

dr Agata Buczak¹ 

Katedra Mikroekonomii i Ekonomii Instytucjonalnej
Wydział Ekonomii i Finansów
Uniwersytet Ekonomiczny we Wrocławiu

Ubóstwo menstruacyjne w świetle badań i opracowań naukowych z lat 2013–2023²

Abstrakt

Miesiączka, menstruacja, okres – to różne nazwy dla fizjologicznego procesu zachodzącego w organizmie kobiety. Z człowiekiem, ludzkością od zawsze, a jednak otoczony woalem tabu, z łatką tematu, którego w towarzystwie, w dyskusji publicznej „nie wypada” podejmować, a jedynie w gabinecie lekarskim. Nie dziwi zatem, że w procesie rozwoju ludzkości, cywilizacji, publicznej, powszechnej dyskusji, zaistniała przestrzeń dla wprowadzenia określenia dla nowego rodzaju nierówności związanej z faktem miesiączkowania i towarzyszącym jej zjawiskom, takim jak, np. ubóstwo menstruacyjne, wykluczenie społeczne, nierówny dostęp do wiedzy, środków higienicznych, opieki specjalistycznej, bieżącej wody.

Celem artykułu ustanowiono dokonanie przeglądu literatury i badań, zarówno krajowych, jak i zagranicznych, powstałych w nurcie nauk społecznych, które zostały opublikowane w latach 2013–2023, dotyczących szeroko ujmowanego zagadnienia ubóstwa menstruacyjnego. By przyjęty cel mógł być zrealizowany, podjęto się przeprowadzenia szczegółowej weryfikacji zbiorów opracowań naukowych, na takich platform, jak Google Scholar, Scopus, Central and Eastern European Online Library GmbH, Biblioteka Uniwersytetu Ekonomicznego we Wrocławiu, Biblioteka Nauki, Research Gate.

Wyniki przeprowadzonych badań są jednoznaczne, ponieważ zjawisko ubóstwa menstruacyjnego jest wynikiem nierówności społecznych, ekonomicznych, w dostępie do edukacji, kulturowych, religijnych, ekologicznych; powszechne, globalne; błędnie wiązane jedynie z krajami uznawanymi za ubogie; nieprawidłowo określane jako „problem kobiety”, gdyż wpływa na szereg płaszczyzn całościowego życia społecznego, ekonomicznego, zdrowotnego. Co niezwykle istotne, wkład rodzimych badaczy w rozwój zasobów opracowań w tematyce ubóstwa menstruacyjnego pozostawia sporą przestrzeń do uzupełnienia.

Słowa kluczowe: ubóstwo menstruacyjne, zarządzanie higieną menstruacyjną, przegląd literatury, nierówności społeczne uwarunkowane płcią.

¹ Adres korespondencyjny: Uniwersytet Ekonomiczny we Wrocławiu, Wydział Ekonomii i Finansów, Katedra Mikroekonomii i Ekonomii Instytucjonalnej, ul. Komandorska 118/120, 53-345 Wrocław; e-mail: agata.buczak@ue.wroc.pl. ORCID: 0000-0003-4674-3099.

² Środki pochodzą z zasobów Uniwersytetu Ekonomicznego we Wrocławiu.

Period poverty in the light of research and scientific studies from 2013–2023

Abstract

Menstruation, period – there are different names for the physiological processes taking place in a woman's body. With man, or humanity since time immemorial, essentially having been surrounded by a veil of taboo, with the label of a topic that is “not appropriate” to discuss in company, in public discussion, but only in a doctor's office, then it is not surprising that in the process of the development of humanity, civilization, public, and universal discussion, there has been a space for introducing a term for a new type of inequality related to the fact of menstruation and its accompanying phenomena. This may include: period poverty, social exclusion, unequal access to knowledge, hygiene products, specialist care, running water, etc.

The aim of the article is to review the research and literature, both domestic and foreign, created in the mainstream of social sciences, published in the years 2013–2023 concerning the general issue of period poverty. In order to achieve the adopted goal, a detailed verification of the collections of scientific studies was undertaken on such platforms as: Google Scholar, Scopus, Central and Eastern European Online Library GmbH, Library of the University of Economics in Wrocław, Science Library, and Research Gate.

The results of the research are unambiguous, since the phenomenon of period poverty is the result of inequalities: social, economic, access to education, cultural, religious, ecological, common, global, incorrectly associated with countries considered poor, and incorrectly referred to as a “women's problem”, since it affects a number of areas of overall social, economic, and health life. What is extremely important is the contribution of Polish researchers to the development of the resources related to studies on period poverty, which still leaves a lot of space that needs to be supplemented.

Keywords: period poverty, menstrual hygiene management, literature review, gender-based social inequalities.

JEL: A13, A21, A22, A23, A30, A31, A32, H10, H11, H21, I38, I39.

WPROWADZENIE

Pojęcie ubóstwa – próżno szukać jednej definicji, która wypełniłaby oczekiwania wszystkich badaczy rozmaitych dziedzin nauki zainteresowanych jego zgłębianiem. Towarzyszy człowiekowi od zawsze i niezaprzeczalnie łącznie jest ze stanem nierównego dostępu do dóbr czy świadczonych usług, co nie gwarantuje pełnej realizacji potrzeb zgłaszanych przez człowieka w danym czasie, manifestując się szeroko ujmowanym niedostatkiem. Badania naukowe dedykowane pojęciu ubóstwa w przestrzeni publikacyjnej pojawiły się na przełomie XIX i XX w. (Rowntree, 1901), gdzie ich dynamiczny rozwój przypadła na lata siedemdziesiąte i osiemdziesiąte XX w., z kolei w Polsce na lata osiemdziesiąte i dziewięćdziesiąte, jako wynikowa głębokich zmian w wymiarze gospodarczym (Grotowska-Leder, 2023). W literaturze funkcjonuje wiele definicji ubóstwa, wśród których wymienić należy:

1. Ubóstwo jest pogwałceniem podstawowych praw człowieka – ekonomicznych, społecznych i kulturowych (Duffy, 2020).

2. Ogólnie ubóstwo można pojmować w sposób absolutny lub względny, gdzie w podejściu absolutnym ubogie są te gospodarstwa domowe, te osoby, które nie mają możliwości zaspokojenia potrzeb uznanych w danych warunkach za podstawowe – niezbędne; w podejściu względnym (relatywnym) ubóstwo potrzeb rozważane jest jako forma nierówności, nadmiernego dystansu między poziomem życia poszczególnych grup ludności – ubogie są te osoby, rodziny, których poziom życia jest znacznie niższy niż pozostałych członków danego społeczeństwa (GUS, 2009).
3. Ubóstwo to ograniczenie wyboru i szans życiowych, to naruszenie ludzkiej godności. Oznacza brak możliwości skutecznego uczestnictwa w społeczeństwie, niedostatek żywności i ubrań potrzebnych rodzinie, brak możliwości uczęszczania do szkoły i korzystania ze służby zdrowia, brak dostępu do ziemi, którą można uprawiać lub pracy, żeby móc zarobić na życie, brak dostępu do kredytu. Ubóstwo oznacza również zagrożenie, bezsilność i wykluczenie jednostek, rodzin i społeczności. Łączy się z podatnością na przemoc i często wiąże się z życiem w niepewnych warunkach bez dostępu do czystej wody i urządzeń sanitarnych (ONZ, [http](#)).

Ubóstwo ma zatem wiele form i przyczyn, manifestuje się poprzez różnorodne symptomy i wskaźniki, ale niejednokrotnie jest też skrywane przez osoby nim dotknięte, mówiąc potocznie – nie jest widoczne gołym okiem, a jego wymiar i występowanie nie dla wszystkich pozostaje oczywistym czy dostrzegalnym. Właśnie do tej grupy należy ubóstwo menstruacyjne – związane z naturalnym dla kobiet procesem fizjologicznym, jakim jest menstruacja, inaczej zwana miesiączką, okresem. W Polsce współczynnik feminizacji wyniósł 107 (stan na 30 czerwca 2023 r.) (GUS, [http](#)), a więc kobiety stanowią 52% naszego społeczeństwa. Wśród nich blisko 9 mln (GUS-BDL, 2023) zalicza się do grupy z wieku rozrodczego (15–49 lat), a więc z założenia miesiączkujących. Pomimo to tematyka dotycząca menstruacji w polskiej przestrzeni publicznej praktycznie nie istnieje, poza epizodami medialnych akcji czy też reportaży (Raport Kulczyk Foundation, [http](#); Raport Fundacji Różowa Skrzyneczka, [http](#); Interpelacja poselska nr 3063, [http](#); Bercal-Lorenc, 2023, [http](#); Centrum Praw Kobiet, [http](#)).

Stąd też w niniejszym opracowaniu podjęto próbę zdiagnozowania stanu literatury naukowej, w rozumieniu ilościowym i jakościowym, odnoszącej się do tematyki ubóstwa menstruacyjnego. Za cel przyjęto dokonanie jej przeglądu w latach 2013–2023, co przyczyni się do: uzyskania obrazu istniejącej wiedzy w zaproponowanej tematyce, poziomu zaawansowania i wyników badań przeprowadzonych we wskazanym zakresie czasowym, zidentyfikowania luki badawczej. By wyznaczony cel mógł być zrealizowany, stosując metodę *desk research*, szczegółowej weryfikacji poddano opracowania naukowe na takich platformach, jak: Google Scholar, Scopus, Central and Eastern European Online Library GmbH, Biblioteka Uniwersytetu Ekonomicznego we Wrocławiu, Biblioteka Nauki, Research Gate.

Na potrzeby niniejszego opracowania, w procesie projektowania prac analitycznych, sformułowano następujące problemy badawcze:

- diagnoza skali i zasięgu ubóstwa menstruacyjnego, w tym ocena geograficznego rozkładu problemu;
- identyfikacja czynników wpływających na występowanie i rozmiar ubóstwa menstruacyjnego, w tym czynników ekonomiczno-gospodarczych, politycznych, społeczno-kulturowych, naturalnych;
- ocena skutków istnienia ubóstwa menstruacyjnego, w tym tych identyfikowanych jako wpływające na dobrostan psychiczno-fizyczny, zdrowie menstruujących dziewcząt i kobiet, a także społecznych, ekonomicznych, związanych z codziennym życiem zawodowym czy też rodzinnym;
- zdiagnozowanie istnienia programów pomocowych w zakresie zapobiegania i minimalizowania negatywnych skutków występowania ubóstwa menstruacyjnego, w tym praktyk związanych z: dostarczaniem czy też dystrybuowaniem bezpłatnych środków higieny i ochrony menstruacyjnej, prowadzeniem akcji edukacyjnych dedykowanych szerzeniu wiedzy o procesie menstruacji, higieny menstruacyjnej, nie tylko wśród dziewcząt, ale także wśród chłopców i mężczyzn, dostępnością do infrastruktury toaletowo-kanalizacyjnej zapewniającej nieskrępowaną, higieniczną i bezpieczną możliwość kontroli krwawień miesięcznych;
- rozpoznanie innowacyjnych rozwiązań, działań i strategii mających wpływ na dobrostan menstruujących dziewcząt i kobiet, w tym nowoczesne produkty ochrony menstruacyjnej, finansowanie i opodatkowanie środków higienicznych pozwalających kontrolować miesiączkę, szeroko ujmowaną współpracę publiczno-państwowych ośrodków decyzyjnych z podmiotami społecznymi, np. stowarzyszeniami czy fundacjami, w zakresie implementacji wiedzy na temat ubóstwa menstruacyjnego i rozwiązań mogących minimalizować istniejący problem.

W świetle wiedzy autorki nie znaleziono w zasobach bibliograficznych opracowań o charakterze naukowym, które w sposób tak kompleksowy, obejmując zaproponowany przedział czasowy, podejmowałyby problematykę szeroko ujmowanego ubóstwa menstruacyjnego w formie przeglądu literatury i badań, co czyni je unikatowym.

