

De Standaard

Bloody hell, weg met menstruatie. Of niet?

Baas over eigen bloed

08 maart 2016 | [Sarah Vankersschaever](#)



Sarah Vankersschaever

Sarah Vankersschaever is redactrice binnenland bij De Standaard.

Het is als vrouw sociaal meer aanvaard om hormonen te slikken dan om te klagen over menstruatiepijn. De maandelijksse kramp heeft geen bestaansrecht in een wereld waar je de regie over lijf en leed zelf in handen hebt. ‘Er moet meer keuze zijn dan die tussen pijn en pillen’, zegt de arts Marc Cosyns in een opiniestuk in deze krant.



‘Weer een frisse meimorgen naar de maan, alleen vanwege die krampen. Als de pijn van weeën echt is, waarom zijn menstruatiekrampen dan niet echt? En waarom heb ik ze, als ik denk dat ze belachelijk zijn?’

Het citaat dateert uit 1959 en is van de Amerikaanse schrijfster Sylvia Plath (1932-1963). Je leest het in haar dagboeken, uitgegeven in de boekenreeks Privé-domein. De rode draad is duidelijk: of het nu 1959 is of 2016, vrouwen kampen met dezelfde krampen. En we hebben er bovendien nog altijd dubbele gevoelens bij. Want het hoort iets banaals te zijn, maar in de praktijk is het als een punaise in je voetzool terwijl je op de catwalk loopt: verdomd pijnlijk, maar daar heeft niemand een boodschap aan.

Het Rode Leger is simpelweg een oorlog die bij het vrouw-zijn is gaan horen. Inclusief de langeafstandsraket ‘het is weer de tijd van de maand’ en de splinterbom ‘niet zo humeurig, heb je je regels misschien?’. Dat een toenemend aantal vrouwen vandaag kopje-onder gaat in de Rode Zee (de beeldtaal is eindeloos), is een vaststelling die weinigen serieus nemen.

‘Het is helemaal niet zo natuurlijk dat vrouwen vandaag zo vaak menstrueren’, zegt Heleen Debruyne, schrijfster en radiomaakster over vrouwenzaken. ‘Vroeger werden vrouwen vaker zwanger en gaven ze langer borstvoeding, waardoor ze in een leven tijd veel minder menstrueerden. Dat is nu wel even anders. En het is niet omdat die overvloedige maandstonden “natuurlijk” zijn dat ze ook goed zijn voor je gezondheid.’

WC congé

Vorige week vloaide al heel wat inkt over bloed naar aanleiding van een bedrijf uit Bristol dat vrouwen verlof geeft wanneer ze last hebben van pijnlijke maandstonden (*DS 3 maart*). Hun creativiteit en productiviteit zouden er tenslotte onder lijden. Het idee haalde het Britse bedrijf

uit Indonesië, Taiwan, Zuid-Korea, Japan en delen van China, waar dit type verlof al mogelijk is.

De arts Marc Cosyns tweette er meteen de opmerkelijke bedenking bij dat de discussie niet zozeer over dat ‘menstruatieverlof’ moest gaan, maar wel over de vraag of vrouwen ‘überhaupt nog wel menstruaties moeten krijgen’. Wetenschappelijk onderzoek richt zich tenslotte meer en meer op de mogelijkheid om zich voort te planten zonder dat daar mannelijke en vrouwelijke organen aan te pas komen. Dan wordt de menstruatie dus zinloos. Cosyns werkt die gedachte uit in een opiniestuk verderop in deze krant.

Maar voor vrouwen enig voordeel ondervinden van die zinloosheid, moeten ze hun heil zoeken in wat de farmaceutische industrie hen als zinvol aanreikt: pijnstillers, de vrouwenpil, het hormonenspiraaltje, het staafje, enzovoort. ‘Vrouwen hebben het in die zin vandaag een stuk makkelijker in vergelijking met vroeger’, vindt gynaecologe Ingrid Martens (AZ Sint Lucas Gent). ‘Menstruatiepijn valt tenminste te beheersen, zij het met pijnstillers, zij het hormonaal. Als je wilt, hoef je dus je regels helemaal niet meer te hebben.’

