

ANALYTICKÁ ZPRÁVA

# OD MENSTRUAČNÍHO VYLOUČENÍ K DŮSTOJNÉ MENSTRUACI

Zkušenosti romských dívek a žen  
v brněnském kontextu sociálně  
vyločených lokalit



Financováno  
Evropskou unií

Jsem pro rovnost.

Nora

# Od menstruačního vyloučení k důstojné menstruaci:

## Zkušenosti romských dívek a žen v brněnském kontextu sociálně vyloučených lokalit

Tato analytická zpráva je výstupem projektu „Konec ženských tabu v komunitě Brno“ (registrační číslo CZ.03.02.03/00/22\_044/0002183) realizovaného organizací Genderové informační centrum NORA, o.p.s. (GIC NORA) v období od 1. ledna 2024 do 31. prosince 2025. Projekt je financován Evropskou unií.

### **Autorky**

Mgr. Anastasia Blokhina  
MgA. Bc. Eva Paul Lukešová  
Mgr. Dagmar Matulíková

### **Projektový tým**

Mgr. Anastasia Blokhina  
Mgr. Markéta Fančovič  
Mgr. et Mgr. Tamara Jačisko Nasri  
Mgr. Dagmar Matulíková  
MgA. Bc. Eva Paul Lukešová  
Mgr. Darina Stará

### **Grafické zpracování:**

Studio Zobrazení (MgA. Tereza Bierská, MgA. Nela Klímová)

© 2025, Genderové informační centrum NORA, o.p.s., Brno

Toto dílo je licencováno pod licencí Creative Commons BY-SA 4.0.  
(Uveďte původ – Zachovejte licenci). Licenční podmínky najdete [zde](#).



Financováno  
Evropskou unií



Jsem pro rovnost.

Nora

## Obsah

Poděkování.....	4
O organizaci.....	5
O analytické zprávě .....	5
Kde téma stojí a co chybí: menstruační stigma a romské ženy v ČR .....	6
Metodologie výzkumu .....	9
Výzkumný design .....	9
Analýza dat a etika .....	11
Kupení nerovností a strukturální bariéry romských žen v oblasti menstruačního a reprodukčního zdraví .....	12
Různorodost romských komunit a zkušeností s menstruací .....	14
Bariéry ve zdravotní péči.....	15
Menstruační a reprodukční zdravotní gramotnost.....	16
Společenské normy, kontrola nad ženským tělem a její dopady na reprodukční zdraví.....	17
Cesty romských dívek k informacím o těle a menstruaci .....	19
Rodinný kontext .....	19
„Menstruační facka“ při první menstruaci: různorodé praxe, významy a zkušenosti.....	21
„Menstruační facka“ v odborné české literatuře .....	22
„Menstruační facka“ v zahraniční literatuře a praxi.....	23
Význam „menstruační facky“: zkušenosti respondentek .....	23
Emoční a vztahové dopady na dívky .....	26
Shrnutí a implikace pro praxi .....	27
Síť neformálního učení: kamarádky, internet, služby .....	28
Jak ticho formuje prožívání dívčího dospívání?.....	29
Zaměřeno na menstruaci, tělesnost a reprodukci .....	29
Zaměřeno na menstruační hygienu .....	29
Menstruace ve škole: stud, stigma a strach z odhalení .....	31
Role chlapců v menstruačním vzdělávání .....	34
Postoje dívek k diskuzi o menstruaci s chlapci .....	34
Chlapci jako původci posměchu, bagatelizace a obtěžování .....	35
Chlapci jako zvědaví a ochotní porozumět .....	36
Proč to tak je: informační vakuum, tabu a nedostupné zdroje pro chlapce .....	37
Proč zapojovat chlapce do vzdělávání o menstruaci .....	38
Prožívání menstruace a vztah k vlastnímu tělu .....	40
Stud, utajování a „čistota“.....	40
Gynekologická péče, emoce, věk a zkušenosti .....	42
Doporučení pro menstruační vzdělávání .....	44
Zaměřeno na školu:.....	44
1. Začít včas, již před první menstruací .....	44
2. Praktické, názorné a interaktivní vzdělávání .....	44
3. Biologie nestačí .....	45
4. Podpořit vyučující a zapojit další školní personál .....	45
5. Kulturně citlivé přístupy: reflektovat různé životní kontexty .....	46

6. Zapojit chlapce .....	46
7. Menstruace jako součást širší sexuální a vztahové výchovy.....	46
Zaměřeno na další aktéry a aktérky vzdělávání:.....	47
1. Role NZDM a komunitních služeb .....	47
2. Mediátorky zdraví: základní most mezi systémem a komunitou.....	47
3. Práce s rodinou .....	47
4. Peer práce.....	48
Shrnutí .....	49
Bibliografie .....	50

## Poděkování

Na tomto místě bychom chtěly vyjádřit poděkování všem, díky nimž tato zpráva mohla vzniknout.

V první řadě patří naše hluboké poděkování všem dívkám a ženám, které byly ochotné sdílet své zkušenosti, poznatky i osobní příběhy. Témata menstruace, dospívání a sexuality jsou důležitá a zároveň citlivá; o to více si vážíme důvěry, se kterou k nám přistupovaly.

Rády bychom poděkovaly také všem dívkám, které se účastnily workshopů v rámci projektu. Jejich zájem, otevřenost a otázky pro nás byly inspirativní a opakovaně nám připomínaly, proč má smysl se těmito tématům věnovat. Jejich aktivní zapojení nás posouvalo dál a dávalo naší práci energii a směr.

Poděkování patří i brněnským nízkoprahovým zařízením pro děti a mládež, která nám umožnila vstup do svých prostor a podpořila nás v realizaci sběru dat i workshopů. Jsme rády, že tato témata považují za důležitá a vytvářejí prostor, kde o nich lze bezpečně mluvit.

Dále chceme poděkovat našim konzultantkám z IQ Roma servisu a Muzea romské kultury za jejich cenné postřehy. Jejich vnímavost, kontextuální znalost a zpětná vazba nám pomohly citlivě uchopit témata, která vyžadují vysokou míru porozumění a respektu.

Vážíme si také všech odbornic a odborníků, kteří nám poskytli svoje vhledy do témat menstruace a reprodukčního zdraví, s nimiž se ve své praxi potýkají. Pomohli nám formulovat směr projektu, aby byl užitečný pro praxi i pro další práci s komunitou.

A v neposlední řadě děkujeme i sobě navzájem za společnou práci a vzájemnou podporu během celého procesu.

## O organizaci

Nezisková organizace Genderové informační centrum NORA, o.p.s. (GIC NORA) existuje od roku 2004. Původním podnětem pro její vznik bylo přání zakladatelek (tedy vyučujících a studentek z Fakulty sociálních studií Masarykovy univerzity) přiblížit genderovou problematiku širší veřejnosti a vystoupit z omezeného prostoru akademické půdy.

GIC NORA se věnuje posilňování různých skupin žen, ať už se jedná o samoživitelky, romské ženy, ženy bez domova či ženy v médiích. V posledním období se organizace skrze projektovou činnost zaměřuje na národní i mezinárodní úrovni na prevenci genderově podmíněného násilí, a to především na půdě akademických a veřejných výzkumných institucí, na rozvoj genderově citlivého vzdělávání, na téma menstruační chudoby a vyloučení či na prolínání sociálních a environmentálních nerovností. Také spolupracuje se zaměstnavateli, zejména skrze realizaci genderových auditů/auditů rovných příležitostí.

Více informací na webových stránkách [www.gendernora.cz](http://www.gendernora.cz).

## O analytické zprávě

Tato analytická zpráva vznikla v rámci projektu „Konec ženských tabu v komunitě Brnox“, který se zaměřoval na menstruační chudobu a menstruační vyloučení mezi romskými dívkami ze sociálně vyloučené lokality<sup>1</sup> známé jako Brnox (takto umělkyně K. Šedá ve své publikaci *Brnox : průvodce brněnským Bronxem* popisuje oblast v Brně kolem Bratislavské ulice a Cejlu). Tato lokalita je také známá i pod jinými názvy, např. brněnský Bronx nebo častěji Cejl. Tato čtvrť se nachází v městských částech Brno-Střed a Brno-Sever.

Projekt realizoval tým složený z expertek na gender, etnicitu a sociální práci a probíhal v úzké spolupráci s **nízkoprahovými zařízeními pro děti a mládež** (NZDM) a se základní školou lokalizovanou ve zmiňované oblasti.

Součástí projektu byly workshopy o menstruaci a intimním zdraví v NZDM a na spádové škole (konkrétně pro 5. a 6. ročníky) v dané vyloučené lokalitě a tvorba a distribuce infografik představujících základní informace o menstruaci a reprodukčním zdraví (v češtině a romštině).