ZJAWISKO UBÓSTWA MENSTRUACYJNEGO – PODSTAWY TEORETYCZNE

Ubóstwo menstruacyjne, w literaturze przedmiotu łączone czy też traktowane równoznacznie z pojęciem „zarządzanie higieną menstruacyjną” (Tull, 2019), definiuje się jako:

- brak dostępu do produktów menstruacyjnych i środków higieny (tj. podpasek, tamponów, kubeczków menstruacyjnych), gospodarki odpadami i edukacji, dotyczy wiele kobiet na całym świecie, powodując problemy fizyczne, psychiczne i emocjonalne (Michel i in., 2022);
- problem utrzymania higieny ciała przez złe warunki bytowania oraz brak elementarnej edukacji związanej z menstruacją (WHO/UNICEF, 2012);
- wynikowe zaszłości kulturowych mitów, uprzedzeń i zabobonów prowadzących do stygmatyzacji dziewcząt i kobiet, wywołujących w nich poczucie winy i wstydu wobec naturalnego procesu fizjologicznego w życiu człowieka (UNICEF, [http](http://)).

O problematyce ubóstwa menstruacyjnego nie powinno zatem mówić się wyłącznie w kontekście zdrowotnym, ponieważ – jak wskazują powyżej zamieszczone definicje – jest to zagadnienie niezwykle szerokie, łączące w sobie wiele aspektów życia społecznego, gospodarczego, ekonomicznego czy kulturalnego. Badacze i osoby spoza świata nauki, np. publicyści, komentatorzy życia społecznego, zainteresowani tematyką, wskazują, iż skutkami niewłaściwego zarządzania higieną menstruacyjną, dotyczącymi miesięczkujących dziewcząt i kobiet, są między innymi (Michel i in., 2022; ACMHM, [http](http://); Michel, Tanner, 2021; Bodyform UK, [http](http://); Plan International, [http](http://); Wszechmocne, [http](http://)):

- choroby układu moczowego i rozrodczego;
- choroby psychosomatyczne, depresja, stany lękowe;
- wykluczenie społeczne, kulturowe, niekiedy wygnanie ze społeczności rodzinnej na czas krwawienia miesięcznego;
- zażenowanie lub strach przed zażenowaniem, wyśmiewanie;
- świadczenie usług seksualnych, również przez dziewczynki, w zamian za środki higieny menstruacyjnej;
- wykluczenie edukacyjne związane z opuszczaniem przez dziewczęta zajęć szkolnych w czasie menstruacji;
- trudności w utrzymaniu miejsca pracy z uwagi na warunki jej świadczenia pomijające kwestię menstruacji zatrudnionych kobiet, np. przerwy na skorzystanie z toalety, brak toalet, bieżącej wody, środków do mycia rąk;
- samotność – jako połączenie dwóch lub więcej ze wszystkich pozostałych form: braku dostępu do środków ochrony menstruacyjnej, braku możliwości ich sfinansowania, strachu przed kompromitacją;
- uogólniony brak dobrostanu dziewcząt i kobiet w czasie menstruacji.

Menstruacja nie jest wyborem kobiet, a naturalnym procesem fizjologicznym odróżniającym obie płcie. Niesie ze sobą, prócz oczywistych konsekwencji biologicznych, te z zakresu nierówności społecznych, może być przyczyną utraty wiary i pewności siebie przez dziewczęta i kobiety, niejako spowalniać je w codziennych czynnościach, ale i w dążeniu do realizacji marzeń, szczególnie w sytuacji, gdy zarządzanie higieną menstruacyjną nie przebiega prawidłowo,

z ukierunkowaniem właśnie na kobiety i ich potrzeby w tym wyjątkowym czasie. Warto zatem pochylić się nad zakresem badań i treścią rozważań badaczy dotyczących ubóstwa menstruacyjnego/zarządzania higieną menstruacyjną – krajowych i z zagranicy.

METODYKA PRZEPROWADZONYCH BADAŃ

Celem prowadzonych badań było przedstawienie ilościowego i jakościowego poziomu aktualnej wiedzy, rozpiętości, zakresu, zaawansowania i wyników badań, a także zidentyfikowania luki badawczej poprzez dokonanie przeglądu literatury naukowej odnoszącej się do tematyki ubóstwa menstruacyjnego, opublikowanej w latach 2013–2023. Wyszukiwania w zasobach wskazanych na wstępie niniejszego opracowania prowadzono z użyciem następujących określeń:

- w języku polskim: ubóstwo menstruacyjne, ubóstwo okresowe, zarządzanie higieną menstruacyjną (ZHM);
- w języku angielskim: *menstrual poverty*, *menstrual hygiene management* (MHM).

Z wyszukiwania wykluczono dziedziny inne niż nauki społeczne. Miało ono charakter globalny. Do przeszukiwania bazy danych uwzględniono wyłącznie artykuły pełnotekstowe, natomiast listy do redaktorów, komentarze, raporty, recenzje i artykuły redakcyjne zostały wykluczone. Bibliografie odpowiednich artykułów przeglądowych, zidentyfikowanych podczas przeszukiwania bazy danych, zostały ręcznie skontrolowane w celu wychwycenia dodatkowych, odpowiednich artykułów do uwzględnienia. Wstępne „wyświetlenia” żądanych określeń, np. dla platformy Google Scholar (Scholar, <http>) wynosiły 17 000 pozycji, dla bazy Scopus (Scopus, <http>) – 505. Końcowa weryfikacja pozwoliła na włączenie do rozważań 105 artykułów zagranicznych i jedynie jednego krajowego – w zaprezentowanym poniżej zestawieniu został odznaczony symbolem (PL). Już to wskazanie liczbowe pozwala na postawienie ważnego wniosku – krajowi autorzy w omawianą tematykę, niestety, nie wnieśli znaczącego wkładu.

UBÓSTWO MENSTRUACYJNE W ŚWIELE BADAŃ I OPRACOWAŃ NAUKOWYCH W LATACH 2013–2023

W efekcie przeprowadzonych prac badawczych w tabeli 1 wyszczególniono zagadnienia, w których autorzy realizowali tematykę ubóstwa menstruacyjnego i zarządzania higieną menstruacyjną.

Tabela 1. Zagadnienia realizowane przez badaczy tematyki ubóstwa menstruacyjnego i zarządzania higieną menstruacyjną w latach 2013-2023

Zagadnienie	Autorzy realizujący zagadnienie
<i>1</i>	<i>2</i>
Zarządzanie higieną menstruacyjną a sytuacje kryzysowe, m.in. katastrofy naturalne (np. trzęsienia ziemi, powodzie), obozy dla uchodźców, kryzys bezdomności	Krishnan, Twigg, 2016; Schmitt i in., 2017; Budhathoki i in., 2018; Tellier i in., 2020; Sommer i in., 2020; Soeiro i in., 2021; Gruer i in., 2021; Thaver, Ashraf, 2023
Ubóstwo menstruacyjne a Covid-19	Surbhi i in., 2020; Crawford, Gold Waldman, 2021; Hunter i in., 2022; Babbar i in., 2022; Rohatgi, Dash, 2023; Holst i in., 2023; Schmitt i in., 2023
Zarządzanie higieną menstruacyjną oraz wpływ na edukację, absencję szkolną i pracowniczą	Mason i in., 2013; Dolan i in., 2014; Krenz, Strulik, 2018; Miiri i in., 2018; Sommer i in. 2019; Cotropia, 2019; Crankshaw i in., 2020; Wall, 2020; Sharma i in., 2020; Schmitt i in., 2021; Gruer i in., 2021; Hennegan i in., 2021; Sebert Kuhlmann i in., 2021; Lukinndo i in., 2022; Rawat i in., 2022; Ezatiru i in., 2022; Medina-Perucha i in., 2022; Michel i in., 2022; Munro i in., 2022; Batool, Shafiq, 2022; Adryjan, 2023 (PL); Lima i in., 2023; Alarcão, Pintassilgo, 2023
Zarządzanie higieną menstruacyjną oraz wpływ na dobrostan psychiczny kobiet i dziewcząt	Sveinsdóttir, 2018; Mahajan, 2019; Cardoso i in., 2021; Holst i in., 2022; Boyers i in., 2022; Medina-Perucha i in., 2023; Ferreira i in., 2023; Gouvenet i in., 2023; Mann, Byrne, 2023
Zarządzanie higieną menstruacyjną a wpływ na środowisko naturalne w kontekście, m.in. utylizacji produktów pomenstruacyjnych, tworzyw (w tym nowatorskich) wykorzystywanych do produkcji produktów higieny okresowej (tamponów, podpasek, wkładek, kubeczków menstruacyjnych, papieru toaletowego)	Hennegan, Montgomery, 2016; Barman i in., 2018; Kaur i in., 2018; Hait, 2019; Smith i in., 2020; Achuthan i in., 2021; Angeli i in., 2022; Medina-Perucha i in., 2022; Michel i in., 2022; Aridi, Yehya, 2023
Ubóstwo menstruacyjne i zarządzanie higieną menstruacyjną a polityka, prawa człowieka, w tym szczególnie w zakresie dostępu do toalet i bieżącej wody, środków higienicznych, kwestie opodatkowanie produktów menstruacyjnych	Sommer, Sahin, 2013; Van Eijk i in., 2016; Sommer i in., 2017; Cotropia, Rozema, 2018; Mara, Evans, 2018; Sebert Kuhlmann i in., 2019; Goli i in., 2020; Medina-Perucha i in., 2020; Singh i in., 2020; Weiss-Wolf, 2020; Bakibinga, Rukuba-Ngaza, 2021; Lansbury, King, 2021; Sommer, Mason, 2021; Rajput, Jain, 2021; Martin i in., 2022; Bagala i in., 2023; Cai, 2023; Hassan i in., 2023; Jaafar i in., 2023; Martin i in., 2023

1	2
Kwestia i wymiar ubóstwa menstruacyjnego oraz zarządzanie higieną menstruacyjną w krajach o niskich i średnich dochodach	Sebastian i in., 2013; Sommer i in., 2013; Boosey i in., 2014; Jewitt, Ryley, 2014; Parker i in., 2014; Sommer i in., 2015; Sommer i in., 2016-1; Sommer i in., 2016-2; Alam i in., 2017; Girod i in., 2017; Mohamed i in., 2018; Hennegan i in., 2019; Kambala i in., 2020; Krenz, Strulik, 2021; Odey i in., 2021; Rossouw, Ross, 2021; Alugnoa i in., 2022; Babbar, Garikipati, 2023; Camas-Castillo i in., 2023; Gonçalves i in., 2023; Michel i in., 2023; Rambocas i in., 2023; Sacca i in., 2023; Singh i in., 2023; Sumankuuro i in., 2023
Zarządzanie higieną menstruacyjną a kultura, wiara i przesady	Johnston-Robledo, Chrisler, 2013; Amatya i in., 2018; Lansbury, 2021

Źródło: opracowanie własne na podstawie przeprowadzonego przeglądu literatury.

Poniżej zamieszczono efekty prac badawczych wskazanych powyżej autorów wraz z wnioskami i obserwacjami, których dokonali w swoich opracowaniach naukowych opublikowanych w latach 2013–2023, pogrupowanymi zgodnie z realizowaną tematyką, zaopatrzone w spostrzeżenia autorki niniejszych rozważań.

1. *Zarządzanie higieną menstruacyjną a sytuacje kryzysowe, m.in. katastrofy naturalne (np. trzęsienia ziemi, powodzie), obozy dla uchodźców, kryzys bezdomności*

Wskazana tematyka nie należała do często i chętnie podejmowanej w badanym okresie. Wynikać może to przede wszystkim z trudności komunikacyjnych, bytowych, geograficznych, jakie pojawiają się w sytuacjach katastrof naturalnych czy też proceduralnych, gdy mowa o dostępie i możliwości kontaktu z osobami przebywającymi w obozach dla uchodźców. Autorzy jednomyślnie wskazywali, iż w sytuacjach kryzysowych „zapomina się” o miesięczkujących kobietach, a zabezpieczenie ich potrzeb wynikających z menstruacji, czyli np. dostarczanie środków higienicznych, niejednokrotnie jest pomijane, spychane na margines ogółu potrzeb agregujących się wokół żywności i wody pitnej. Krishnan i Twigg (2016) zwrócili również uwagę na kwestię niewystarczającego wsparcia w zakresie higieny menstruacyjnej poszkodowanych kobiet i zaniechanie dbałości o uwzględnienie praktyk społeczno-kulturowych, które obowiązują w regionie/kraju dotkniętym kryzysem humanitarnym czy katastrofą naturalną. Z kolei Schmitt i in. (2017) podnosili, iż koniecznym jest uwzględnienie płci, w tym szczególnie aspektu zarządzania higieną menstruacyjną w wytycznych i scenariuszach reagowania różnorodnych podmiotów biorących udział w działaniach ratunkowych po wystąpieniu i w trakcie trwania sytuacji kryzysowych. Niezwykle obrazowe wydają się wyniki badania Esteves Soeiro i in. (2021), przeprowadzonego na grupie

wenezuelskich uchodźczyń, które schronienie znalazły na północno-zachodniej granicy Brazylii, gdzie prawie połowa miesięczkujących uczestniczek wywiadów (46,4%) nie otrzymała żadnych przyborów higienicznych, 61% nie mogła myć rąk, kiedy chciała, a większość (75,9%) nie czuła się bezpiecznie, korzystając z toalety, co świadczy o tym, że ubóstwo okresowe (brak środków menstruacyjnych, prywatnych toalet, warunków sanitarnych i edukacji), wydatnie i dotkliwie wpływało na szeroko rozumiany dobrostan tych kobiet w czasie kryzysu humanitarnego, którego doświadczały.