In het supermarktrayon ter hoogte van de welriekend omschreven ‘hygiënische artikelen’ (ongetwijfeld om die paar moedige mannen alsnog hun kar niet te doen keren), zijn de meningen over de pillen, staven en spiralen echter verdeeld. Sommigen vinden het kiezen tussen de pest en de cholera: of je ondergaat het menstrueren, met alle pijnen en soms zelfs ijzertekorten aan toe, of je kiest voor ‘de chemische weg’. En ziedaar waar de tampon knelt. Om het met een anoniem bloedende vrouw te zeggen: ‘Een slechte keuze zonder goed alternatief is geen keuze.’

Variant van Viagra

Marc Cosyns is het daarmee eens. ‘De voortplanting en de vrouw gaan samen en dat kan problemen geven voor haar ontplooiing binnen de samenleving’, zegt Cosyns. ‘Maar we zouden in een ideale wereld leven, mocht een vrouw ervoor kunnen kiezen om die nadelen niet te hebben, en dat te bekomen op een manier die zij wil.’

Heleen Debruyne ziet behalve de medische weg nog een andere uitweg. ‘Je kunt het ook omdraaien: wat als we daar nu eens gewoon mee leren omgaan? Stel je voor dat iedereen het normaal vindt dat je je maandstonden hebt? Dat zou pas comfortabel zijn. Want je kunt als vrouw nog zo actief en vrij zijn als je wilt, als het taboe blijft, dan zal er evenmin over gesproken worden en zal er evenmin begrip groeien. Reclame versterkt dat nog: toen de tampon werd gelanceerd, koppelden ze er meteen een schaamtegevoel aan vast: “Hoera, je kunt ongezien naar het toilet lopen zonder dat iemand weet dat je vies aan het bloeden bent.” Zo lukt het dus niet.’

De wetenschap doet al niet veel beter. In het boek *Body/politics: women and the discourses of science* (1990, Routledge) worden standaardwerken onder de loep genomen. Het valt op dat als een man dagelijks honderd miljoen ongebruikte spermacellen produceert, de wetenschap dat omschrijft als bewonderenswaardig en *amazing*. Maar een vrouw ‘verliest’ maandelijks een ongebruikte eicel. Het is een teken van ‘degeneratie’, zwakte, gebrekkigheid en na de menstruatie volgt stevast een ‘herstel’. De onderzoekster Emily Martin schrijft: ‘Dit zijn

geen neutrale termen, maar woorden die het hebben over falen. De mannelijke en vrouwelijke biologische processen worden niet gelijk naar waarde geschat.’

Dat 1990 helemaal niet zo lang geleden is, toont het artikel aan dat drie weken geleden in *Het Laatste Nieuws* verscheen: ‘Wetenschap wil niet investeren in wonderpil tegen menstruatiepijn.’ Die pil is namelijk best eenvoudig te ontwikkelen aangezien het om een variant van viagra gaat. Maar dat gebeurt niet omdat het patent op viagra vervallen is en de farmaceutische industrie daardoor aan die ‘wonderpil’ amper nog iets kan verdienen. De wetenschappers John Guillebaud en Richard Legro waren formeel: ‘Het is dat mannen er geen last van hebben, anders zou het wondermiddel tegen menstruatiepijnen er al lang zijn.’

Verwante artikels

- [Moeder, waarom menstrueren wij nog?](#)

[Of vrouwen menstruatieverlof moeten krijgen, is eigenlijk een achterhaalde vraag, vindt Marc Cosyns. De vraag is: moeten vrouwen überhaupt nog menstrueren?](#)

Lees meer over:

[Vrouwenrechten](#), [Geneeskunde](#), [Niet te missen](#)

Moeder, waarom menstrueren wij nog?

08 maart 2016 | Marc Cosyns, Huisarts, verbonden aan de vakgroep huisartsgeneeskunde en eerstelijnsgezondheidszorg (UGent)

Of vrouwen menstruatieverlof moeten krijgen, is eigenlijk een achterhaalde vraag, vindt **Marc Cosyns**. De vraag is: moeten vrouwen überhaupt nog menstrueren?



