., Jurgenson, J. R., Katzenellenbogen, J. M., & Thompson, S. C. (2012). Menopause and the Influence of Culture: Another Gap for Indigenous Australian Women? *BMC Women's Health*, 12(43).
- Kaundal, M. & Thakur, B. (2014). A Dialogue on Menstrual Taboo. *Indian Journal of Community Health*, 26(2), 192-195.
- Kępa, A., Bakalczuk, G., Toruń, Z., Topyła, W., Putowski, M. & Wdowiak, A. (2018). The Quality of Sexual Life of Women with Menopause. *Polish Journal of Public Health*, 128(3), 111-114.
- Kissling, E. A. (1996). Bleeding out Loud: Communication about Mestruation. *Feminism & Psychology*, 6(4), 481-504.
- Kontos, P. C. (1999). Local Biology: Bodies of Difference in Ageing Studies. *Ageing and Society*, 19(6), 677-689.
- Krajewski, S. (2019). Killer Whales and Killer Women: Exploring Menopause as a „Satelite Taboo“ that Orbits Madness and Old Age. *Sexuality & Culture*, 23, 605-620.
- Lee, J. (2009). Bodies at Menarche: Stories of Shame, Concealmene, and Sexual Maturation. *Sex Roles*, 60, 615-627.
- Lincoln, B. (1991). *Emerging from the chrysalis: rituals of women's initiation*. New York: Oxford University Press.
- Lock, M. (1993). *Encounters with Aging: Mythologies of Menopause in Japan and North America*. Berkeley: University of California Press.
- Lock, M. (2002). Symptom reporting at menopause: a review of cross-cultural findings. *Journal of the british menopause society*, 132-136.

Lock, M. & Kaufert, P. (2001). Menopause, Local Biologies, and Cultures of Aging. *American Journal of Human Biology*, 13, 494-504.

Macek, P. (2003). *Adolescence*. Praha: Portál.

Martin, E. (1988). Medical Metaphors of Women's Bodies: Menstruation and Menopause. *Internazional Journal of Health Services*, 18(2), 237-254.

Martin, E. (1999). The Egg and the Sperm: How Science Has Constructed a Romance Based on Stereotypical Male-female Roles. In J. Prince, & M. Shildrick, *Feminist Theory and the Body: A Reader* (s. 179-189). New York: Routledge.

Martin, E. (2001). *The woman in the body: A cultural analysis of reproduction*. Boston: Beacon Press.

Marván, M. L., Cortés-Intestra, S. & Gonzáles, R. (2005). Beliefs About and Attitudes Toward Menstruation Among Young and Middle-Aged Mexicans. *Sex Roles*, 53(8), 273-279.

Melby, M. K., Lock, M. & Kaufert, P. (2005). Culture and Symptom Reporting at Menopause. *Human Reproduction Update*, 11(5), 495-512.

Newton, V. L. (2016). *Everyday Discourses of Menstruation*. Milton Keynes: Palgrave Macmillan.

Obermeyer, C. M. & Sievert, L. L. (2007). Cross-cultural Comparisons: Midlife, Aging, and Menopause. *Menopause: The Journal of the North American Menopause Society*, 14(4), 663-667.

Peschlová, J. (2010). *Praxe kněžky: Novodobá alternativa obřadu menarche (práva menstruace dívky)*. Citováno 20. února 2020. Dostupné z: <https://www.angelcity.cz/clanky-/ritualy-slunovraty-a-svatky-v-kole-roku/menarche-ritual-praxe-knezky/>

- Pitkin, J. (2010). Cultural issues and the menopause. *Menopause international*, 16, 156-161.
- Reyhani, M., Kazemi, A., & Keshvari, M. (2018). Rise and Fall: Two Sides of a Coin of Middle Aged Women's Perceptions of Reproductive: a Qualitative Study. *Archives of Women's Mental Health*, 21, 421-428.
- Richters, J. M. A. (1997). Menopause in Different Cultures. *Journal of Psychosomatic Obstetrics & Gynecology*, 18(2), 73-80.
- Rosaldo, M. Z. (1974). Woman, Culture, and Society: A Theoretical Overview. In M. Z. Rosaldo, L. Lamphere, & J. Bamberger, *Woman, Culture, and Society* (s. 17-42). Redwood City: Stanford University Press.
- Sada Menarche. (2020). *Rituál menarché*. Citováno 20. února 2020. Dostupné z: <http://sadamenarche.cz/2018/09/30/ritual-menarche/>
- Sievert, L. L. (2013). Menopause across cultures: clinical considerations. *Menopause: The journal of the North American Menopause Society*, 21(4), 421-423.
- Skultans, V. (1970). The Symbolic Significance of Menstruation and the Menopause. *Man, New Series*, 5(4), 639-651.
- Stein, E. & Kim, S. (2009). *Flow: The Cultural Story of Menstruation*. New York: St. Martin's Press.
- Stotland, N. L. (2002). Menopause: Social expectations, women's realities. *Archives of women's mental health*, 5, 5-8.
- Šípek, A. (2014). *Menstruační a ovariální cyklus*. Citováno 13. prosince 2019. Dostupné z: <http://www.genetika-biologie.cz/menstruacni-ovarialni-cyklus>
- Uskul, A. K. (2004). Women's menarche stories from a multicultural sample. *Social science & medicine*, 59, 667-679.

Vokurka, M. (1994). *Praktický slovník medicíny: 4000 lékařských termínů se srozumitelným výkladem*. Praha: Maxdorf.

Winterich, J. A. (2003). Sex, menopause, and culture: sexual orientation and the meaning of menopause for women's sex life. *Gender & Society*, 17(4), 627-642.



## SEZNAM TABULEK

Tabulka 1 - Přehled dívek po menarche .....	12
Tabulka 2 - Přehled žen po menopauze.....	13