2. Ubóstwo menstruacyjne a COVID-19

Omawiane zagadnienie niejako jest „znakiem czasów” – pojawiło się w literaturze naukowej jako wynikowa pandemii COVID-19. Należy docenić wkład autorów pochyłających się nad przywołanym kontekstem ubóstwa menstruacyjnego, ponieważ – podobnie jak w wypadku katastrof naturalnych – pandemię zaliczyć należy do szczególnego zbioru sytuacji kryzysowych. Miała wszak zasięg globalny i w tej światowej walce z niewidzialnym wrogiem, jakim był wirus Sars-Cov-2, zapomniano o kwestiach, takich jak menstruacja i potrzeby kobiet w tym szczególnym dla nich czasie, który nie zniknął tylko dlatego, że świat walczył z koronawirusem (Ahmad i in., 2021). Wyniki przeprowadzonych badań jednoznacznie wskazywały na szereg zaniedbań w kwestii zarządzania higieną menstruacyjną, w tym w zakresie dostępu do środków higieny menstruacyjnej, opieki medycznej w czasie pandemii (Rohatgi, Dash, 2023), co spowodowane było lockdownami, ograniczoną możliwością przemieszczania się, dokonywania zakupów, korzystania z ośrodków zdrowia. Fundamentalną sprawą, którą zauważono, było pogorszenie się dobrostanu psychicznego i fizycznego miesięczkujących dziewcząt i kobiet, które na skutek wprowadzanej izolacji i ograniczonych kontaktów międzyludzkich doświadczały stanów depresyjnych, pogorszenia stanu zdrowia w zakresie chorób dróg rodnych i moczowych, niemożności zaspokojenia podstawowych potrzeb w zakresie dostępu do wystarczającej ilości środków higieny menstruacyjnej (Holst i in., 2023; Hunter i in., 2022). Dodatkowo zdiagnozowano problem braku dostępności środków ochrony menstruacyjnej lub pogorszenia jakości tych dostępnych na skutek przeniesienia mocy produkcyjnych w obszary środków ochrony bezpośredniej przed wirusem, takich jak maseczki i fartuchy ochronne, przyłbice, środki przeciwwirusowe (Schmitt i in., 2023). Babbar i in. (2022) w podsumowaniu swych badań wskazali, iż pandemia COVID-19 dobitnie uwydatniła potrzebę uznania zdrowia menstruacyjnego za kluczowe prawo w ramach prawa do zdrowia i poczucia godności, które osiągnąć można poprzez zwiększenie dostępności i braku zakłóceń w dostępności środków ochrony menstruacyjnej, miejsc, w których można kontrolować przebieg miesiączki, w tym toalet z bieżącą wodą i środkami higienicznymi/toaletowymi, świadomości i wiedzy społeczeństwa, nie tylko dziewcząt i kobiet, na temat menstruacji, jej przebiegu i fizjologii.

3. *Zarządzanie higieną menstruacyjną oraz wpływ na edukację, absencję szkolną i pracowniczą*

Proponowaną tematykę zaliczyć można do grupy często podejmowanej przez badaczy w latach 2013–2023. Główne wnioski płynące z przywołanych powyżej opracowań mówią o znaczącej skali nieobecności szkolnej i pracowniczej deprecymowanych przebiegiem menstruacji, w tym szczególnie brakiem dostępności do wystarczającej ilości higienicznych środków ochrony menstruacyjnej, głównie w wyniku ubóstwa ekonomicznego miesiączkujących dziewcząt i kobiet (m.in. Crankshaw i in., 2020; Sommer i in., 2019). Wall (2019) w wyniku poczynionych badań zwracał szczególną uwagę na nierówne traktowanie, którego doświadczają miesiączkujące dziewczęta i kobiety w zakresie dostępności do podstawowych zasobów higienicznych (podpaski, tampony), które winny być dostarczane do toalet na równym poziomie jak mydło czy papier toaletowy – niezapewnienie miesiączkującym środków sanitarnych pozwalających kontrolować krwawienie stanowi odmowę równej ochrony prawnej przysługującej ludności miesiączkującej. Miiró i in. (2018) w badaniach przeprowadzonych w jednej z placówek edukacyjnych na przedmieściach Ugandy uzyskali wskazania, iż dziewczęta zgłaszały duże zawstydzenie i strach przed dokuczaniem w związku z miesiączką i stwierdzały, że to, w połączeniu z bólem menstruacyjnym i brakiem skutecznych materiałów do higieny menstruacyjnej, prowadzi do absencji w szkole. Zdaniem wyżej wymienionych badaczy powinno wziąć się pod uwagę połączenie ubóstwa jako ogólnej sytuacji społecznej, a także miesiączki, jako kluczowych czynników związanych z uczęszczaniem do szkoły i pracy. Koniecznym wydaje się podkreślenie, że tematyka ubóstwa menstruacyjnego (zarządzania higieną menstruacyjną) w połączeniu z zagadnieniem absencji szkolnej i pracowniczej w badanym okresie często podejmowana była w krajach (regionach) rozwijających się, jak Niger, Burkina Faso (m.in. Hennegan i in., 2021; Krenz, Strulik, 2018), Indie (m.in. Sharma i in., 2020), Ghana (Dolan i in., 2014), Kenia (Mason i in., 2013), Afryka Wschodnia i Południowa (Crankshaw i in., 2020), Rio Verde w Brazylii (Lima i in., 2023), Uganda (Ezaturu i in., 2022). Natomiast w krajach rozwiniętych dopiero w ostatnich kilku latach zauważono konieczność podjęcia się tych rozważań, jakby wcześniej, nie dostrzegając problemu, lub z racji – wydawać by się mogło panującego „dobrobytu” – uznawano go za nieistniejący. Lukindo i in. (2022) prowadzili obserwacje w Nowej Szkocji i Kanadzie, gdzie aż 65% ankietowanych nastolatek w wieku poniżej 18 lat wskazało, że nie zawsze dysponują wystarczająco zasobnym portfelem, by zaspokoić comiesięczne potrzeby na produkty higieny menstruacyjnej, co doprowadzać miało do niewłaściwych praktyk higienicznych (m.in. używania produktów niezdatnych do ochrony miesiączkowej, np. starych szmat, innych części odzieży; używania jednorazowych produktów menstruacyjnych dłużej, niż było to zamierzone), a także opuszczania zajęć szkolnych trzy i więcej dni w miesiącu. Medina-Perucha i in. (2022) podjęli się

badania w Hiszpanii, gdzie odnotowano absencję menstruacyjną związaną z: pracą na poziomie 20,3%, z nauką na poziomie 62,7%, a także wskazywano, że nierówności związane z miesiączką są zjawiskiem powszechnym szczególnie wśród osób znajdujących się w niekorzystnej sytuacji społeczno-ekonomicznej, w tym w grupie migrantów przebywających na terenie Hiszpanii. Zaskakujące okazały się wyniki badań prowadzonych wśród studentów w Australii (Munro i in., 2022) oraz w Stanach Zjednoczonych, również wśród studentów i uczniów szkół ponadpodstawowych (Gruer i in., 2021; Rawat i in., 2022; Sebert Kuhlmann i in., 2021; Catropia, 2019), gdzie wyłania się rzeczywistość wręcz trudna do uwierzenia, gdy przywołuje się USA jako przykład globalnej potęgi, bogactwa i rozwoju – coraz bardziej powszechny i dostrzegalny brak dostępu do produktów menstruacyjnych (głównie z powodów ekonomicznych) negatywnie wpływa na uczęszczanie do szkoły, wyniki w nauce i zdrowie miesiączkujących dziewcząt i kobiet. Osoby biorące udział w badaniach wskazywały na konieczność i potrzebę uzyskiwania comiesięcznego wsparcia bezpłatnymi materiałami higienicznymi dostarczanych przez placówki edukacyjne i konieczność zwiększenia tego wsparcia w przyszłości. Zaskakujące wydają się dowody Michel i in. (2022), z których badań wynika, że w 2021 r. 14,2% miesiączkujących studentek w USA doświadczyło ubóstwa menstruacyjnego, 10% doświadczało go co miesiąc, a dwie trzecie z 16,9 miliona kobiet o niskich dochodach w USA (w 2021 r.) nie mogło sobie pozwolić na produkty menstruacyjne, gdzie dodatkowo połowa z nich musiała wybierać między produktami menstruacyjnymi a jedzeniem. W toku zmian globalnej sytuacji gospodarczej, na którą wpływ miała pandemia COVID-19, inwazja zbrojna Rosji na Ukrainę, konflikt na linii Izrael – Palestyna oraz wiele innych, wraz z np. niestabilnym poziomem inflacji, pogarszaniem się sytuacji ekonomicznej społeczeństwa, zasadnym wydaje się wskazanie, iż absencji szkolnych i pracowniczych związanych z menstruacją w obecnym czasie jest więcej i należałoby podjąć się badań w tym zakresie – nie tylko w krajach rozwijających się, ubogich, ale właśnie w gospodarkach prężnie rozwiniętych, zamożnych. Dlaczego? Ponieważ to właśnie w nich problem – jak wskazują dotychczasowe badania – jest istotnie obecny, jednakże bagatelizowany, niedostrzegalny, niezbadany.

4. *Zarządzanie higieną menstruacyjną oraz wpływ na dobrostan psychiczny kobiet i dziewcząt*

Wskazane zagadnienie w badanym okresie pojawiło się zaledwie kilkakrotnie, co istotne, dopiero w 2018 r. w publikacji Sveinsdóttir, która swoje badania przeprowadziła na grupie islandzkich dziewcząt i kobiet celem zdiagnozowania wpływu sytuacji życiowych, m.in. poziom wykształcenia, kupowania i zażywania środków przeciwbólowych podczas menstruacji, na całościową ocenę dobrostanu miesiączkujących młodych kobiet. Obok opracowania o charakterze kliniczno-społecznych rozważań wyróżnić należy Mahajan (2019), gdzie w treści wskazano, iż niedoskonała informacja i kultura milczenia wokół menstruacji ukształto-