BELGA

Het is al de gewoonte in Indonesië, Taiwan, Zuid-Korea, Japan en delen van China: als vrouwen er met pijnlijke maandstonden kampen, dan mogen ze thuisblijven ([ds Avond 3 maart](#)). Een klein bedrijf uit het Engelse Bristol voerde de regeling als eerste in Europa in, een kleine (sociale)mediastorm volgde. Feministisch, of net seksistisch?

‘De perioden, de lijst van gevolgen is te eindeloos om ze hier op te sommen’, schreef Bernard Dewulf ooit in deze krant. Dewulf is een man. Bex Baxter, de ceo van het bedrijfje in Bristol, is een vrouw. Zij zegt dat het de productiviteit en de creativiteit ten goede komt als vrouwen hun werk meer kunnen afstemmen op de natuurlijke lichaamscyclus. ‘Meteen wordt ook een taboe doorbroken. Want vrouwen schamen zich nog veel te veel om de pijn die ze lijden.’

Lichamelijk zuiveringsritueel

‘Niet alle vrouwen hebben last van pijnlijke maandstonden. Het is iets subjectiefs: bij de ene vrouw ligt de pijngrens veel hoger dan bij de andere. Sommigen zijn gebaat bij een pijnstillertje en hebben meer haast op hun tanden; anderen klagen bij het minste’, zegt Petra De Sutter in [ds Avond](#). De Sutter is een vrouw. Een vrouw die overleefde en leeft zonder menstruatie, aldus haar recente en zeer boeiende boek.

Maar of vrouwen menstratieverlof moeten krijgen, is eigenlijk een achterhaalde vraag. De vraag is: moeten vrouwen überhaupt nog menstrueren? Een vraag die past in de maakbare toekomst waar zinloos pijn en lijden geweerd worden.

Uit onderzoek blijkt dat geslachtsrijpe vrouwen liever geen menstruatie hebben (of dat nu gepaard gaat met een premenstrueel syndroom of niet). Zij die er toch naar verlangen, geloven in een lichamelijk zuiveringsritueel of ervaren de opluchting dat ze toch niet ongewenst zwanger zijn.

In de hormonale anticonceptie wordt de menstruatie kunstmatig uitgelokt, omdat de mannelijke wetenschappers van weleer, en in hun spoor de farmaceutische bedrijven, dachten dat vrouwen menstruaties nodig hadden om zich vrouw te voelen.

Stilaan keert dit tij en nemen meer en meer vrouwen de anticonceptiepil elke dag van de maand, en hebben ze dus geen bloedingen meer. Veel vrouwen nemen de pil ook los van anticonceptie, omdat zij dat biologische voortplantingsritme en de daarmee gepaard gaande pijn en stemmingsstoornissen niet willen. Verder onderzoek moet nog uitmaken wat synthetische hormoontoediening over een geslachtsrijpe periode van gemiddeld dertig jaar betekent. En ondertussen blijft het de vrouw die toch weer moet slikken en blijft de man maar verder testosteronnen.

Once a month pill

Het wetenschappelijke en farmaceutische onderzoek richt zich meer en meer op de mogelijkheid om kinderen te verwekken buiten de mannelijke en vrouwelijke voortplantingsorganen om. Kinderen krijgen los van geslachtelijke voortplanting kan definitief een mogelijkheid worden. De menstruatie als biologische uiting van de voortplantingsmogelijkheid zal dus zinloos worden en verdwijnen. Het testosteron zal zijn nut verliezen.

Vooraf dat stemt mij hoopvol in een beschaving waar ik respect voor elkaar vooropstel. Misschien is dit wel Utopia? Alleen ethisch-culturele en sociaaleconomische factoren (gerelateerd aan mannen) houden dat proces nu nog tegen. Zoals men nu weigert om de *once a month pill* op de markt te brengen: een pil die je op de laatste cyclusdag neemt en een menstruatie uitlokt, los van het feit of je zwanger bent of niet.

Dus toch menstruaties? Ja, als vrouwen het willen en mannen niet bepalen wat moet.