V rámci projektu jsme také sbírali data, kvalitativní i kvantitativní, která sloužila jako podklad pro obsah workshopů a infografik, ale také pro tuto analytickou zprávu, kterou právě držíte v ruce.

---

<sup>1</sup> „Jako sociálně vyloučenou lokalitu označujeme prostor (dům, ulici, čtvrť) kde se koncentrují lidé, u nichž lze identifikovat znaky spojené se sociálním vyloučením. [...] Sociální vyloučení definujeme jako postupnou a stupňující se exkluzi z plné participace na sociálních, materiálních i symbolických zdrojích produkovaných, sdílených a konzumovaných širokou společností k zajištění dobrých životních podmínek, organizace sociálního života a účasti v rozhodování.“ (ESF ČR, 2015)

## Menstruační chudoba a vyloučení v české veřejné debatě

Z mezinárodního hlediska menstruace zůstává slepým místem globálních i národních politik. Strategie Světového zdravotnického shromáždění – včetně *Global Strategy for Women's, Children's and Adolescents' Health 2016–2030* – se o menstruačním zdraví vůbec nezmiňují. Ani Cíle udržitelného rozvoje OSN z roku 2015 neobsahují žádný konkrétní cíl či indikátor vztahující se k menstruaci, nicméně menstruace ovlivňuje plnění hned několika stanovených cílů jako jsou zdraví, kvalitní vzdělávání, rovnost žen a mužů, přístup k vodě a hygieně, důstojná práce a ekonomický růst či odpovědná spotřeba. Pozitivní změnu přineslo až prohlášení Rady OSN pro lidská práva z roku 2014, které poprvé oficiálně uznalo, že nedostatečný přístup k menstruačním potřebám a stigma spojené s menstruací představují překážku genderové rovnosti. (Tingle & Vora, 2018: 6)

V české veřejné debatě se téma menstruační chudoby začalo objevovat až v posledních několika letech, nejčastěji v souvislosti s otázkou finanční nedostupnosti menstruačních potřeb. Ačkoliv zviditelnění finanční zátěže spojené s menstruací je nesmírně důležité, a to obzvláště vzhledem k tomu, že se jedná o genderovaný problém, nejde zdaleka jen o materiální stránku věci. Takto zúžený pohled na menstruační chudobu v rámci celospolečenské diskuze může vést k redukci menstruace na problém ekonomického charakteru, čímž se zastírá širší spektrum nerovností, které se s daným fenoménem pojí.

Širší a komplexnější pohled na problematiku menstruační chudoby přináší organizace Sola pomáhá, která je v České republice dosud jedinou iniciativou zaměřenou výhradně na podporu důstojné menstruace. Díky jejím aktivistickým i vzdělávacím aktivitám získávají ženy a dívky, které menstruační chudobu zažívají, přístup k materiální pomoci, prostřednictvím sociálních služeb nebo přímé podpory ohrožených rodin, a zároveň i k informacím, které posilují jejich povědomí o menstruačním zdraví. Sola pomáhá také významně přispívá k odborné debatě o tomto tématu. Její výzkumná a publicistická činnost vyústila ve vznik první ucelené české publikace, která upozorňuje na nedostatek dat a veřejných politik v oblasti menstruační chudoby a zároveň mapuje lokální specifika tohoto problému. Na tuto práci navazuje naše analytická zpráva, která do debaty přispívá perspektivou, jež se v českém prostředí zatím objevuje méně, tedy o zaměření na sociokulturní roviny menstruace, zejména stigma a menstruační vyloučení.

Právě tato oblast zůstává v české veřejné debatě spíše na okraji, protože dlouhodobě dominuje pohled zaměřený zejména na materiální rozměr menstruace. V českém prostředí se proto nejčastěji setkáme s pojmem menstruační chudoba, který se používá především ve vztahu k finanční (ne)dostupnosti menstruačních potřeb a jen okrajově zahrnuje témata spojená s menstruačním tabu či stigmatem.

Důvodem může být, že se velká pozornost soustředila na snahu zavést opatření, která by zaručila zajištění menstruačních potřeb na školách pro nejohroženější skupinu – mladé dívky, které nemají vlastní finanční zdroje a které se s menstruací setkávají poprvé a mohou v tom být nejisté, a pro které menstruace může představovat bariéru ve vzdělávání. Významný posun v této otázce nastal díky advokačním aktivitám organizace Sola pomáhá, projektu Mariky Mičkové AcceCycle a studentské iniciativě Lunalone, které přispěly k prosazení novely vyhlášky Ministerstva zdravotnictví (účinné od 1.1.2026) takovým způsobem, aby na všech školních toaletách byly

zajištěny menstruační potřeby pro žákyně od 9 let (Ministerstvo zdravotnictví České republiky, 2025). Tato změna představuje první institucionální uznání menstruace nikoli jako soukromé nebo pouze hygienické záležitosti, nýbrž jako politického tématu se strukturálním a institucionálním přesahem, které je nutné adresovat pro zajištění rovnosti v přístupu ke vzdělání. Současně ale vyhláška řeší pouze zmiňovanou materiální dimenzi, nikoli vzdělávací aspekty, které jsou pro překonání menstruačního stigmatu zásadní.

Dalším důvodem zaměření se především na finanční rozměr menstruace české veřejné debaty může být i nutnost adresovat vysokou daň na menstruační potřeby. Tomuto tématu se věnuje Česká ženská lobby (ČŽL), která od roku 2022 prosazuje zařazení menstruačních potřeb do snížené sazby DPH a opakovaně otevírá otázku jejich nedostupnosti na jednáních Rady vlády pro rovnost žen a mužů. ČŽL byla aktivní také v době projednávání konsolidačního balíčku v roce 2023, kdy podpořila snahu poslankyň o přeřazení menstruačních potřeb do snížené sazby DPH. I když se tento krok nepodařilo prosadit, téma daňové spravedlnosti v oblasti menstruačních potřeb se díky advokačním aktivitám organizací občanské společnosti dostalo do politické debaty, kde dosud chybělo (Česká ženská lobby, 2023).

To, že menstruační potřeby podléhají nejvyšší možné dani, odráží, že nejsou vnímány jako základní lidské potřeby a že menstruace jako taková často vypadává z politického zorného pole. Stává se tak dalším faktorem prohlubujícím genderovou nerovnost. Potřeba poukazovat na tuto nespravedlnost je navíc v kontextu feminizace chudoby obzvlášť naléhavá, protože dopadá nerovnoměrně na různé skupiny žen podle jejich socioekonomické situace či postavení ve společnosti. Tento dopad se neprojevuje pouze jako finanční zátěž, ale proniká i do jiných aspektů života dívek, žen a dalších menstruuujících osob. Pokud chceme hovořit o tomto tématu komplexně a řešit ho na různých úrovních, může být užitečné mluvit o jejich systémovém vyloučení z plnohodnotného veřejného, vzdělávacího či pracovního života v důsledku fyzických, ekonomických, infrastrukturních či sociokulturních bariér spojených s menstruací. Této specifické formě vyloučení v této zprávě říkáme **menstruační vyloučení**. V rámci menstruačního vyloučení vnímáme také jako zásadní otázku důstojné prožívání menstruace, které se neobejde bez včasných, bezpečných a srozumitelných informací v dané oblasti; nedostupnost takových informací vnímáme jako součást procesu menstruačního vyloučení.

Zjednodušeně řečeno, je důležité sledovat menstruaci nejen jako ekonomické téma, ale jako otázku genderové spravedlnosti, která se týká různých skupin, a to včetně romských dívek a žen, dotýká odlišným způsobem v různých sférách života.

Tuto perspektivu dlouhodobě rozvíjí také Genderové informační centrum NORA (GIC NORA), ve kterém je pozornost věnována genderové rovnosti ve vzdělávání i tématům spojeným s reprodukčním zdravím a menstruací. Stejně důležitou součástí práce organizace je podpora romských žen a dívek a reflexe toho, jak se genderové nerovnosti prolínají s etnicitou. Tyto dvě linie, gender ve vzdělávání a prolínání nerovností, se výrazně propojily také ve výzkumné zprávě *Romská žena (2015)*, která se zabývala identitou, stereotypy a společenským postavením romských žen. V oblasti menstruačního zdraví však nadále přetrvává výrazný nedostatek dat, zejména pokud jde o zkušenosti a každodenní realitu romských žen a dívek.