wały rynek produktów do higieny menstruacyjnej w Indiach. Jest to o tyle istotne, gdyż w Indiach menstruujące dziewczęta i kobiety niejednokrotnie odcięte są od możliwości używania nowoczesnych produktów higienicznych, w których produkcji stosowane są komponenty służące poprawie dobrostanu fizycznego i psychicznego w trakcie miesiączki. Z kolei Cardoso i in. (2021) podjęli się zbadania częstotliwości występowania ubóstwa menstruacyjnego, rozumianego jako brak funduszy na środki higieniczne wśród studentów uniwersytetów w USA oraz powiązań ze złym stanem zdrowia psychicznego. W wyniku przeprowadzonych badań ankietowych stwierdzono, że młode kobiety, które nie mogły pozwolić sobie na realizację comiesięcznych potrzeb związanych z zakupem środków ochrony menstruacyjnej, dużo częściej zgłaszały problemy związane ze spadkiem poziomu dobrostanu psychicznego, w tym stany lękowe i depresje. Wyjątkowe zainteresowanie badaczy omawianej tematyki dotyczyło sytuacji w Hiszpanii, gdzie Holst i in. (2022) oraz Medina-Perucha i in. (2023) podjęli się zadania zbadania doświadczeń związanych ze zdrowiem i nierównością miesiączkowania wśród kobiet i osób miesiączkujących w wieku 18–55 lat, odpowiednio w Barcelonie oraz w Barcelonie i jej okolicach. Wyniki obu analiz były zbieżne, choć przeprowadzono je na odrębnych, odmiennych liczbowo grupach respondentek: kolejno 22 823 i 34 osobach, które wskazywały, iż nierówności związane z menstruacją były powszechne. Wyszczególniono szereg zaniedbań systemowych, które zmuszają menstruujące dziewczęta i kobiety do ukrywania swego stanu i samopoczucia w przestrzeni publicznej. Wskazano, że edukacja dotycząca procesu dojrzewania, w tym rozpoczęcia miesiączki, pozostaje w sferze rodzinnej, instytucjonalnie nie zostaje ta sfera zrealizowana. Respondentki zwracały również uwagę na niezabezpieczenie potrzeb medycznych w okresie menstruacji, a związanych z utrudnionym dostępem do lekarzy (w tym specjalistów z dziedziny ginekologii), a także bagatelizowanie przez medyków towarzyszących menstruacji bólu i dyskomfortu psychicznego, poczucia osamotnienia i odrzucenia społecznego. Wprost określono, że wpływ nierówności miesięczkowych wydaje się dalekosiężny. Zauważyć należy, iż tematyka wpływu ubóstwa menstruacyjnego na dobrostan psychiczny dziewcząt i kobiet w latach 2013–2023 była domeną autorów z krajów zamożnych i rozwiniętych, czego dowodem są również badania przeprowadzone przez Boyers i in. (2022) w Wielkiej Brytanii oraz Gouvernet i in. (2023) we Francji. Oba wskazane badania skupiały się na diagnozie korelacji i wzajemnego wpływu ubóstwa menstruacyjnego i pandemii COVID-19 na przebieg procesu miesiączkowania, m.in. w ujęciu utraty/pomniejszenia dobrostanu psychicznego czy też materialnego menstruujących dziewcząt i kobiet. Wyniki były niezwykle zgodne, a mianowicie pandemia koronawirusa zaostrzyła sytuację materialną kobiet ubogich i zagrożonych zubożeniem, co – wraz z ograniczoną mobilnością podczas jej trwania, zaburzonymi łańcuchami dostaw środków higieny menstruacyjnej (zwłaszcza tańszych) – skutkowało obniżeniem poziomu dobrostanu zarówno

psychicznego, jak i fizycznego menstruujących dziewcząt i kobiet w badanych krajach. We wskazanych opracowaniach (we wnioskach pobadawczych) postulowano, by wzmocnić opiekę nad ubogimi i zagrożonymiubożeniem (w tym bezdomnością) kobietami, zapewniając opiekę również w sferze dostarczania im bezpłatnych produktów higieny menstruacyjnej.

5. *Zarządzanie higieną menstruacyjną a wpływ na środowisko naturalne w kontekście, m.in. utylizacji produktów pomenstruacyjnych, tworzyw (w tym nowatorskich) wykorzystywanych do produkcji produktów higieny okresowej (tamponów, podpasek, wkładek, kubeczków menstruacyjnych, papieru toaletowego)*

Zapowiedziana tematyka należy do nowatorskiej i rozwijającej się wśród omawianych dla badań prowadzonych w latach 2013–2023. Z pewnością jej dynamika wzmacniana jest wymogami obecnych czasów i szeroko rozumianą troską o stan ekologii, środowisko naturalne, zrównoważony rozwój. Wpisują się w to doskonale zagadnienia wytwarzania nowoczesnych środków higieny i kontroli menstruacji, utylizacji produktów pomenstruacyjnych, innowacyjnych i proekologicznych metod pozyskiwania i utrzymywania zasobów koniecznych do zapewnienia miesięczkującym dziewczętom i kobietom dobrostanu w zakresie higieny okresowej, a wszystko to w połączeniu ze zjawiskiem ubóstwa menstruacyjnego. Wydaje się, że nie bez powodu takowa korelacja jest poddawana obserwacji badawczej, ponieważ produkty ekologiczne cechują się zazwyczaj wyższą ceną zakupu, a tym samym przyczyniają się do odciążenia osób ubogich i zagrożonychubożeniem od możliwości nabycia dóbr mogących zaspokoić szereg potrzeb, w tym tych niezbędnych w procesie zarządzania higieną menstruacyjną, za Achuthan i in. (2021): przestrzeganie zasad higieny menstruacyjnej przy użyciu produktów przyjaznych dla środowiska wymaga rozważenia niedroгих i wysoce zrównoważonych alternatyw. Aridi i Yehya (2023) zwracali szczególną uwagę na fakt, iż ocena cyklu życia i wskaźnik kosztów środowiskowych (ECI) jednorazowych i wielokrotnego użytku podkładek (bawełna dziewicza, bawełna z recyklingu, włókna bananowe) pokazują, że podkładowe jednorazowe wiążą się z wysokimi kosztami i wyzwaniem dla środowiska ze względu na zawartość plastiku. Obserwacje badawcze prowadzone w Indiach (Kaur i in., 2018) wskazywały na szereg problemów związanych z właściwym przebiegiem procesu zarządzania higieną menstruacyjną, zwłaszcza na terenach wiejskich, gdzie świadomość zarówno ekologiczna, ale przede wszystkim wiedza o przebiegu i fizjologii menstruacji, były bardzo niskie. Autorzy zwracali uwagę na brak propozycji rozwiązań płynących ze strony instytucjonalnej/ publicznej/ podmiotów sprawujących władzę, w których podjęto by działania wspierające menstruujące dziewczęta i kobiety. Zdiagnozowano płaszczyzny wymagające interwencji naprawczej, tj. brak toalet lub katastrofalny stan tych istniejących, brak koszy na śmieci w toaletach, a przez to produkty pomenstruacyjne (zawierające plastik) trafiały do kanalizacji, a finalnie do rzek i większych zbiorników wodnych, brak dostępu do nowoczesnych,

ekologicznych produktów ochrony menstruacyjnej – również ze względu na trudną sytuację materialną, brak edukacji dziewcząt w okresie dojrzewania, brak ośrodków utylizacji produktów pomenstruacyjnych. Do podobnych wniosków dochodzili również inni badacze sytuacji w Indiach, m.in. Barman i in. (2018), Angeli i in. (2022). Hait i Powers (2019), prowadząc badania nad preferencjami konsumentkimi, sygnalizowali, że innowacyjne rozwiązania dedykowane panowaniu nad miesiączką, tj. kubeczki menstruacyjne wielokrotnego użytku, nie są produktem chętnie wybieranym przez kobiety, ich wybór pada na podpaski jednorazowe, co skutkuje powstawaniem ogromnych ilości odpadów biologicznych zawierających plastik. Warto uznać to za wskazówkę kierowaną w stronę szeroko ujmowanych podmiotów sprawujących władzę, ośrodków decyzyjnych, o podjęcie refleksji w zakresie powstawania zakładów ekologicznej utylizacji tego typu produktów lub intensyfikacji działań badawczych w zakresie powstania i wprowadzenia na rynek ekologicznych, jednorazowych produktów ochrony menstruacyjnej, np. wykorzystujących przetworzone liście bambusa zamiast plastiku, co mogłoby zredukować zagrożenie ekologiczne dla środowiska naturalnego. Miesiączki, jako naturalnego procesu fizjologicznego w życiu kobiety, nie da się pominąć czy ignorować. Należy więc aktywizować działania biorące pod uwagę aspekt skutecznej, aczkolwiek niedrogiej ochrony i higieny menstruacyjnej dla dziewcząt i kobiet, wspólnie z troską o stan środowiska naturalnego i jego zasoby.

6. *Ubóstwo menstruacyjne i zarządzanie higieną menstruacyjną a polityka, prawa człowieka, w tym szczególnie w zakresie dostępu do toalet i bieżącej wody, środków higienicznych, opodatkowania produktów menstruacyjnych*

Przywołana tematyka w latach 2013–2023 należała do kategorii licznie i systematycznie aktualizowanych przez badaczy zagadnienia ubóstwa menstruacyjnego. Autorzy, m.in. Sommer, Sahin, 2013; Van Eijk i in., 2016; Sommer i in., 2017; Mara, Evans, 2018; Rajput, Jain, 2021, podnosili konieczność podjęcia starań o zapewnienie realizacji podstawowych potrzeb indyjskich, afrykańskich czy też palestyńskich (Hassan i in., 2023) dziewcząt i kobiet w czasie miesiączki, głównie w zakresie niezakłóconego dostępu do toalet i bieżącej wody, a także higienicznych środków ochrony menstruacyjnej. Akcentowano przy tym postawę, iż nie należy traktować realizacji wskazanych potrzeb jako „luksusu”, ale jako należne i podstawowe prawa człowieka do godnej i zdrowej egzystencji. Rozważania nad prawem miesiączkujących dziewcząt i kobiet do godności, równości w dostępie do podstawowych dóbr, walki z dyskryminacją okresową prowadzono również w oparciu o badania prowadzone w Stanach Zjednoczonych (Sebert Kuhlmann i in., 2020; Weiss-Wolf, 2020; Sommer i in., 2021), a także w Wielkiej Brytanii (Bakibinga, Rukuba-Ngaiza, 2021). Wyłączyła z nich jasna wskazówka, iż należy szukać rozwiązań systemowych mających na celu zaradzenie społecznym i finansowym skutkom menstruacji nie tylko w krajach rozwijających się, ale również w krajach silnie rozwiniętych i zamożnych, gdzie zjawisko ubóstwa

menstruacyjnego jest także obecne. Za niezwykle ważny i czytelnie sygnalizowany aspekt należy uznać fakt, iż w większości krajów, gdzie prowadzone były badania w zakresie omawianej tematyki, wysokość opodatkowania produktów higieny menstruacyjnej była na najwyższym poziomie obowiązującym w danym kraju, na równi z dobrami luksusowymi. Autorzy badań, m.in. Crawford, Spivack, 2017; Cotropia, Rozema, 2020; Singh i in., 2020; Sommer i in., 2021; Martin i in., 2022; Martin i in., 2023; Bagala i in., 2023, wskazywali, iż jest to kwestia niezwykle pilna do rozwiązania przez rządzących poprzez prace legislacyjne zmierzające do obniżenia bądź całkowitego zniwelowania opodatkowania tych produktów, a odpowiedzialność państwa za społeczeństwo, w tym za godną miesiączkę, zdrowie reprodukcyjne i równość okresową, winna być zagregowana w działaniach na rzecz dostępności do środków ochrony menstruacyjnej również dla osób ubogich, bezdomnych. Wsparcie instytucjonalne to również edukacja już na poziomie szkół podstawowych/ pierwszego stopnia (Goli i in., 2020; Medina-Perucha i in., 2020; Jaafar i in., 2023; Cai, 2023), zarówno dla dziewcząt, jak i chłopców, ponieważ jednym ze wskaźników ubóstwa menstruacyjnego jest brak wiedzy o fizjologii i przebiegu miesiączki, co skutkuje niewłaściwym zarządzaniem higieną okresową, zapadaniem na choroby dróg rodnych i moczowych, naraża na dyskomfort, wstyd i uszczerbek w dobrostanie psychicznym.

7. Kwestia i wymiar ubóstwa menstruacyjnego oraz zarządzanie higieną menstruacyjną w krajach o niskich i średnich dochodach

Zaproponowana kategoria jest zdecydowanie najliczniej zaopatrzona w opracowania naukowe i wyniki badań prowadzone w latach 2013–2023. Zawiera ona kompozycję opracowań, w których podjęto się wyszczególnienia powiązań ubóstwa menstruacyjnego z nieposzanowaniem praw kobiet do godnego mieszkowania, brakiem infrastruktury sanitarnej, ograniczeniami kulturowymi, a wszystko to umiejscowione w krajach (regionach), takich jak: Uganda (Parker i in., 2014; Boosey i in., 2014), Bangladesz (Alam, 2017), Burkina Faso (Krenz, Strulik, 2021), Papua-Nowa Gwinea – Fidżi (Mohamed i in., 2018), Ghana (Alugnoa i in., 2022; Sumankuuro i in., 2023), Malawi (Kambala i in., 2023), Brazylia (Camas-Castillo i in., 2023), Trinidad i Tabago (Rambocas i in., 2023), Liban (Sacca i in., 2023), Indie (Singh i in., 2023), Afryka Subsaharyjska (Jewitt, Ryley, 2014), Kenia (Crichton i in., 2013; Girod i in., 2017), Nigeria (Odey i in., 2021). Wspólnym mianownikiem dla badanego zjawiska ubóstwa menstruacyjnego w wymienionych krajach (regionach) były wyzwania praktyczne i psychospołeczne, które dotyczyły miesiączkujących dziewcząt i kobiet w domu, szkole czy w pracy, tj. dostęp do bieżącej wody i toalet zapewniających godne warunki korzystania, środków czystości i produktów higieny okresowej, wiedzy o procesie mieszkowania, w tym nietraktowania go jako tematu, który należy ukrywać i przemilczeć, zwłaszcza w przestrzeni publicznej. Szczególną uwagę autorzy badań zwracali również na skutki emocjonalne, do których zaliczono: niepokój,

zawstydzenie, strach przed napiętnowaniem i obniżony nastrój, poczucie poniżenia, osamotnienia i frustracji, wynikających z niemożności należytego i całkowitego zaspokojenia potrzeb wynikających z menstruacji. Przypisani do omawianej tematyki autorzy prowadzili również szeroko rozumiane badania przekrojowe, zarówno stanu literatury, jak i wyników badań innych badaczy, m.in. Sebastian i in., 2013; Sommer i in., 2016-1; Hennegan i in., 2019; Rossouw, Ross, 2021; Babbar, Garikipati, 2023; Michel i in., 2023; Gonçalves i in., 2023; jak i prezentowali efekty autorskich obserwacji przeprowadzonych w wielu krajach o niskich i średnich dochodach, m.in. Sommer i in., 2015; Sommer i in., 2016-2; Kam-bala i in., 2020. Wnioski pobadawcze są niezwykle syntetyczne i zbieżne: wiedzę na temat menstruacji ograniczały warunki społeczno-kulturowe, normy płci i przebyte doświadczenie piętna menstruacji; menstruujące dziewczęta i kobiety nie mogły liczyć na wsparcie społeczne, a mierzyć musiały się z koniecznością spełnienia wymuszonych, zewnętrznych oczekiwań behawioralnych; ograniczone zasoby badanych krajów, ich powolny rozwój i proces bogacenia się, wydatnie ograniczały instytucjonalne i materialne wsparcie procesu zarządzania higieną menstruacyjną, w tym również dostęp do niedrogich produktów higieny i kontroli menstruacji; proces utylizacji odpadów pomenstruacyjnych praktycznie nie był prowadzony.

8. *Zarządzanie higieną menstruacyjną a kultura, wiara i przesądy*

Wskazana grupa tematyczna była najrzadziej podejmowana przez badaczy w latach 2013–2023. W zasobach literaturowych zidentyfikowano jedynie trzy pozycje, które łączy wspólny wniosek, a mianowicie miesięczka jest jednym z naturalnych procesów fizjologicznych w życiu człowieka i bez względu na miejsce urodzenia czy zamieszkania, np. Stany Zjednoczone (Johnston-Robledo, Chrisler, 2013), Nepal (Amatya i in., 2018) wiąże się z narzucaniem społecznie wstydu, piętna i osamotnienia. Niewielka liczba opracowań jest również dowodem na to, jak trudno przełamać tabu menstruacji. Kultura, wiara, normy społeczne obowiązujące w różnych krajach wywierają wpływ na to, jak postrzegane i traktowane są menstruujące dziewczęta i kobiety. W XXI w., przy istniejącym poziomie rozwoju ludzkości, technologii, szeroko ujmowanej nauki, trudnym do zaakceptowania jest nepalski proceder odsyłania miesięczkujących dziewcząt i kobiet „na wygnanie” – trafiają w odosobnienie, często do chlewni i obór dla zwierząt, bez dostępu do bieżącej wody, toalet, prądu, posłania, gdzie narażone na chłód, ataki zwierząt, insektów, osamotnienie, zawstydzone swoim „stanem” spędzają kilka, kilkanaście dni, podczas których nie mają prawa dotykać innych osób, a także należących do nich przedmiotów, uważane są za „nieczyste, przynoszące zepsucie” (Amatya i in., 2018). Autorka niniejszego artykułu była świadkiem innych zachowań o charakterze przesądu, w Polsce – w wieku nastoletnim usłyszała „poradę” od jednej z sąsiadek starszego pokolenia, by podczas miesięczki nie przygotowywać przetworów na zimę, np. ogórków kiszonych, gdyż się zepsują... Nie stanowi to

naturalnie wkładu w literaturę naukową, jednakże wywołuje refleksję i pytanie: Czy trzeba udać się aż do Nepalu, by doświadczyć piętnowania i stygmatyzacji procesu menstruacji i to ze strony kobiet?

PODSUMOWANIE

Przeprowadzona kwerenda pozwoliła na rozwiązanie postawionych celów badawczych i powzięcie w tym zakresie kilku wniosków, w których stwierdza się, że ubóstwo menstruacyjne jest:

- wynikiem nierówności społecznych, ekonomicznych, w dostępie do edukacji, kulturowych, religijnych, ekologicznych, płci;
- zjawiskiem powszechnym, globalnym, jednakże w krajach zamożnych i rozwiniętych rzadziej dostrzegalnym i nieczęsto poddawany obserwacji badawczej wobec sytuacji w krajach ubogich i rozwijających się;
- nieprawidłowo postrzegane jako „problem kobiecy”, ponieważ jego skutki dotyczą wielu płaszczyzn egzystencji ludzkiej, w tym fizycznej, psychicznej, materialnej i wynikają z sytuacji rodzinnej, społecznej, najbliższego otoczenia mieszkających dziewcząt i kobiet, a o czym najczęściej się zapomina – głęboko wpływające na wymienione sfery;
- zagadnieniem, które praktycznie nie było realizowane przez rodzimych autorów w latach 2013–2023, co stanowi lukę poznawczą. Jedyne krajowe artykuły, autorstwa B. Adryjan (2023), jasno wskazał, że „ubóstwo menstruacyjne to niewidzialny i wstydlivy temat, zwłaszcza w polskim społeczeństwie, więc istotnym jest wprowadzenie do publicznego dyskursu nieskrępowanej debaty na temat psychospołecznych trudności związanych z menstruacją” (Adryjan, 2023, s. 77–78);
- tematyką, która największym zainteresowaniem badaczy cieszyła się w roku 2023 – zasoby wzbogaciły się o 25 recenzowanych artykułów; w ogólnym podsumowaniu zauważalna jest tendencja wzrostowa w zakresie liczby opracowań, które dostarczono w latach objętych obserwacją badawczą, kolejno rok: 2013 – 5, 2014 – 4, 2015 – 1, 2016 – 5, 2017 – 4, 2018 – 10, 2019 – 6, 2020 – 12, 2021 – 17, 2022 – 16; do wzrostu liczby publikacji we wskazanych latach z pewnością przyczyniła się pandemia COVID-19, którą ze zjawiskiem ubóstwa menstruacyjnego łączono w analizach zarówno z kwestiami ekonomicznymi i gospodarczymi, jak również z kapitałem emocjonalnym, stanem zdrowia oraz szeroko ujmowaną ekologią i troską o środowisko naturalne;
- zagadnieniem potrzebującym wsparcia instytucjonalnego, systemowego, na szczeblu krajowym i lokalnym; angażującym kwestie ekonomiczne i edukacyjne, w tym szeroko ujmowane komunikowanie społeczne, realizowane, np. przez prowadzenie informacyjnych kampanii społecznych;

- zjawiskiem zasługującym na zwiększenie poziomu „świadomości menstruacyjnej” (Akcja Menstruacja, [http...](http://...)) w społeczeństwie, co przyczynić mogłoby się do pokonania swego rodzaju tabu, zasłony milczenia, wstydu i samotności, które towarzyszą naturalnemu, fizjologicznemu procesowi w życiu dziewcząt i kobiet na całym świecie.

Przeprowadzone analizy i przywołane wnioski w opracowaniu powinny pozwolić na otwarcie nowych dróg działalności badawczej w zakresie tematyki nierówności społecznych, do których ubóstwo menstruacyjne bezsprzecznie się zalicza. Zjawisko to nie powinno być bagatelizowane, spychane na margines świadomości społeczno-kulturowej, pomijane w krajach powszechnie uznawanych za wysoko rozwinięte gospodarczo, ekonomicznie czy też rozwijające się, takie jak Polska. To właśnie w naszym kraju luka badawcza w odniesieniu do zagadnienia ubóstwa menstruacyjnego jest „białą plamą na mapie wiedzy”. Samo zjawisko istnieje w Polsce, bezsprzecznie. Jednak obecnie nie istnieją badania na temat jego przyczyn, zasięgu i skutków, które dotyczą menstruujących dziewcząt i kobiet. Co ważne i konieczne do odnotowania, zarówno w literaturze polskiej, jak i zagranicznej – niepomiernie bogatszej od rodzimej – wskazać można wspólny kierunek przyszłych badań, które do tej pory nie zostały jeszcze wystarczająco wyeksponowane: określenie wielkości kosztów ekonomicznych, jak również bezpośrednich i pośrednich kosztów społecznych występowania, a także ewentualnego niwelowania zjawiska ubóstwa menstruacyjnego. Zdaniem autorki niniejszych rozważań dzięki takiemu kierunkowi badań możliwym stałoby się, m.in. zaprojektowanie i właściwe wdrożenie skutecznych programów pomocowych, w tym zmian legislacyjnych prowadzących do zwiększenia wsparcia dla osób doświadczających ubóstwa menstruacyjnego; określenie wielkości kosztów bezpośrednich, tj. wydatki na środki higieny menstruacyjnej, koszty utraconych dni pracy lub nauki, które powstały na skutek niemożności zapewnienia wystarczającej ochrony okołomenstruacyjnej (podpaski, tampony, ale również tabletki przeciwbólowe), jak również kosztów pośrednich, tj. wpływ na produktywność i zarobki kobiet, w tym uzależnionych od absencji chorobowych związanych z doświadczaniem menstruacji, kosztów generowanych dla systemu opieki zdrowotnej. Nie bez znaczenia pozostaje również kwestia kosztów społecznych, których wielkość mogłaby być określona w powiązaniu z dobrostanem psychicznym menstruujących dziewcząt i kobiet, możliwościami edukacyjnymi i zarobkowymi wpływającymi na utrzymanie pozytywnych relacji międzyludzkich, w tym na zapobieganie pogłębianiu się nierówności społecznych, ekonomicznych między kobietami i mężczyznami. Pojawia się zatem przed badaczami rozległa perspektywa prac analitycznych dedykowanych zjawisku ubóstwa menstruacyjnego, obecnego zarówno w Polsce, jak i na świecie.

BIBLIOGRAFIA

- Achuthan, K., Muthupalani, S., Kolil, V.K., Bist, A., Sreesuthan, K., Sreedevi, A. (2021). A novel banana fiber pad for menstrual hygiene in India: a feasibility and acceptability study. *BMC Women's Health*, 21(1):129, 1–15. DOI: 10.1186/s12905-021-01265-w.
- ACMHM. (2021). *The Ark by KrTC*. Pobrane z: <https://acmhm.org/> (2024.05.03).
- Adryjan, B. (2023). Menstruation poverty from the perspective of Polish women. *Acta Universitatis Lodzensis. Folia Sociologica*, 86, 77–89. DOI: 10.18778/0208-600X.86.05.
- Akcja Menstruacja. Pobrane z: https://www.ur.edu.pl/files/user_directory/951/Dokumenty/Akcja%20Menstruacja%20Hej%2C%20dziewczyny%21%20Poradnik%20dla%20os%C3%B3b%20ucz%C4%85cych%20si%C4%99.pdf (2024.09.16).
- Alam, M.-U., Luby, S.P., Halder, A.K., Islam, K., Opel, A., Shoab, A.K., Ghosh, P.K., (...), Unicomb, L. (2017). Menstrual hygiene management among Bangladeshi adolescent schoolgirls and risk factors affecting school absence: Results from a cross-sectional survey. *BMJ Open*, 7(7), 1–10. DOI: 10.1136/bmjopen-2016-015508.
- Alarcão, V., Pintassilgo, S. (2023). Menstrual Health: A Health and Human Rights Issue. *Frontiers for Young Minds*, 11, 1–7. DOI: 10.3389/frym.2023.1112945.
- Alugnoa, D.N., Cousins, T., Sato, M. (2022). Period poverty and menstrual belonging: a matter of climate justice. *The Lancet Planetary Health*, 6(7), 551–552. DOI: 10.1016/S2542-5196(22)00141-3.
- Amatya, P., Ghimire, S., Callahan, K.E., Baral, B.K., Poudel, K.C. (2018). Practice and lived experience of menstrual exiles (Chhaupadi) among adolescent girls in far-western Nepal. *PLoS ONE*, 13(12), e0208260. DOI: 10.1371/journal.pone.0208260.
- Angeli, F., Jaiswal, A., Shrivastava, S. (2022). Integrating poverty alleviation and environmental protection efforts: A socio-ecological perspective on menstrual health management. *Social Science & Medicine*, 314, 115427. DOI: 10.1016/j.socscimed.2022.115427.
- Aridi, R., Yehya, A. (2023). Sustainability assessment of sanitary pad solutions to reduce period povert. *Environment, Development and Sustainability*, 1–23. DOI: 10.1007/s10668-023-04338-y.
- Babbar, K., Martin, J., Ruiz, J., Parray, A.A., Sommer, M. (2022). Menstrual health is a public health and human rights issue. *The Lancet Public Health*, 7(1), 10–11. DOI: 10.1016/S2468-2667(21)00212-7.
- Babbar, K., Garikipati, S. (2023). What socio-demographic factors support disposable vs. sustainable menstrual choices? Evidence from India's. *National Family Health Survey-5. PLoS ONE*, 18(8), e0290350. DOI: 10.1371/journal.pone.0290350.
- Bagala, L., Mahon, T., Muralidharan, A., Wilson, E. (2023). There can be no gender equality without menstrual justice. *BMJ*, 382, p2079. DOI: 10.1136/bmj.p2079.
- Bakibinga, E., Rukuba-Ngaiza, N. (2021). The Role of Law in Addressing Poverty and Inequality in High Income Countries: A Comparative View of Menstrual Hygiene Management and Its Impact on Education and Health in the UK and Select High Income Sub-Saharan African Countries. *Law and Development Review*, 14(2), 503–549. DOI: 10.1515/ldr-2021-0040.