V této zprávě proto rozvíjíme právě tuto opomíjenou oblast; zaměřujeme se na stigma a sociokulturní aspekty menstruace a zkoumáme, jak se projevují v životě romských dívek a žen v Brně. Naším cílem je přispět k prožívání menstruace v důstojnosti a beze studu, posílit

odbornou debatu a doplnit mezeru, na kterou upozorňuje mimo jiné i *Strategie rovnosti, začlenění a participace Romů (Strategie romské integrace) 2021–2030*, jež označuje nedostatek dat o romských ženách za klíčovou překážku při tvorbě efektivních opatření v oblasti prevence genderově podmíněného násilí. (Vláda České republiky, 2021: 81)

## Metodologie výzkumu

Tato kapitola popisuje výzkumný přístup použitý při tvorbě analytické zprávy. Metodologie kombinuje kvalitativní a kvantitativní metody s cílem získat vícevrstevnatý pohled na zkušenosti romských dívek a žen s menstruací, tabuizací a menstruačním vyloučením v brněnském kontextu.

### Výzkumný design

Výzkum byl navržen jako smíšený (mixed-methods) s třífázovou strukturou:

#### 1. Přípravná fáze – expertní rozhovory

Mapování tématu z perspektivy odbornic a odborníků pracujících s romskými ženami a dívkami či věnujících se tématu menstruační chudoby nebo menstruačního a reprodukčního zdraví. Jednalo se o mediátorky zdraví, terénní a komunitní pracovníce, odborníka prevence a odbornice na menstruační chudobu. Všechny zmíněné osoby působí v různých vyloučených lokalitách v České republice.

Cílem daných rozhovorů bylo identifikovat:

- klíčové problémy,
- jazyk, který cílová skupina používá,
- bariéry v přístupu k péči,
- citlivá témata, která vyžadují citlivý přístup.

Tyto rozhovory sloužily jako jeden z klíčových zdrojů pro návrh scénáře následných skupinových a individuálních rozhovorů a dotazníku i workshopových aktivit. Zároveň získané informace posloužily jako podklad pro tvorbu infografik a této zprávy. Rozhovory trvaly 45–90 minut a byly polostrukturované.

#### 2. Kvalitativní fáze – rozhovory

V rámci kvalitativní části výzkumu bylo realizováno šest skupinových a jeden individuální rozhovor. Rozhovory umožnily hlubší porozumění každodenním zkušenostem dívek a žen.

Zaměřily se na:

- přístup k menstruačním potřebám,
- informovanost o menstruaci,
- prožívání první menstruace,
- mezigenerační přenos informací,
- zdroje informací o menstruaci,
- roli mužů a rodinného prostředí,
- zkušenosti a bariéry v rámci využívání gynekologické péče.

Rozhovory byly vedeny v bezpečném a důvěrném prostředí. Tři skupinové rozhovory proběhly s romskými dívkami, které navštěvují NZDM v brněnských vyloučených lokalitách; posloužily jako *zdroj přímých zkušeností* s menstruací a reprodukčním zdravím cílové skupiny. Další skupinový rozhovor měl za cíl zmapovat *mezigenerační dynamiku*

ve vztahu k menstruaci, proto se do ní zapojily ženy zastávající roli matek a babiček. Jeden individuální rozhovor podpořil tyto skupinové rozhovory; romská respondentka, která je ve své rodině matkou a babičkou, doplnila *hlubší vhled do proměnlivých rodinných dynamik a emocí*.

Dva skupinové rozhovory proběhly s pracovníci a pracovníky NZDM, kteří pracují s romskými klientkami a klienty a potýkají se s tématem menstruace a reprodukčního zdraví ve své praxi. Jeden z nich mapoval *zkušenosti dívek*, druhý se zaměřil na *vztah a informovanost chlapců* v rámci vytyčených tématů. Zvláštní zaměření na roli chlapců vyvstalo až v průběhu výzkumu a reagovalo na to, že se toto téma opakovalo v různých částech výzkumu jako *ústřední* v otázce důstojné menstruace a reprodukčních práv. Tyto rozhovory umožnily zjistit *rozšířené trendy*, se kterými se pracující setkávají během přímé práce s romskými dívkami a chlapci, což doplnilo individuální výpovědi a zkušenosti respondentek.

Výše zmíněné rozhovory se navzájem doplňují a umožňují nahlédnout téma menstuačního vyloučení z více stran a perspektiv.

### 3. Kvantitativní fáze – dotazníkové šetření

Dotazník doplnil kvalitativní část o orientační kvantitativní data.

Zaměřil se na:

- zkušenost s první menstruací (věk při první menstruaci, předchozí informovanost o menstruaci, s menstruací spojený rituál),
- emoční prožívání a stigmatizace (pocity spojené s menstruací, obavy z toho, kdo zjistí, že má menstruaci, zkušenost s vynecháváním školy včetně případných důvodů),
- dostupnost menstuačních potřeb a finanční bariéry (typ používaných menstuačních potřeb, zda někdy chyběly kvůli nedostatku peněz, jak často, jak to respondentky řešily),
- znalosti o menstruaci (slova používaná pro menstruaci, informovanost před první menstruací).

Dotazník byl distribuován osobně v NZDM a na základní škole a také online. Dotazníkové šetření zahrnovalo odpovědi 60 respondentek, z nichž 55 žije v Brně a 5 pochází z jiných míst. Ne všechny sady dotazníků však byly vyplněny kompletně. Důvodem mohla být nemožnost odpovědět na některé otázky (například z důvodu, že dosud nemají menstruaci) nebo vynechání odpovědí z neznámých důvodů (povaha dotazníku byla dobrovolná).

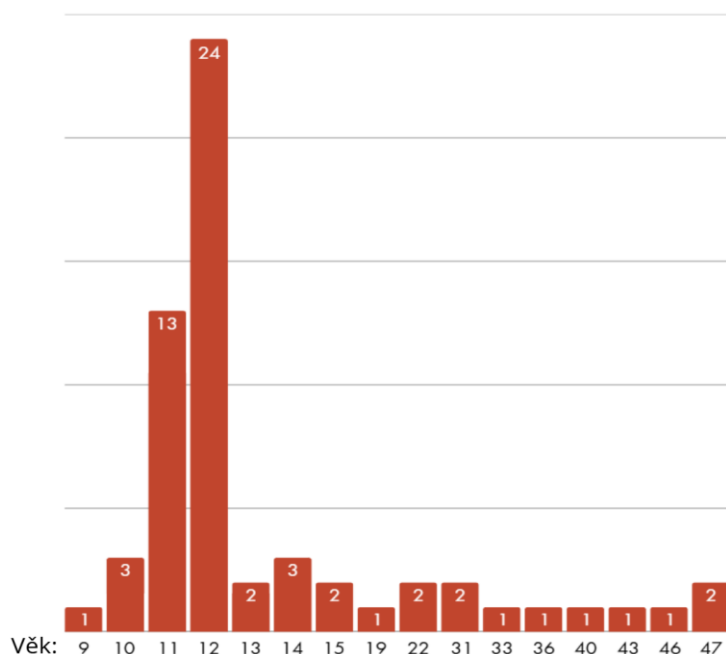
Respondentky jsme oslovily především prostřednictvím různých NZDM a spádové školy v brněnské vyloučené lokalitě a také přes facebookovou stránku ROMKA. Tímto způsobem jsme získaly široké spektrum zkušeností dívek a mladých žen. Většina dotazovaných byly dívky žijící v Brně, což odpovídá účelovému zaměření výzkumu na lokální brněnský kontext.

Dotazník byl vytvořen na základě:

- expertních rozhovorů,
- předvýzkumu,
- konzultace s pracovníci IQ Roma servis.

Dotazník nebyl koncipován jako reprezentativní šetření; jeho cílem bylo zachytit zkušenosti dívek v konkrétním prostředí brněnských vyloučených lokalit. Data tak mají orientační charakter, ale v kombinaci s individuálními, skupinovými a expertními rozhovory významně přispěla k interpretaci kvalitativních zjištění a identifikaci lokálních specifik.

Graf 1: Počet respondentek dotazníkového šetření podle věku (sběr dat GIC NORA 2024-25)



Tři fáze dohromady vytvořily ucelený obraz menstruačního vyloučení, se kterým se potýkají romské dívky a ženy z brněnských vyloučených lokalit.

## Analýza dat a etika

Výzkum byl realizován v souladu s etickými standardy práce s nezletilými a marginalizovanými skupinami. Účast na všech jeho částech byla dobrovolná a účastnice měly kdykoli možnost přestat odpovídat nebo ze skupiny odejít. Veškerá data byla anonymizována a sběr probíhal v bezpečném prostředí, které zohledňovalo věk a životní kontext dívek i žen. Moderátorky dbaly na citlivé facilitování témat spojených s intimním zdravím a používaly jazyk přizpůsobený věku účastnic. Účastnice byly také vždy srozumitelně informovány o tom, jak budou jejich výpovědi využity. Při práci s nezletilými dívkami jsme postupovaly na základě souhlasu zapojených zařízení (NZDM a ZŠ) a respektovaly jejich interní pravidla a etické zásady.