- Barman, A., Katkar, P.M., Asagekar, S.D. (2018). Natural and sustainable raw materials for sanitary napkin. *Man-Made Textiles in India*, 46(12), 408–411. DOI: 10.4172/2165-8064.1000308.
- Batool, S., Shafiq, S. (2022). Understanding Women's Perceptions and Practices Regarding Menstrual Hygiene: A Qualitative Study. *International Journal on Women Empowerment*, 8, 33–37. DOI: 10.29052/2413-4252.v8.i1.2022.33-37.
- Bercal-Lorenc, J. (2023). „Wykluczenie menstruacyjne nie ma barier”. *Wiele kobiet wciąż się z tym zмага. Wywiad z Adą Klimaszewską, pomysłodawczynią Różowej Skrzyneczki*. Pobrane z: <https://wszechmocne.wp.pl/artukul/wykluczenie-menstruacyjne-nie-ma-barier-wiele-kobiet-wciaz-sie-z-tym-zmaga> (2024.02.29).
- Bodyform UK. Pobrane z: <https://www.bodyform.co.uk/break-taboos/our-world/period-poverty/#:~:text=In%20the%20UK%2C%201%20in,school%20because%20of%20th is%20issue> (2024.03.05).
- Boosey, R., Prestwich, G., Deave, T. (2014). Menstrual hygiene management amongst schoolgirls in the Rukungiri district of Uganda and the impact on their education: A cross-sectional study. *Pan African Medical Journal*, 19(253), 1–13. DOI: 10.11604/pamj.2014.19.253.5313.
- Boyers, M., Garikipati, S., Biggane, A., Douglas, E., Hawkes, N., Kiely, C., Giddings C., Kelly, J., Exley, D., Phillips-Howard, P.A., Mason, L. (2022). Period poverty: The perceptions and experiences of impoverished women living in an inner-city area of Northwest England. *PLoS ONE*, 17(7), art. no. e0269341. DOI: 10.1371/journal.pone.0269341.
- Budhathoki, S.S., Bhattachan, M., Castro-Sánchez, E., Sagtani, R.A., Rayamajhi, R.B., Rai, P., Sharma, G. (2018). Menstrual hygiene management among women and adolescent girls in the aftermath of the earthquake in Nepal. *BMC Women's Health*, 18(33), 1–8. DOI: 10.1186/s12905-018-0527-y.
- Cai, R. (2023). The impact of public health policies on alleviating menstrual poverty: a review of literature and policy recommendations. *Journal of Healthcare in Developing Countries*, 3, 28–32. DOI: 10.26480/jhcdc.01.2023.28.32.
- Camas-Castillo, M., Gallardo Alvarado, N., Yáñez-Sánchez, P., Makuch, M., Osis, M., Bahamondes, L. (2023). Menstrual health: Inequities in a cohort of menstruating people in the Brazilian southeastern region. *International Journal of Gynecology & Obstetrics*, 164(3), 1160–1166. DOI: 10.1002/ijgo.15223.
- Cardoso, L.F., Scolese, A.M., Hamidaddin, A., Gupta, J. (2021). Period poverty and mental health implications among college-aged women in the United States. *BMC Women's Health*, 21(14), 1–27. DOI: 10.1186/s12905-020-01149-5.
- Centrum Praw Kobiet. (2021). Wpis z bloga prowadzonego przez Agatę Miętus. Pobrane z: <https://cpk.org.pl/cpkblog/ubostwo-menstruacyjne-agata-mietus/> (2024.02.29).
- Cotropia, C., Rozema, K. (2018). Who Benefits from Repealing Tampon Taxes? Empirical Evidence from New Jersey. *Journal of Empirical Legal Studies*, 15(3), 620–647. DOI: 10.1111/jels.12188.
- Cotropia, C.A. (2019). Menstruation Management in United States Schools and Implications for Attendance, Academic Performance, and Health. *Women's Reproductive Health*, 6(4), 289–305. DOI: 10.1080/23293691.2019.1653575.

- Crankshaw, T.L., Strauss, M., Gumede, B. (2020). Menstrual health management and schooling experience amongst female learners in Gauteng, South Africa: A mixed method study. *Reproductive Health*, 17(48), 1–15. DOI: 10.1186/s12978-020-0896-1.
- Crawford, B.J., Spivack, C. (2017). Tampon taxes, discrimination, and human rights. *Wisconsin Law Review*, 3, 491–549.
- Crawford, B.J., Gold Waldman, E. (2021). Period Poverty in a Pandemic: Harnessing Law to Achieve Menstrual Equity, 98 *WASH. U. L. REV.* 1569. Pobrane z: https://open-scholarship.wustl.edu/law_lawreview/vol98/iss5/10 (2024.02.25).
- Crichton, J., Okal, J., Kabiru, C.W., Zulu, E.M. (2013). Emotional and psychosocial aspects of menstrual poverty in resource-poor settings: a qualitative study of the experiences of adolescent girls in an informal settlement in Nairobi. *Health Care for Women International*, 34(10), 891–916. DOI: 10.1080/07399332.2012.740112.
- Difference Market Research. (2020). *Menstruacja. Raport z badania jakościowo-ilościowego przygotowany dla Kulczyk Foundation*. Pobrane z: <https://kulczykfoundation.org.pl/uploads/media/default/0001/05/0fbe618f4aa748170c8b3f096367e-2c607888eb8.pdf> (2024.02.25).
- Dolan, C.S., Ryus, C.R., Dopson, S., Montgomery, P., Scott, L. (2014). A blind spot in girls' education: Menarche and its webs of exclusion in Ghana. *Journal of International Development*, 26(5), 643–657. DOI: 10.1002/jid.2917.
- Duffy, K. (red.). (2020). *EAPN Informator: Czym jest ubóstwo i jak z nim walczyć?* Pobrane z: <https://www.eapn.org.pl/eapn/uploads/2020/05/eapn-informator-ubostwo-pl.pdf> (2024.02.25).
- Ezaturu, L., Kinkuhaire, B., Okello, S. (2022). Coping with Menstrual Hygiene Challenges Faced by School Going Adolescents at Mukono Primary School, Kayonza Sub-County, Kanungu District. *Nursing and Health Sciences*. 11, 1–10. DOI: 10.9790/1959-1104040110.
- Ferreira, F., Balaminit, T., Carmona, E., Sanfelice, C. (2023). Repercussões da pobreza menstrual para as mulheres e pessoas que menstruam: revisão integrativa. *Revista Baiana de Enfermagem*, 37, 1–15. DOI: 10.18471/rbe.v37.52708.
- Girod, C., Ellis, A., Andes, K.L., Freeman, M.C., Caruso, B.A. (2017). Physical, Social, and Political Inequities Constraining Girls' Menstrual Management at Schools in Informal Settlements of Nairobi, Kenya. *Journal of Urban Health*, 94, 835–846. DOI: 10.1007/s11524-017-0189-3.
- Gitkiewicz, O. (2022). Krwawiąc. *Znak*, 802. Pobrane z: <https://www.ceeol.com/search/previewpdf?id=1067990> (2024.02.25).
- Goli, S., Sharif, N., Paul, S., Salve, P.S. (2020). Geographical disparity and socio-demographic correlates of menstrual absorbent use in India: A cross-sectional study of girls aged 15–24 years. *Children and Youth Services Review*, 117, 105283. DOI: 10.1016/j.childyouth.2020.105283.
- Gonçalves, D., Silva, H., Pequeno, C., Ferreira, E., Viana, J., Silva, M., Junior, F., Freire, M. (2023). Pobreza Menstual e os impactos na saúde da mulher. *Revista Foco*, 16, e645. DOI: 10.54751/revistafoco.v16n1-013.
- Gouvernet, B., Sebbe, F., Chapillon, P., Rezrazi, A., Brisson, J. (2023). Period poverty and mental health in times of Covid-19 in France. *Health Care for Women International*, 44(5), 657–669. DOI: 10.1080/07399332.2022.2070625.

- Grotowska-Leder, J. (2023). Ubóstwo w perspektywie analiz przestrzennych – wybrane aspekty. W: A. Michalska-Żyła, K. Zajda (red.), *W metropolii i poza metropolią: Społeczny potencjał odrodzenia i rozwoju społeczności lokalnych*. Księga Jubileuszowa Profesora Pawła Starosty (s. 165–190). Łódź: Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego. DOI: 10.18778/8331-293-4.07.
- Gruer, C., Goss, T., Schmitt, M., Sommer, M. (2021). Menstrual Equity Initiatives at USA Universities: A Multiple Case Study of Common Obstacles and Enabling Factors. *Frontiers in Reproductive Health*, 3, 1–11. DOI: 10.3389/frph.2021.787277.
- Gruer, C., Hopper, K., Smith, R.C., Kelly, E., Maroko, A., Sommer, M. (2021). Seeking menstrual products: a qualitative exploration of the unmet menstrual needs of individuals experiencing homelessness in New York City. *Reprod Health*, 18(1):77, 1–11. DOI: 10.1186/s12978-021-01133-8.
- GUS. (2009). Departament Warunków Życia. Łódź. Pobrane z: https://stat.gov.pl/cps/rde/xbcr/gus/wz_ubostwo_w_polsce-broszura.pdf (2024.02.25).
- GUS. *Ludność. Stan i struktura ludności oraz ruch naturalny w przekroju terytorialnym*. Pobrane z: <https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/ludnosc/ludnosc/ludnosc-stand-i-struktura-ludnosc-i-raz-ruch-naturalny-w-przekroju-terytorialnym-stand-w-dniu-30-czerwca,6,35.html> (2024.02.29).
- Hait, A., Powers, S.E. (2019). The value of reusable feminine hygiene products evaluated by comparative environmental life cycle assessment. *Resources, Conservation and Recycling*, 150, 104422, 1–5. DOI: 10.1016/j.resconrec.2019.104422.
- Hassan, S., Ghandour, R., Bakri, L., Shwiki, S., Safi, S., Abuzaid, R., Zeidan, H. (2023). Menstrual health and hygiene among young Palestinian female university students in the West Bank: a cross-sectional study. *BMJ Open*, 13, e069222. DOI: 10.1136/bmjopen-2022-069222.
- Hennegan, J., Montgomery, P. (2016). Do menstrual hygiene management interventions improve education and psychosocial outcomes for women and girls in low and middle income countries? A systematic review. *PLoS ONE*, 11(2), e0146985. DOI: 10.1371/journal.pone.0146985.
- Hennegan, J., Shannon, A.K., Rubli, J., Schwab, K.J., Melendez-Torres, G.J. (2019). Women's and girls' experiences of menstruation in low-and middle-income countries: A systematic review and qualitative metasynthesis. *PLoS Medicine*, 16(5), e1002803. DOI: 10.1371/journal.pmed.1002803.
- Hennegan, J., Olaolorun, F., Alzouma, S., Guiella, G., Omoluabi, E., Schwab, J., Schwab, K. (2021). School and work absenteeism due to menstruation in three West African countries: findings from PMA2020 surveys. *Sexual and Reproductive Health Matters*, 29, 409–424. DOI: 10.1080/26410397.2021.1915940.
- Holst, A.S., Jacques Aviñó, C., Berenguera, A., Pinzón-Sanabria, D., Valls-Llobet, C., Munrós, J., Martínez-Bueno, C., Lopez, T., Vicente-Hernández, M., Medina-Perucha, L. (2022). Experiences of menstrual inequity and menstrual health among women and people who menstruate in the Barcelona area (Spain): a qualitative study. *Reproductive Health*, 19, 1–16. DOI: 10.1186/s12978-022-01354-5.
- Holst, A.S., Jacques-Aviñó, C., Berenguera, A., Martínez-Bueno, C., Munrós-Feliu, J., Pinzón-Sanabria, D., Valls-Llobet, C., López-Jiménez, T., García-Egea, A., Vicente-Hernández, M.M., Medina-Perucha, L. (2023). Menstrual health and management during the

- COVID-19 syndemic in the Barcelona area (Spain): A qualitative study. *Womens Health (Lond)*. Jan – Dec; 19:17455057231166644, 1–10. DOI: 10.1177/17455057231166644.
- Hunter, E., Palovick, K., Teni, M.T., Sebert Kuhlmann, A. (2022). COVID-19 made it harder to access period products: The effects of a pandemic on period poverty. *Front Reprod Health*, 4, 1–9. DOI: 10.3389/frph.2022.1003040.
- Interpelacja poselska nr 3063 posła Macieja Kopca w sprawie ubóstwa menstruacyjnego w Polsce, marzec 2020. Pobrane z: <https://www.sejm.gov.pl/sejm9.nsf/InterpelacjaTresc.xsp?key=BMVEMG> (2024.03.05).
- Jaafar, H., Ismail, S., Azzeri, A. (2023). Period Poverty: A Neglected Public Health Issue. *Korean Journal of Family Medicine*, 44, 1–6. DOI: 10.4082/kjfm.22.0206.
- Jankowski, H. (2021). Najważniejsze cechy polskiego dyskursu o menstruacji na podstawie wywiadów z kobietami w wieku 22–24 lat (część I). *Oblicza Komunikacji*, 13(1), 163–180. DOI: 10.19195/2083-5345.13.11.
- Jewitt, S., Ryley, H. (2014). It's a girl thing: Menstruation, school attendance, spatial mobility and wider gender inequalities in Kenya. *Geoforum*, 56, 137–147. DOI: 10.1016/j.geoforum.2014.07.006.
- Johnston-Robledo, I., Chrisler, J.C. (2013). The Menstrual Mark: Menstruation as Social Stigma. *Sex Roles*, 68(1–2), 9–18. DOI: 10.1007/s11199-011-0052-z.
- Kambala, C., Chinangwa, A., Chipeta, E., Torondel, B., Morse, T. (2020). Acceptability of Menstrual Products Interventions for Menstrual Hygiene Management among Women and Girls in Malawi. *Research Square*, 1–24. DOI: 10.21203/rs.3.rs-80008/v1.
- Kaur, R., Kaur, K., Kaur, R. (2018). Menstrual Hygiene, Management, and Waste Disposal: Practices and Challenges Faced by Girls/Women of Developing Countries. *Journal of Environmental and Public Health*, 1, 1730964. DOI: 10.1155/2018/1730964.
- Krenz, A., Strulik, H. (2018). Menstruation Hygiene Management and Work Attendance in a Developing Country. *SSRN Electronic Journal*, Dec 1, 1–23. DOI: 10.2139/ssrn.3305598.
- Krenz, A., Strulik, H. (2021). The impact of menstruation hygiene management on work absenteeism of women in Burkina Faso. *Economics & Human Biology*, 43, 101067. DOI: 10.1016/j.ehb.2021.101067.
- Krishnan, S., Twigg, J. (2016). Menstrual hygiene: A 'silent' need during disaster recovery. *Waterlines*, 35(3), 265–276. DOI: 10.3362/1756-3488.2016.020.
- Lansbury, N. (2021). From „period poverty” to „period parity” to meet menstrual health needs. *Med*. 2(5), 469–472. DOI: 10.1016/j.medj.2021.03.001.
- Lansbury, N., King, M. (2021). Lived experiences of menstrual health for Indigenous girls in a remote Australian town. *Health Care for Women International*, 44, 1–18. DOI: 10.1080/07399332.2021.1967955.
- Lima, A.I.S., Carvalho, A.L.P., Arantes, A.P.B., Feltrin, B.D.B., Souza, I.P.de., Krein, J.H., Machado, L.C. de S. (2023). Menstrual poverty among adolescents from a state school in Rio Verde – Goiás. *Research, Society and Development*, 12(5), e15112541629. DOI: 10.33448/rsd-v12i5.41629.
- Lukindo, M., Price, V., Pike, M. (2022). Estimating the impact of menstrual poverty on adolescents in Nova Scotia. *Paediatr Child Health*, 27(7), 421–428. DOI: 10.1093/pch/pxac062.

- Mahajan, T. (2019). Imperfect Information in Menstrual Health and the Role of Informed Choice. *Indian Journal of Gender Studies*, 26(1–2), 59–78. DOI: 10.1177/0971521518811169.
- Mann, S., Byrne, S.K. (2023). Period Poverty from a Public Health and Legislative Perspective. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(23), 7118. DOI: 10.3390/ijerph20237118.
- Mara, D., Evans, B. (2018). The sanitation and hygiene targets of the sustainable development goals: Scope and challenges. *Journal of Water Sanitation and Hygiene for Development*, 8(1), 1–16. DOI: 10.2166/washdev.2017.048.
- Martin, J., Babbar, K., Maschette, U. (2022). Menstrual health for all requires wider high level commitment. *BMJ*, 378, o2222. DOI: 10.1136/bmj.o2222.
- Martin, J., Masinde, J., Cañizares, A., Irfan, S., Lal, A. (2023). Menstrual health must be prioritised in global policies. *BMJ*, 382, p2109. DOI: 10.1136/bmj.p2109.
- Mason, L., Nyothach, E., Alexander, K., Odhiambo, F.O., Eleveld, A., Vulule, J., Rheingans, R., Laserson, K.F., Mohammed, A., Phillips-Howard, P.A. (2013). We keep it secret so no one should know – A qualitative study to explore young schoolgirls attitudes and experiences with menstruation in rural Western Kenya. *PLoS ONE*, 8(11), e79132. DOI: 10.1371/journal.pone.0079132.
- Medina-Perucha, L., Jacques Aviñó, C., Valls-Llobet, C., Turbau-Valls, R., Pinzón, D., Hernandez, L., Canseco, P., Lopez, T., Lizarza, E., Munrós, J., Berenguera, A. (2020). Menstrual health and period poverty among young people who menstruate in the Barcelona metropolitan area (Spain): Protocol of a mixed-methods study. *BMJ Open*, 10, e035914. DOI: 10.1136/bmjopen-2019-035914.
- Medina-Perucha, L., Lopez, T., Holst, A.S., Jacques Aviñó, C., Munrós, J., Martínez-Bueno, C., Valls-Llobet, C., Pinzón-Sanabria, D., Vicente-Hernández, M., Berenguera, A. (2022). Use and perceptions on reusable and non-reusable menstrual products in Spain: A mixed-methods study. *PLoS ONE*, 17(3), e0265646. DOI: 10.1371/journal.pone.0265646.
- Medina-Perucha, L., Lopez, T., Jacques Aviñó, C., Holst, A.S., Valls-Llobet, C., Munrós, J., Martínez-Bueno, C., Pinzón-Sanabria, D., Vicente-Hernández, M.M., Berenguera, A. (2022). Menstrual inequity in Spain: a cross-sectional study. *European Journal of Public Health*, 32, 1–1. DOI: 10.1093/eurpub/ckac129.307.
- Medina-Perucha, L., Lopez, T., Jacques Aviñó, C., Holst, A.S., Valls-Llobet, C., Munrós, J., Martínez-Bueno, C., Pinzón-Sanabria, D., Vicente-Hernández, M., Berenguera, A. (2023). Menstruation and Social Inequities in Spain: a cross-sectional online survey-based study. *International Journal for Equity in Health*, 22, 1–25. DOI: 10.1186/s12939-023-01904-8.
- Michel, J., Tanner, M. (2021). Poverty Is Not Poverty: The Reality on the Ground Including the Rural-Urban Divide and How We Can Turn the Tide on NCDs. Lifestyle Epidemiol. W: D.M. Kotsedi, Han C.G. Kemper (red.), *The Double Burden of Poverty and Cardiovascular Diseases in African Populations* (s. 2–13). IntechOpen. DOI: 10.5772/intechopen.95901.
- Michel, J., Mettler, A., Schönenberger, S., Gunz, D. (2022). Period poverty: why it should be everybody's business. *Journal of Global Health Reports*, 6(1), 1–4. DOI: 10.29392/001c.32436.

- Michel, J., Ekene-Ugwu, C., Zou, M., Kapon, O., Agnello, D., Tanner, M. (2023). As global poverty levels increase, let us not forget period poverty. *Journal of Global Health Reports*, 7(1), 1–4. DOI: 10.29392/001c.71392.
- Miir, G., Rutakumwa, R., Nakiyingi-Miir, J., Nakuya, K., Musoke, S., Namakula, J., Francis, S., Torondel, B., Gibson, L.J., Ross, D.A., Weiss, H.A. (2018). Menstrual health and school absenteeism among adolescent girls in Uganda (MENISCUS): A feasibility study. *BMC Women's Health*, 18(1), 1–4. DOI: 10.1186/s12905-017-0502-z.
- Mohamed, Y., Durrant, K., Huggett, C., Davis, J., Macintyre, A., Menu, S., Wilson, J.N., Ramosaca, M., Sami, M., Barrington, D.J., McSkimming, D., Natoli, L. (2018). A qualitative exploration of menstruation-related restrictive practices in Fiji, Solomon Islands and Papua New Guinea. *PLoS ONE*, 13(12), e0208224. DOI: 10.1371/journal.pone.0208224.
- Munro, A., Keep, M., Hunter, E., Hossain, S. (2022). Confidence to manage menstruation among university students in Australia: Evidence from a cross-sectional survey. *Women's Health*, 18, 1–14. DOI: 10.1177/17455065211070666.
- Odey, G.O., Amusile, O., Oghenetjiri, P.O., David, S., Adi, A., Lucero-Prisno III, D.E. (2021). Period during a pandemic: The neglected reality of Nigerian girls and women. *Public Health in Practice*, 2, 1–3. DOI: 10.1016/j.puhip.2021.100196.
- ONZ. (1998). *Statement of commitment for action to eradicate poverty adopted by Administrative Committee on Coordination, E/1998/73*, New York, 6–31 July 1998. Pobrane z: https://unsceb.org/sites/default/files/imported_files/press/9818151e.pdf (2024.02.29).
- Parker, A.H., Smith, J.A., Verdemato, T., Cooke, J., Webster, J., Carter, R.C. (2014). Menstrual management: A neglected aspect of hygiene interventions. *Disaster Prevention and Management: An International Journal*, 23(4), 437–454. DOI: 10.1108/DPM-04-2013-0070.
- Plan International. (2020). *Menstrual Health Day: Global Period Poverty and Stigma Getting Worse Under Lockdown*. Pobrane z: <https://plan-uk.org/press/global-period-poverty-and-stigma-getting-worse-under-lockdown> (2024.03.05).
- Rajput, S., Jain, P. (2021). Much Needed 'Pad Man' for Indian Females to Be Dignified: A Case Study on Period Poverty. *Social and Sustainability Marketing: A Casebook for Reaching Your Socially Responsible Consumers through Marketing Science*, 647–717. DOI:10.4324/9781003188186.
- Rambocas, N., Kissoon, Y., Kennedy, J., Mohammed, K., Khan, D., Motilal, S., Bissessar, A. (2023). Assessing period poverty in Trinidad and Tobago: An exploratory approach. *Medical Science and Discovery*, 10, 25–30. DOI: 10.36472/msd.v10i1.861.
- Raport Kulczyk Foundation. (2020). *Krwawy problem. Ubóstwo menstruacyjne – dlaczego i jak musimy je zakończyć*. Pobrane z: <https://kulczykfoundation.org.pl/uploads/media/default/0001/05/0f6e618f4aa748170c8b3f096367e2c607888eb8.pdf> oraz <https://kulczykfoundation.org.pl/uploads/media/default/0001/05/63f40c6daa0e66cc61a60928481788dc936a6db0.pdf> (2024.02.29).
- Raport z projektu badawczego Fundacji Różowa Skrzyneczka. Polska 2021 i 2024. Pobrane z: <https://rozowaskrzyneczka.pl/wp-content/uploads/2024/02/raport-rs-2023.pdf> (2024.04.04).