## Stud a stigma ve vztahu k ženskému tělu

Pocit studu vůči vlastnímu tělu lze vnímat jako sdílenou zkušenost, která významně ovlivňuje životy většiny žen napříč společnostmi. Tento pocit studu je často namířen na takové procesy ženského těla, které souvisejí s reprodukcí, mezi které menstruace patří.

Danému tématu se věnuje například Luna Dolezal (2016), která rozpracovává koncept „těla jako místa studu“. Autorka poukazuje na to, že ženské tělo během dospívání často prochází procesem zahanbování. Tento argument podporuje teorii feministické myslitelky Simone de Beauvoir, která popisuje, že běžné tělesné změny, provázející dospívání dívek (první menstruace, růst prsou či sexuální zrání) bývají spojeny s pocity rozpaků nebo hanby (de Beauvoir, 1997 cit. v Dolezal, 2016). Jedním z důvodů výskytu těchto emocí je i to, že se ve společnosti za „běžné“ a „normální“ často považuje mužské tělo. Proces dospívání, do kterého dívky vstupují, obnáší takové změny, které je od této „normy“ vzdalují.

Stereotypy zobrazené v populární kultuře dále upevňují negativní představy o menstruujiících ženách, které jsou často vykreslovány jako emočně nestabilní, fyzicky slabé či dokonce agresivní. Jak vyplývá z výzkumů Chrisler (2002) či Forbes a kol. (2003), menstruujiící ženy bývají označovány za méně atraktivní, „nečisté“ a podrážděné (cit. v Chrisler, 2011), což může vést k tomu, že je jimi opovrhováno, nejsou brány vážně, jejich emoce, myšlenky a potřeby jsou vnímány pouze jako důsledek hormonálních změn. Negativní představy jsou dále posilovány historickými i současnými kulturními a náboženskými představami, v nichž je menstruace chápána jako nečistá nebo znečišťující. To v řadě kontextů vedlo, a někde stále vede, k vylučování menstruujiících z určitých činností, rituálů či dokonce z veřejného a sociálního života (Dolezal, 2016).

Vysokoškolská vyučující psychologie Joan C. Chrisler sdílí svou zkušenost z výuky, během níž naráží na to, že většina lidí má málo informací o ženském reprodukčním zdraví, a to včetně mladých a vzdělaných studujících. Jako jeden ze zásadních důvodů této situace Chrisler vidí ve stigmatizaci daných témat ve společnosti. Menstruace je často považována za něco „nečistého“ či „nepříjemného“. Takový postoj k menstruaci vede k tomu, že se o ní studující i vyučující často zdráhají mluvit, což má za následek snižující se úroveň informovanosti a šíření mýtů. (Chrisler, 2011)

Výše popsané postoje vůči menstruaci a menstruujiícím osobám vedou k tomu, že ženy mohou své tělo vnímat jako zdroj hanby, což ovlivňuje jejich identitu, sebevědomí i každodenní fungování. Chrisler upozorňuje, že stud může vést k tomu, že své tělo neustále pozorují a kontrolují. Tím se snaží docílit toho, aby nebylo poznat, že menstruuji, a aby předešly potenciálnímu „ztrapnění“ (např. kvůli protečení). Toto sebemonitorování může omezovat jejich účast na sociálním životě, profesních a studijních příležitostech i volnočasových aktivitách, jelikož menstruace je v tomto kontextu jedním z velkých zdrojů úzkosti. Zároveň tyto postoje mohou podporovat negativní vztah k vlastnímu tělu a vést k vyhýbání se zdravotním prohlídkám, jež jsou pro dlouhodobé zdraví zásadní. (Chrisler, 2011)

Pocit studu navíc jde za hranice menstruace, nabaluje se i na další procesy spojené s ženskou tělesností a sexualitou. Například ženská touha nebo sexuální potřeby jsou v mnoha společenských kontextech označovány za nevhodné či nepříslušející ženám (Dolezal 2016), za projevení tužeb mohou být ženy zostuzovány (např. označeny jako „dostupné“). Tím se

upevňuje dlouhodobá tradice, v níž je ženskému tělu odepřena možnost mít plnohodnotné a svébytné sexuální touhy a potřeby.

Stud často doprovází i období menopauzy. Ve společnosti, v níž podstatná část hodnoty žen je vnímána skrze jejich reprodukční schopnosti, může přechod do období menopauzy způsobovat v ženách pocit, že přichází o důležitou část své identity. Toto životní období bývá často ve společnosti chápáno jako hranice mezi „ještě mladou“ a „už starou“ ženou. (Chrisler, 2011)

Na druhou stranu může menopauza nést i pozitivní význam a být spojována se zvýšením statusu ženy. Tento pozitivní rozměr vychází z podobného symbolického základu jako ten negativní – menopauza totiž odkazuje ke stáří, které může být vnímáno jako úctyhodné a společensky ceněné. Starší ženy tak mohou získávat respekt jako moudré a vážené členky komunity. Způsoby, jakými je menopauza interpretována a jak jsou vnímány ženy, které jí procházejí, se přitom výrazně liší v závislosti na kulturním a společenském kontextu. (Wood a kol., 2025)

Chrisler dále upozorňuje, že různé reprodukční fáze, kterými ženy mohou procházet (před menstruací, během ní, v těhotenství, při porodu, v období kojení či perimenopauzy), často v očích okolí narušují jejich sociální identitu, tedy to, jak jsou vnímány a hodnoceny v mezilidských vztazích i širším společenském kontextu. Chrisler zdůrazňuje, že toto narušení bývá obzvláště patrné ve vztahu k mužům, kteří mohou ženy v těchto obdobích považovat za méně žádoucí či méně atraktivní sexuální partnerky. (Chrisler, 2011) Takové vnímání má zásadní důsledky. Pokud je ženské tělo posuzováno optikou sexuální přitažlivosti, pak jakákoli jeho proměna, ať už jde o menstruaci, těhotenství nebo menopauzu, může být vnímána jako ztráta hodnoty. Pro mnoho žen to znamená nejen tlak na kontrolu a skrývání mnohých tělesných procesů, ale i obavu z odmítnutí a ztrátu sebejistoty.

Výsledkem výše popsaných společenských představ je, že ženy a dívky mohou získat pocit, že o těchto tématech není vhodné mluvit, tudíž se mohou vyhýbat aktivnímu vyhledávání informací, a nakonec mají menší množství informací o svém těle. Navíc stigma obklopující menstruaci a další procesy související s reprodukcí a sexualitou vytváří zásadní bariéry v přístupu k reprodukčnímu zdraví, což ovlivňuje kvalitu života žen a dívek. Proto je nezbytné, aby byly menstruace, tělesnost a reprodukční zdraví ve vzdělávání i veřejné debatě chápány jako důležité a zcela přirozené součásti lidské zkušenosti. Vyžadují otevřený přístup, dostupné a spolehlivé informace a systematické odstraňování stigmat. Porozumění těmto skutečnostem je zásadní pro rozvoj inkluzivních a citlivých přístupů v oblasti vzdělávání i prevence. Pouze tak lze postupně oslabovat stud a tabu, která ženy omezují a znevýhodňují.

Projevy studu a stigmatizace, popsané autorkami jako Chrisler či Dolezal, nejsou okrajovým ani individuálním jevem. Dotýkají se velké části dívek a žen napříč společenskými skupinami a v mnoha ohledech představují širší vzorec, který překračuje hranice etnicity či socioekonomické situace. Podobné zkušenosti se v různých obměnách objevují i ve výpovědích dívek a žen, s nimiž jsme hovořily v rámci našeho výzkumu.

Je patrné, že určité skupiny žen a dívek mohou být těmito jevy zasaženy výrazněji. Stigma, materiální nedostatek a institucionální bariéry se mohou sčítat a vytvářet prostředí, v němž je menstruace provázena ještě větší nejistotou, ostychem či vyloučením.

## Kupení nerovností a strukturální bariéry romských žen v oblasti menstruačního a reprodukčního zdraví

Zahraniční i české strategie a výzkumy upozorňují, že romské ženy se nacházejí ve zvlášť znevýhodněné pozici, a to v důsledku kupení genderových a etnických nerovností. *European Parliamentary Research Service* (2025) a *European Union Agency for Fundamental Rights* (2019) upozorňují, že romské ženy čelí dvojímu vyloučení – jako ženy a jako příslušnice etnické menšiny. To znamená, že se potýkají s více překážkami oproti romským mužům a oproti neromským ženám například v oblastech vzdělání, zaměstnanosti a zdraví. Tyto nerovnosti se následně propisují i do oblastí menstruace, kde vytvářejí specifické bariéry, které většinová populace nezažívá.