- Rawat, M., Novorita, A., Frank, J., Burgett, S., Cromer, R., Ruple, A., DeMaria, A. (2022). „Sometimes I just forget them”: Capturing Experiences of Women about Free Menstrual Products in a U.S. Based Public University Campus, 1–18. DOI: 10.21203/rs.3.rs-2019412/v1.
- Rocznik Statystyczny Rzeczypospolitej Polskiej, wydania 2022–2023. Warszawa: GUS.
- Rohatgi, A., Dash, S. (2023). Period poverty and mental health of menstruators during COVID-19 pandemic: Lessons and implications for the future. *Frontiers in Global Women's Health*, 4, 1–5. DOI: 10.3389/fgwh.2023.1128169.
- Rossouw, L., Ross, H. (2021). Understanding period poverty: socio-economic inequalities in menstrual hygiene management in eight low-and middle-income countries. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(5), 2571. DOI: 10.3390/ijerph18052571.
- Rowntree, B.S. (1901). *Poverty: A Study of Town Life*. London: Macmillan.
- Sacca, L., Maroun, C., Khoury, S., Maroun, V., Khoury, J., Bouery, P. (2023). Period Poverty in Lebanon: A Call for Action. *Women's Reproductive Health*, 10(2), 236–251. DOI: 10.1080/23293691.2022.2079965.
- Schmitt, M.L., Clatworthy, D., Ratnayake, R., Klaesener-Metzner, N., Roesch, E., Wheeler, E., Sommer, M. (2017). Understanding the menstrual hygiene management challenges facing displaced girls and women: Findings from qualitative assessments in Myanmar and Lebanon. *Conflict and Health*, 11(1), 1–11. DOI: 10.1186/s13031-017-0121-1.
- Schmitt, M.L., Booth, K., Sommer, M. (2021). A Policy for Addressing Menstrual Equity in Schools: A Case Study From New York City, U.S.A. *Frontiers in Reproductive Health*, 3, 1–10. DOI: 10.3389/frph.2021.725805.
- Schmitt, M.L., Dimond, K., Maroko, A.R., Phillips-Howard, P.A., Gruer, C., Berry, A., Nash, D., Kochhar, S., Sommer, M. (2023). I stretch them out as long as possible: U.S. women's experiences of menstrual product insecurity during the COVID-19 pandemic. *BMC Women's Health*, 23(179), 1–11. DOI: 10.1186/s12905-023-02333-z.
- Scholar. Pobrane z: https://scholar.google.com/scholar?q=menstrual+poverty&hl=pl&as_sdt=0%2C5&as_ylo=2013&as_yhi=2023 (2024.03.06).
- Scopus. Pobrane z: <https://www.scopus.com/term/analyzer.uri?sort=plf-f&src=s&sid=09421031ab7832c0592c47d50998a824&sot=a&sdt=a&cluster=scopusbyr%2c%222013%22%2ct%2c%222014%22%2ct%2c%222015%22%2ct%2c%222016%22%2ct%2c%222017%22%2ct%2c%222018%22%2ct%2c%222019%22%2ct%2c%222020%22%2ct%2c%222021%22%2ct%2c%222022%22%2ct%2c%222023%22%2ct%2c%222024%22%2ct&sl=43&s=TITLE-ABS-KEY%28Menstrual+hygiene+management%29&origin=resultslist&count=10&analyzeResults=Analyze+results> (2024.02.19).
- Sebastian, A., Hoffmann, V., Adelman, S. (2013). Menstrual management in low-income countries: Needs and trends. *Waterlines*, 32(2), 135–153. DOI: 10.3362/1756-3488.2013.015.
- Sebert Kuhlmann, A., Peters Bergquist, E., Danjoint, D., Wall, L.L. (2019). Unmet Menstrual Hygiene Needs among Low-Income Women. *Obstetrics and Gynecology*, 133(2), 238–244. DOI: 10.1097/AOG.0000000000003060.

- Sebert Kuhlmann, A., Teni, M.T., Key, R., Billingsley, C. (2021). Period Product Insecurity, School Absenteeism, and use of School Resources to Obtain Period Products among High School Students in St. Louis, Missouri. *The Journal of School Nursing* 40(3), 329–335. DOI: 10.1177/10598405211069601.
- Sharma, S., Mehra, D., Brusselaers, N., Mehra, S. (2020). Menstrual hygiene preparedness among schools in India: A systematic review and meta-analysis of system-and policy-level actions. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(2), no. 647, 1–30. DOI: 10.3390/ijerph17020647.
- Singh, B., Zhang, J., Segars, J. (2020). Period Poverty and the Menstrual Product Tax in the United States [29F]. *Obstetrics & Gynecology*, 135, 1–68. DOI: 10.1097/01.AOG.0000665164.05365.d0.
- Singh, S., Kunwar, R., Mishra Sengar, M., Gupta, A. (2023). An epidemiological study of period poverty among females of reproductive age group in Lucknow (U.P.). *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 12(11), 2602–2607. DOI: 10.4103/jfmpc.jfmpc_1103_23.
- Smith, A.D., Muli, A., Schwab, K.J., Hennegan, J. (2020). National monitoring for menstrual health and hygiene: Is the type of menstrual material used indicative of needs across 10 countries? *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(8), 2633. DOI: 10.3390/ijerph17082633.
- Soeiro, R.E., Rocha, L., Surita, F.G., Bahamondes, L., Costa, M.L. (2021). Period poverty: menstrual health hygiene issues among adolescent and young Venezuelan migrant women at the northwestern border of Brazil. *Reproductive Health*, 18, 238. DOI: 10.1186/s12978-021-01285-7.
- Sommer, M., Sahin, M. (2013). Advancing the global agenda for menstrual hygiene management for schoolgirls. *American Journal of Public Health*, 103(9), 1556–1559. DOI: 10.2105/AJPH.2013.301374.
- Sommer, M., Hirsch, J.S., Nathanson, C., Parker, R.G. (2015). Comfortably, safely, and without shame: Defining menstrual hygiene management as a public health issue. *American Journal of Public Health*, 105(7), 1302–1311. DOI: 10.2105/AJPH.2014.302525.
- Sommer, M., Chandraratna, S., Cavill, S., Mahon, T., Phillips-Howard, P. (2016). Managing menstruation in the workplace: An overlooked issue in low- and middle-income countries. *International Journal for Equity in Health*, 15(1), 86. DOI: 10.1186/s12939-016-0379-8.
- Sommer, M., Caruso, B.A., Sahin, M., Calderon, T., Cavill, S., Mahon, T., Phillips-Howard, P.A. (2016). A Time for Global Action: Addressing Girls' Menstrual Hygiene Management Needs in Schools. *PLoS Medicine*, 13(2), e1001962. DOI: 10.1371/journal.pmed.1001962.
- Sommer, M., Figueroa, C., Kwauk, C., Jones, M., Fyles, N. (2017). Attention to menstrual hygiene management in schools: An analysis of education policy documents in low – and middle-income countries. *International Journal of Educational Development*, 57, 73–82. DOI: 10.1016/j.ijedudev.2017.09.008.
- Sommer, M., Schmitt, M., Gruer, C., Herbert, A., Phillips-Howard, P. (2019). Neglect of menarche and menstruation in the USA. *The Lancet*, 393(10188), 2302. DOI: 10.1016/S0140-6736(19)30300-9.

- Sommer, M., Gruer, C., Smith, R.C., Maroko, A., Hopper, K. (2020). Menstruation and homelessness: Challenges faced living in shelters and on the street in New York City. *Health Place*, 66, 102431. DOI: 10.1016/j.healthplace.2020.102431.
- Sommer, M., Mason, D. (2021). Period Poverty and Promoting Menstrual Equity. *JAMA Health Forum*, 2, e213089. DOI: 10.1001/jamahealthforum.2021.3089.
- Sumankuuro, J., Molle, M., Domapielle, M. (2023). Adolescent girls' menstrual hygiene management: evidence from rural northern Ghana. *Journal of Planning and Land Management* 2(2), 50–59. DOI: 10.36005/jplm.v2i2.53.
- Surbhi, G.G., Ruqayya, A., Suman, G., Absar, A. (2020). Exploring College Student's Menstruation-Related Difficulties. During Early COVID-19 Lockdown Period in North India. *Journal of Public Health and Primary Care* 1(1), 22–29. DOI: 10.4103/jphpc.jphpc_13_20.
- Sveinsdóttir, H. (2018). Menstruation, objectification and health-related quality of life: A questionnaire study. *Journal of Clinical Nursing – Islandia*, 27(3–4), e503–e513. DOI: 10.1111/jocn.14049.
- Tellier, M., Farley, A., Jahangir, A., Nakalema, S., Nalunga, D., Tellier, S. (2020). Practice Note: Menstrual Health Management in Humanitarian Settings. *The Palgrave Handbook of Critical Menstruation Studies*, 45, 593–608. DOI: 10.1007/978-981-15-0614-7_45.
- Thaver, I., Ashraf, M. (2023). Period Poverty: An Added Poverty in Humanitarian Crisis. *Journal of the Pakistan Medical Association*, 73(9), 1926–1927. DOI: 10.47391/JPMA.8089.
- Tull, K. (2019). *Period poverty impact on the economic empowerment of women*. Pobrane z: https://opendocs.ids.ac.uk/opendocs/bitstream/handle/20.500.12413/14348/536_Period_Poverty_Impact_on_the_Economic_Empowerment_of_Women.pdf?sequence=3&isAllowed=y (2024.02.25).
- Ubóstwo menstruacyjne w opiniach i doświadczeniu kobiet. Raport z projektu badawczego Fundacji Różowa Skrzyneczka (2021). Rzeszów: Uniwersytet Rzeszowski. Pobrane z: https://www.ur.edu.pl/files/user_directory/951/Dokumenty/R%C3%B3%C5%BCowa%20Skrzyneczka%202021%20Ub%C3%B3stwo%20menstruacyjne%20w%20opiniach%20i%20do%C5%9Bwiadczeniach%20kobiet.%20Raport%20z%20projektu%20badawczego%20Fundacji%20R%C3%B3%C5%BCowa%20Skrzyneczka.pdf (2024.02.25).
- UNICEF. Ubóstwo menstruacyjne. Każdy zasługuje na okres bez troski. Pobrane z: <https://unicef.pl/chce-pomoc/nasze-akcje/ubostwo-menstruacyjne> (2024.03.05).
- Wall, L.L. (2020). Period Poverty in Public Schools: A Neglected Issue in Adolescent Health. *Journal of Adolescent Health*, 67(3), 315–316. DOI: 10.1016/j.jadohealth.2020.06.027.
- Weiss-Wolf, J. (2020). U.S. Policymaking to Address Menstruation: Advancing an Equity Agenda. *The Palgrave Handbook of Critical Menstruation Studies*, 25 July, 539–549. DOI: 10.1007/978-981-15-0614-7_41.
- WHO/UNICEF. (2012). *Report of the Second Consultation on Post-2015 Monitoring Report of a Consultation*. The Hague. World Health Organization/United Nations International Children's Emergency Fund.

- Wszechmocne.wp.pl. #Wszechmocne. Pobrane z: <https://wszechmocne.wp.pl/artukul/wykluczenie-menstruacyjne-nie-ma-barier-wiele-kobiet-wciaz-sie-z-tym-zmaga> (2024.03.05).
- Van Eijk, A.M., Sivakami, M., Thakkar, M.B., Bauman, A., Laserson, K.F., Coates, S., Phillips-Howard, P.A. (2016). Menstrual hygiene management among adolescent girls in India: A Systematic review and meta-analysis. *BMJ Open*, 6(3), no. e010290. DOI: 10.1136/bmjopen-2015-010290.