K tomu se můžou navíc přidávat i další roviny, na základě kterých mohou být různé osoby znevýhodněny. Kromě genderu a etnicity jde i o socioekonomickou pozici či věk ovlivňující podobu menstruačního vyloučení například u nezletilých a zletilých, u osob povinných školní docházkou nebo u osob živících rodinu. Je potřeba mít na paměti, že kupení nerovností neznamená jen součet různých znevýhodnění, ale také jejich vzájemné zesilování, které určuje to, jakým způsobem se menstruační vyloučení projevuje u různých osob.

Tyto vrstvené nerovnosti nevznikají jen na úrovni individuálních zkušeností, ale často vyplývají z podmínek, které utvářejí každodenní život lidí. Může se jednat o dostupnost služeb, kvalitu bydlení, infrastrukturu, přístup ke vzdělání atd. Pokud jsou tyto podmínky nepříznivé, promítají se do celé řady oblastí každodenního fungování, kde vytvářejí specifické překážky. Tento soubor vzájemně provázaných systémových omezení označujeme jako strukturální bariéry.

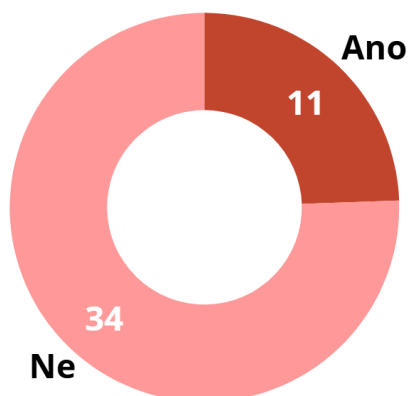
Nejde tedy o individuální volby lidí, ale o rámec, ve kterém se nacházejí a který může některé skupiny systematicky znevýhodňovat a ovlivňovat i to, jakým způsobem mohou prožívat menstruaci a reprodukční zdraví.

Menstruační chudoba a vyloučení se netýká pouze romských žen a dívek. Jak ukazují české i zahraniční výzkumy, nedostupnost menstruačních potřeb a tabuizace menstruace je rozšířená napříč společnostmi, a to v různých podobách (např. Gregorová & kolektiv Sola pomáhá, 2024; Tingle & Vora, 2018; UNICEF & WHO, 2024). Nahlížení menstruačního vyloučení optikou prolínajících se nerovností a strukturálních bariér však umožňuje pochopit, proč se stejné jevy u některých skupin proměňují v mnohem hlubší a komplexnější problém.

Právě romské ženy a dívky z vyloučených lokalit jsou obzvlášť zranitelnou skupinou ve vztahu k menstruačnímu vyloučení. Sociální vyloučení může způsobovat situaci, ve které prožívají materiální nejistotu až deprivaci, omezenou možnost volby či pravidelného nákupu menstruačních potřeb, nedostupné nebo nevyhovující bydlení (např. sdílené koupelny, nedostatek soukromí, nemožnost prádla kvůli absenci tekoucí vody). Genderové normy zahrnující rozšířený kulturní tlak na ženskou tělesnou čistotu mohou vést k většímu pocitování studu ve spojení s menstruací. Tyto faktory se dále násobí etnickými předsudky, prostorovou segregací a nedůvěrou vůči institucím. Ve svém souhrnu tyto faktory vytvářejí prostředí, v němž je přístup k důstojnému prožívání menstruace pro mnohé romské ženy a dívky nestabilní nebo zcela nedosažitelný.

Tento omezený přístup k důstojné menstruaci potvrzují i kvantitativní data z dotazníku GIC NORA. Z vyplněných 45 odpovědí uvedlo 11 respondentek (24,4 %), že jim alespoň jednou chyběly menstruační potřeby z důvodu nedostatku financí. Dále 11 respondentek odpovědělo na četnost nedostatku menstruačních potřeb z důvodu financí: 4 respondentky (36,4 %) uvedly, že jim chyběly opakovaně každý měsíc, 2 (18,2 %) uvedly, že jim chyběly jednou za dva až tři měsíce, ve zbylých 5 odpovědích (45,5 %) respondentky uvedly, že se jednalo o nahodilé situace. (sběr dat GIC NORA, 2024-25)<sup>2</sup>

Graf 2: Odpověď na otázku „Chyběly ti někdy vložky atd. kvůli penězům?“ (sběr dat GIC NORA 2024-25)



Graf 3: Odpověď na otázku „Jak často ti chyběly?“ (sběr dat GIC NORA 2024-25)



<sup>2</sup> Poznámka k označování dat: V textu používáme označení „sběr dat GIC NORA, 2024-25“ jako zkrácený odkaz na primární terénní data shromážděná týmem Genderového informačního centra NORA v rámci projektu „Konec ženských tabu v komunitě Brno“. Toto označení slouží ke stručnému odlišení našich primárních dat od sekundárních zdrojů.

Situace romských dívek a žen se přitom významně liší podle konkrétní komunity, regionu i rodinného zázemí. Na tuto vnitřní různorodost romské populace ve spojení s prožíváním menstruace se zaměřuje následující podkapitola.

## Různorodost romských komunit a zkušeností s menstruací

V oblasti menstruačního vyloučení neexistuje nic jako jednotná „romská zkušenost“. Prožívání menstruace i překážky s ní spojené se výrazně liší podle konkrétní komunity, rodinného zázemí či podmínek, v nichž dívky a ženy žijí.

Nejpočetnější skupinu v Česku tvoří slovenští Romové a Romky. Uvnitř této skupiny existují výrazné rozdíly, zejména mezi jednotlivými regiony, generacemi a rodinami. Najdeme zde lidi žijící v sociálním vyloučení i ty, kteří se profesně a společensky plně začlenili do většinové společnosti. Další významnou skupinu tvoří olšaští Romové a Romky, kteří se tradičně vyznačují uzavřeností komunity a udržováním specifických kulturních zvyklostí. Zároveň se zde udržují i tradiční genderové role, podle nichž ženy pečují o domácnost a děti, zatímco vzdělání dívek bývá často upozaděno. Kromě slovenské a olšašské romské komunity žijí v České republice také menší skupiny maďarských Romů a Romek, Sintů a Sintek a pozůstatky původní české romské komunity tragicky zdecimované během druhé světové války. (Horváthová, 2002: 63-65)

Z výše uvedeného je jasné, že romská populace není kulturně a sociálně jednotná. Liší se úrovní vzdělání, ekonomickými možnostmi, hodnotovými systémy i mírou integrace do většinové společnosti, což může hrát velkou roli v rámci formování zkušenosti s menstruací, menstruačním zdravím, chudobou a vyloučením.

Data, která byla sesbírána, potvrzují rozmanitost zkušeností s menstruačním a reprodukčním zdravím v rámci romské populace. Mediátorky zdraví pracující v odlišných krajích a organizacích sdělovaly různé názory na toto téma. Jedna z mediátorek přibližovala svoje zkušenosti s rozšířenou tabuizací a stigmatizací menstruace, tělesnosti a sexuality *napříč* romskou komunitou a mezi všemi generacemi, což se dle jejích slov projevuje studem mluvit a jednat tak, aby Romky mohly informovaně prožívat svou menstruaci (sběr dat GIC NORA, 2024–25).

Další mediátorka zdraví sdílela jinou zkušenost, a to tu, že se genderová vztahová dynamika dost proměňuje, především mezi *mladšími* generacemi Romek a Romů. Menstruace pro mladé dívky dle její výpovědi představuje téma, o kterém se často baví otevřeně, a to i s muži, kteří se podílejí na menstruačním managementu partnerek např. nakupováním menstruačních potřeb. Stejně tak sdílela, že v romské komunitě probíhá zánik mnohých tradic, které jsou často navázané na tradiční genderové role. Dále pak upozornila, že přístup k tématu menstruace se v jednotlivých rodinách liší, a závisí také na zvyklostech konkrétních romských komunit. (sběr dat GIC NORA, 2024-25)

Mediátorky se však shodly na tom, že i mezi mladými Romkami přetrvává tabuizace sexuality a strach z gynekologických prohlídek, který vede k zanedbávání preventivní péče. Z výpovědi

jedné z mediátorek vyplývá, že vedle studu a obav je mezi dívkami patrná i značná zvědavost a zájem, a to jak o sexualitu (např. jak probíhá první pohlavní styk, zda bolí, kdy je „vhodný“ čas), tak o gynekologickou péči (co se při prohlídce děje, jak probíhá první návštěva). Tento zájem často pramení ze strachu nebo nejistoty, ale zároveň představuje důležitý moment, kdy dívky své obavy pojmenovávají a aktivně vyhledávají informace o těchto tématech.

Tato rozmanitost zkušeností však probíhá v podmínkách, které jsou už samy o sobě strukturálně znevýhodňující, a to zejména v oblasti zdravotní péče, jak ukazuje následující podkapitola.

## Bariéry ve zdravotní péči

Navzdory vnitřní rozmanitosti romských komunit výzkumy napříč Evropou dlouhodobě potvrzují, že Romové a Romky jakožto etnická skupina čelí závažným překážkám v přístupu ke zdravotní péči (Buonsenso a kol., 2025). Tyto bariéry zahrnují zejména ekonomické a geografické vyloučení, jazykové a komunikační překážky, diskriminaci a negativní zkušenosti se zdravotním personálem.

Tato zjištění potvrzuje odborník prevence, který sdělil, že lékaři či lékařky často odmítají Romky na základě jejich etnické příslušnosti, a to kvůli představám (nebo i zkušenostem), že nejsou zodpovědné v otázce svého zdraví. Zároveň zdůraznil i geografický rozměr v rámci přístupnosti lékařské péče – lékařská péče ve vyloučených lokalitách často není, což vyžaduje cestování daleko od místa bydliště. (sběr dat GIC NORA, 2024-25)

Zpráva *Breaking the Barriers – Romani Women and Access to Public Health Care* (2003) poukazuje na to, že romské ženy bývají zdrženlivé v hledání lékařské pomoci v oblasti reprodukčního zdraví až do chvíle, kdy je bolest nesnesitelná.

Tyto závěry potvrzují i data z našeho výzkumu. Mediátorka zdraví uvedla zkušenosti ze své praxe, že lékaři a lékařky jsou občas nepřijemní, používají složitý jazyk, kterému klientky nerozumí, což brání vzniku důvěry; v porodnicích se navíc setkávají s rasismem a diskriminací, například pomluvami, přidělením horších pokojů a dříve i s nucenými sterilizacemi (viz např. Sadílková, 2019). Komunitní pracovnice popsala, že její klientky řeší problémy jako nepravidelnou menstruaci, bolesti nebo výtoky, ale často se neobracejí na odbornou pomoc, protože neznají příčiny svých potíží nebo se obávají kontaktu s lékařským personálem. (sběr dat GIC NORA, 2024-25)

Je patrné, že tato nechuť k vyhledání péče má více příčin. Zpráva *Breaking the Barriers – Romani Women and Access to Public Health Care* (2003) však vyzdvihuje specifické bariéry pro vyhledání lékařské péče v oblasti reprodukčního zdraví romskými ženami, jimiž jsou nedostatek informací o možnostech léčby, nízké povědomí o prevenci, pocity studu a rezignace na vlastní zdravotní potřeby.

Zmíněné bariéry lze shrnout pod pojem **zdravotní gramotnost**, která je v literatuře chápána jako schopnost orientovat se ve zdravotních informacích a využívat je při rozhodování o vlastním zdraví (Příbová a Votinský, 2008; Holčík, 2010 cit. v Vacková, 2019: 243). Jde o dovednost, která zásadně ovlivňuje nejen to, jak lidé rozumějí svému zdravotnímu stavu, ale také to, zda vůbec dokážou zdravotní péči vyhledat a efektivně využívat. Právo na zdraví, jak jej definuje Světová

zdravotnická organizace, zahrnuje „přístup k včasné, přijatelné a cenově dostupné zdravotní péči odpovídající kvality“ (McFadden a kol., 2018: 74). Bez dostatečné zdravotní gramotnosti však toto právo nemůže být plně realizováno – lidé se v systému neorientují, nerozumějí doporučením, cítí nejistotu či stud, a zdravotní péče se tak stává de facto méně dostupnou.

Zdravotní gramotnost není jen individuální schopností, ale jedním z klíčových mechanismů, které rozhodují o tom, zda lidé mohou využít své právo na zdraví v praxi. Zároveň je třeba vnímat zdravotní gramotnost jako *důsledek* strukturálních nerovností (diskriminace, špatná dopravní dostupnost, jazyková bariéra, horší přístup ke vzdělání) a zároveň jako *příčinu* jejich dalšího prohlubování (nižší využívání prevence, horší orientace v systému).

## Menstruační a reprodukční zdravotní gramotnost

Do zdravotní gramotnosti patří i schopnost získat, porozumět a použít informace o menstruačním a reprodukčním zdraví. **Menstruační a reprodukční zdravotní gramotnost** zahrnuje znalosti o fungování reprodukčního systému, menstruačním cyklu, možnostech antikoncepce, prevenci **sexuálně přenosných infekcí** (SPI) atd. Bez těchto informací nemohou dívky a ženy činit informovaná rozhodnutí o svém těle a reprodukčním zdraví, což může narušovat jejich tělesnou autonomii a zamezovat aktivnímu přístupu k vyhledání potřebné zdravotní péče. (Hansen a kol., 2025)

Přístup k informacím o menstruaci a reprodukčním zdraví je výrazně nerovnoměrný. Ovlivňují jej takové faktory jako sociální status, úroveň obecného vzdělání, jazykové dovednosti, dostupnost péče, digitální kompetence, kulturní a náboženské normy, stigma a tabuizace menstruace a sexuality. **Mnohé skupiny žen – včetně migrantek, žen žijících v chudobě, žen se zdravotním znevýhodněním nebo příslušnic etnických menšin – čelí kombinaci bariér, které činí zdravotní informace hůře dostupné, hůře srozumitelné a obtížně uchopitelné pro každodenní praxi.** (Hansen a kol., 2025)

Výzkumy ukazují, že rasové a etnické nerovnosti ve zdraví dopadají nejvýrazněji na ženy (Hansen a kol., 2025: 370). Představa, že všechny ženy sdílejí stejnou zkušenost bez ohledu na věk, kulturu, příjem, místo bydliště či identitu, přehlíží rozmanitost jejich potřeb a realit (tamtéž: 370). Tak například romské ženy, které většinou plní primární pečovatelskou roli v rodinách a zároveň jsou prostřednicemi mezi romskou komunitou a zdravotním systémem, samy zůstávají ve výzkumech týkajících se zdraví a zdravotní péče neviditelné (Földes & Covaci, 2012). Jejich vlastní zdravotní potřeby bývají potlačeny – časově, ekonomicky i symbolicky.

V kontextu menstruace a reprodukčního zdraví mají strukturální bariéry (včetně nízké menstruační a reprodukční gramotnosti) zásadní dopad. Snižují pravděpodobnost, že ženy a dívky budou vyhledávat gynekologickou péči, chodit na preventivní prohlídky či řešit bolestivou nebo nepravidelnou menstruaci. A v neposlední řadě zvyšují riziko, že se k nim dostanou zavádějící informace a že se menstruace stane zdrojem stresu, studu a vyloučení.

Nízká informovanost o sexuálním zdraví je obzvláště výrazná u romských dospívajících. Tato skupina podle dostupné literatury zažívá výrazné bariéry v přístupu k základním a spolehlivým informacím o SPI (European Monitoring Centre on Racism and Xenophobia, 2003: 56). Přístup dospívajících dívek k informacím může být obzvláště ztížen především tam, kde rodinné či

komunitní normy silně akcentují panenství, kontrolu ženské sexuality a přisuzují odpovědnost za sexuální výchovu až rodině partnera (tamtéž). Tato kombinace věku, tabuizace a omezených zdrojů činí dospívající mimořádně zranitelnými jak vůči samotným infekcím, tak vůči jejich rozpoznání a léčbě.

Zkušenosti mediátorek zdraví a komunitních pracovníků potvrzují, že tyto bariéry mají přímý dopad na menstruační a reprodukční zdraví dívek. Mnohé z nich nemají přístup k ověřeným informacím o správné hygieně během menstruace, o cyklu, antikoncepci či prevenci (sběr dat GIC NORA, 2024–25). Konkrétní projevy informačních mezer jako jsou mýty o těle, menstruaci, možnostech otěhotnění, antikoncepci či hygieně podrobně rozpracovávají samostatné kapitoly Proč to tak je: informační vakuum, tabu, a nedostupné zdroje pro chlapce, Mýty a neznalosti: tělo, otěhotnění, panenství a Misinformace v oblasti menstruační hygieny.

## **Společenské normy, kontrola nad ženským tělem a její dopady na reprodukční zdraví**

Genderové normy ve společnosti určují, jak by se „správně“ měli chovat ženy a muži. Na ženy však tyto představy dopadají mnohem silněji. Určují, jak mají působit navenek, jak mají mluvit (nebo mlčet) o sexualitě nebo jak mají naplňovat očekávání rodiny a partnera. Tyto normy často vedou k tomu, že ženská *tělesnost* podléhá větší kontrole, a to především v oblastech reprodukce a sexuality. Kontrola ženské tělesnosti se může odehrávat na individuální úrovni (např. vynucování po ženě sexu ve vztahu) i na institucionální rovině (např. legislativa umožňující či znemožňující přístup k bezpečným interrupcím).

Společenská kontrola ženského těla představuje další strukturální bariéru, která ovlivňuje přístup romských žen a dívek k menstruačnímu a reprodukčnímu zdraví. Zpráva *Breaking the Barriers – Romani Women and Access to Public Health Care* (2003: 56) upozorňuje, že **genderová nerovnost uvnitř romských komunit může omezovat přístup žen ke zdravotní péči a možnost rozhodovat o vlastním těle, o ochraně při pohlavním styku či o užívání antikoncepce**. Případný strach z odsouzení, odmítnutí nebo násilí ze strany partnera či širší rodiny tak může vést k odkládání péče o sexuální a reprodukční zdraví, vyhýbání se preventivním prohlídkám a v důsledku toho k zhoršení reprodukčního zdraví (tamtéž).

Tuto perspektivu podporují i naše zjištění. Terénní a komunitní pracovníce například popisují trend odmítání kondomů ze strany romských mužů a přenechávání zodpovědnosti za ochranu na ženy. Takový postoj ke kondomům jako formě antikoncepce vychází především z neochoty mužů zažívat omezení během sexuálních aktivit. (sběr dat GIC NORA, 2024-25)

Zpráva *European Monitoring Centre on Racism and Xenophobia* poukazuje i na to, že Romky mohou mít obavu navrhnout partnerovi použití kondomu, protože to může být interpretováno jako nařknutí partnera z nevěry nebo jako neochota mít děti v počtu a čase, který očekává muž (2003: 56).

Podle odborníka prevence některé ženy zažívají i to, že jejich partneri jim antikoncepci přímo zakazují – z finančních nebo jiných důvodů. V takových situacích ženy často neužívají žádnou antikoncepci, nebo její užívání před partnerem skrývají (sběr dat GIC NORA, 2024-25).

Genderová dynamika v partnerských vztazích tak sehrává zásadní roli v tom, zda mohou dívky a ženy bezpečně používat antikoncepci a chránit své reprodukční zdraví.

Zjištění však ani v této otázce nejsou jednotná. Některé výpovědi naopak ukazují, že Romové i Romky antikoncepci používají a mají o ni zájem, zejména kvůli prevenci nechtěného těhotenství. Antikoncepci ve formě kondomu často vítají především mladí muži, pokud je snadno dostupná a bezplatná. K hlavním překážkám užívání antikoncepce patří opět finanční náročnost, ale i stud, který může bránit například v nákupu kondomů. (sběr dat GIC NORA, 2024-25)

Otázka kontroly ženského těla se může promítat i do oblasti gynekologické péče. Komunitní pracovnice uvedla, že dívky a mladé ženy často pociťují silný stud a zároveň obavy z návštěvy gynekologie. Jedním z důvodů je strach, že by gynekolog či gynekoložka mohli jejich matce sdělit, že již nejsou panny. K dalším bariérám patří i neochota nechat se vyšetřit mužem-gynekologem, kterou mohou prohlubovat pocity studu i žárlivost ze strany partnera. (sběr dat GIC NORA, 2024–25). O podrobnějších informacích z oblasti zkušeností s gynekologickou péčí se lze dočíst v kapitole Gynekologická péče, věk a zkušenost.

Výše popsané genderové normy vytvářejí prostředí, v němž ženské tělo je předmětem společenské kontroly a očekávání. Tato kontrola se neprojevuje pouze v otázkách sexuality či antikoncepce, ale i v tom, jak mohou dívky a ženy mluvit o svém těle, jak prožívají první menstruaci a zda se cítí bezpečně vyhledat odbornou péči v oblasti menstruačního a reprodukčního zdraví. Stud, ticho a obavy z odsouzení zasahují i oblasti, které by měly být samozřejmou součástí reprodukčního zdraví, například zamezují otevřené komunikaci o cyklu, menstruačních potížích či potřebách souvisejících s menstruací, čemuž se bude věnovat následující kapitola.

K nerovným vztahovým dynamikám se připojuje i nedostatek informací a absence preventivních programů, což napomáhá šíření zavádějících představ o těle, sexualitě a reprodukčním zdraví. Právě otázce (ne)informovanosti a informačních kanálů ve spojení s menstruací a reprodukčním zdravím se bude věnovat následující kapitola.

# Cesty romských dívek k informacím o těle a menstruaci

## Rodinný kontext

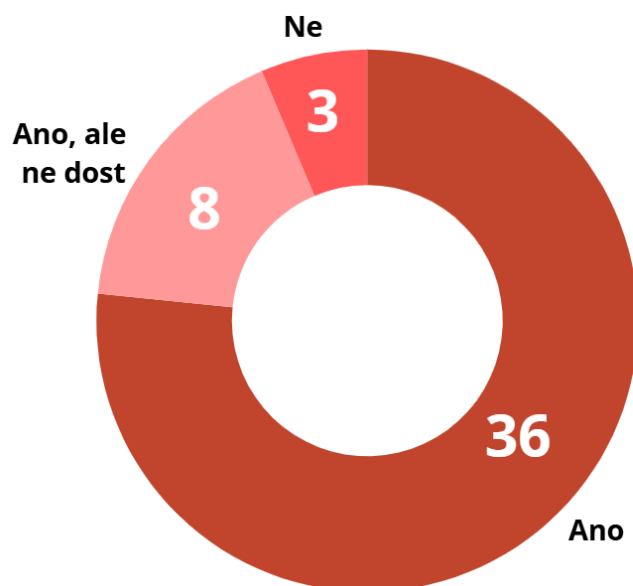
Rodinný kontext hraje v menstruační informovanosti zásadní roli. Data z terénu ukazují, že mnoho dívek dostává klíčové informace až ve chvíli, kdy první menstruaci skutečně zažijí. Téma se v řadě rodin otevírá pozdě nebo vůbec, což potvrzují jak výpovědi mediátorek zdraví, tak zkušenosti sdílené ve skupinových rozhovorech. V kombinaci s tím, že ve škole je téma menstruace opomíjeno, dívky v mnoha případech nejsou připravené na první menstruaci (tzv. menarche) a nevědí, co se jim děje, když ji dostanou. (sběr dat GIC NORA, 2024-25)

V rámci skupinových rozhovorů dívky popisovaly rozmanité zkušenosti, a to především v návaznosti na informovanost. Ty, které disponovaly informacemi o tom, co je menstruace a co mají dělat, až ji dostanou, měly tyto informace hlavně od jiných žen v rodině (babičky, sestry, matky), některé od kamarádek.

Mnoho dívek však nemělo dost informací, některé informace zcela postrádaly a byly během první menstruace zaskočeny, některé i vyděšeny (např. z toho, že mohou vykrváct). V několika případech dívky sdělovaly, že se ostýchaly doptat na potřebné informace v rodině. Rozhovory s romskými ženami i dívkami ukazují, že první zkušenost s menstruací bývá často spojena s nejistotou, která je zároveň často vnímána spíše jako neutrální danost než jako problém. (sběr dat GIC NORA, 2024-25)

Zároveň výpovědi z dotazníku ukazují, že subjektivně vnímaná informovanost o menstruaci je mezi respondentkami poměrně vysoká. Ze 47 odpovědí odpovědělo 36 (76,6 %) respondentek, že o menstruaci věděly dřív, než ji poprvé dostaly. 8 respondentek (17 %) uvedlo, že o menstruaci věděly dřív, než ji poprvé dostaly, ale *ne dost*. A pouze 3 respondentky (6,4 %) odpověděly, že o menstruaci nevěděly, než ji poprvé dostaly. Je však vhodné doplnit, že tyto údaje je třeba interpretovat s opatrností. Významná část odpovědí pochází z jedné základní školy, což může ovlivnit výsledky. Zároveň platí, že dívky mohou subjektivně vnímat, že „měly dost informací“, i když jejich znalosti stále obsahují řadu mýtů a nepřesností, což se ukazovalo například během workshopů. Výsledky je proto vhodné číst tak, že dívky měly nějaké základní informace, ale hloubka i přesnost znalostí se mezi nimi liší a často nejsou dostatečné k tomu, aby předcházely zakořeněným mýtům či nejistotě kolem menstruace.

Graf 4: Odpověď na otázku „Věděla jsi o menstruaci dřív, než jsi to poprvé dostala?“ (sběr dat GIC NORA 2024-25)



Ze skupinových rozhovorů vyplývá, že mnohé dívky od rodinných příslušnic dostaly informace k menstruačním potřebám a k menstruaci samotné bezprostředně po nástupu první menstruace. Konkrétně rodinné příslušnice jim v různé míře vysvětlily, co je menstruace, jak probíhá, a poskytly v dané situaci oporu. (sběr dat GIC NORA, 2024-25)

Ovšem v některých rodinách matky nebo babičky dívek reagovaly pouze prakticky (zajistily menstruační potřeby), ale nevysvětlily, co se děje, což mohlo podpořit pocit nejistoty a ticha kolem menstruace a tělesnosti. (sběr dat GIC NORA, 2024-25)

Mezigenerační přenos tabu se tak často stává součástí ženské socializace, v níž se menstruace chápe jako něco, o čem se nemluví. Nedostatek otevřené komunikace se projevuje také v tom, že menstruace není vždy vnímána jako téma, které vyžaduje pozornost, systematickosti či včasné vysvětlení. Často se k němu přistupuje převážně prakticky – jako k situaci, kterou je třeba materiálně „ošetřit“, až když nastane, nikoli připravovat dívky na tělesné a psychosociální změny předem. Takový přístup odráží celospolečenské nastavení, které pracuje s tichem a tabuizací menstruace, a není jednoduché ho narušit.

Ilustruje to zkušenost jedné respondentky, která popisovala, že ačkoli sama vyrůstala v rodině, kde se o menstruaci či sexualitě téměř nemluvalo, rozhodla se se svými dcerami hovořit otevřeně a s předstihem. S překvapením však zjistila, že její dcery tento přístup nepřevzaly a se svými dcerami téma neotevíraly nebo pouze v omezené míře. Sama tak poskytovala informace i svým vnučkám, které mnohé základní věci nevěděly, přestože již několik let menstruovaly.

*„Děláme občas holčičí a klučičí dny. Jela jsem s těmi mladšími, s třináctiletými, holkami na koupaliště. Začaly jsme se skrze plavání bavit o menstruaci, a tak to pokračovalo: „Babičko, kdy jsi měla děti? Kdy jsi měla měsíčky? A co ti na to říkala mamka, když jsi byla*

těhotná?' A já jsem říkala: ‚Holky, a řekly vám vaše mamky, co to znamená, že máte ty měsíčky?’ – ‚Ne.’

A to bylo hrozným překvapením, protože já jsem s holkami o tom hrozně mluvila. Ty moje s holkami o tom až tolik nemluví. Mě to hrozně mrzí. A já jsem říkala: ‚A řekly vám, že je to tím, že jste zdravé?’ – ‚No, ony říkaly, že to jako patří k tomu, že jsme ženský.’ Já říkám: ‚No ale to, že máte měsíčky’ – protože na to nadávají samozřejmě, že to k ničemu není, že je to otravuje, zvlášť když je léto a tak dále, že je to hrozný – ‚ale to je zaprvé tím, že jste zdravé, a hlavně je to to, že můžete mít děti.’

A ony na mě koukaly. Já jsem říkala: ‚Opravdu vám to mamky takhle neřekly?’ – ‚Ne.’ ‚A jak, babi, máme mít děti?’ – a začaly se tomu smát. Říkám: ‚No holky, dívejte se, když se mě zeptáte na něco normálního a nebudete si ze mě dělat srandu, tak vám na to odpovím. Ale vy víte, jak se dělají děti.’ A ony: ‚Jo, jo, už nám to říkaly holky ve třídě.’

Takže jsme pak o tom mluvily. Ony fakt měly spoustu otázek, takže jsme o tom hodně mluvily. A teprve letos jsem to holkám – svým dcerám – přiznala, že jsem to svým vnučkám vykládala, a byly nešťastné. ‚My jsme jim to mohly říct samy.’ Já říkám: ‚Ale vy jste měly čas. Ony to holky dostaly už...’ – já nevím, třeba jim bylo jedenáct pryč – ‚ale ony ještě ve třinácti furt nevěděly, proč mají měsíčky. Jako sorry.’“ (sběr dat GIC NORA, 2024-25)

Tato výpověď ukazuje, že jednou prolomené ticho nezaručuje, že význam informovanosti a otevřenosti bude automaticky přenesen do dalších generací. Kontinuita mlčení o menstruaci tak může přetrvávat i tam, kde se některé ženy aktivně snaží ji narušit.

Je patrné, že první menstruace je jedním z momentů, kdy se intenzivní pocity studu, nejistoty a očekávání mohou koncentrovat obzvlášť výrazně. Následující podkapitola o tzv. „menstruační facce“ dokreslí rodinný kontext, který může první menstruaci doprovázet a může se podílet na tom, jak je menstruace (a s ní související změny) dívkami chápána a prožívána.

## „Menstruační facka“ při první menstruaci: různorodé praxe, významy a zkušenosti

První menstruace je v některých romských rodinách doprovázená úkonem, při kterém dívka dostane jemný nebo silnější dotyk či facku do tváře od nejstarší (nebo jiné) ženy v rodině. Neexistuje pro něj jednoznačné označení – někdy se mu říká „facka“ nebo „políček“, jindy jde spíše o symbolické gesto (například „štípnutí do tváře“). V této zprávě používáme souhrnný termín „menstruační facka“ (angl. *menstrual slap*), který vychází z terminologie používané v mezinárodní odborné literatuře. Zvolili jsme jej proto, že přesně odkazuje ke *specifickému kontextu*, v němž je daný úkon prováděn – tedy k první menstruaci. Uvědomujeme si, že pro řadu žen a dívek nemusí být slovo „facka“ přesné ani komfortní, a že samo o sobě nese významové zatížení. Používáme jej však jako *zastřešující označení* pro různé podoby tohoto gesta (od velmi jemných, symbolických dotyků až po silnější údery), abychom zachytily, že různé podoby tohoto gesta sdílejí významový a situační kontext, i když se mohou lišit svou podobou a intenzitou.

„Menstruační facka“ lze v určitém ohledu přirovnat k tradici velikonočního šlehání pomlázkou, do níž je obdobně zapojeno fyzické násilí nebo jeho pouhý symbolický náznak. V obou případech se praxe výrazně liší svou podobou, intenzitou i významem, který jí jednotlivé osoby přikládají – od vědomě symbolického gesta až po fyzicky bolestivý zásah, případně mechanické opakování zvyku bez jasného porozumění jeho smyslu.

Podle výzkumu Češi a Velikonoce 2023 realizovaného agenturou NMS Market Research nemá šlehání pomlázkou rádo přibližně 80 % žen, přičemž polovina z nich tradici sice odmítá, ale přesto ji dodržuje, zatímco 32 % se jí aktivně vyhýbá. Na druhou stranu tuto tradici má rádo 20 % dotázaných žen. Nejčastěji si ženy s pomlázkou spojují bolest (44 %), modřiny (25 %) či pocity bezmoci a ponížení (20 %), zatímco zhruba čtvrtina žen neuvádí žádnou negativní zkušenost. (Lakatošová, 2023)

Podobně i v této zprávě mapujeme rozmanitost praxe, postojů a emocí vztahujících se k „menstruační facke“ od jejího chápání jako symbolického rituálu až po zkušenosti, v nichž je prožívána jako nepříjemná či zraňující.

## „Menstruační facka“ v odborné české literatuře

Na dotaz výzkumnice GIC NORA zaměřený na historické a kulturní kontexty „menstruační facky“ **Muzeum romské kultury** (MRK) uvedlo, že fenomén není v odborné literatuře zcela neznámý, avšak jeho výskyt je zaznamenáván pouze sporadicky. V rámci odborné diskuze nad tématem se výzkumnice z GIC NORA a z MRK shodly, že to může souviset s dlouhodobou stigmatizací menstruace jako „nevhodného“ nebo „soukromého“ tématu. Absence záznamů proto nemusí znamenat, že fenomén neexistoval, spíše odráží normy toho, co bylo považováno za vhodné dokumentovat.

Nicméně MRK identifikovalo několik vzácných písemných zmínek o této praxi. Jednou z nich je stať Markéty Hájkové *Rodina a zvyky slovenských Romů usazených v České republice* (2001), v ní autorka uvádí, že facku měla dát první žena, která zjistila, že dívka menstruuje, přičemž gesto mělo zajistit „krásu, dlouhou mladost a odolnost do života“. Hájková však neuvádí konkrétní pramen.

Parafráze uvedeného primárního zdroje MRK identifikovalo také v bakalářské práci *Přechodové rituály v rámci romské rodiny* (Kožíšková, 2013). Autorka zde interpretuje Hájkovou a uvádí:

*„Bývalo zvykem, že první žena, která přišla na to, že má dívka poprvé menstruaci, byla povinná jí dát takovou facku, aby měla do zbytku dne červenou tvář, to mělo zaručit dívce krásu a dlouhý život. Dívka bývala v tomto období hlídána rodiči, aby nedošlo k zneuctění“ (Kožíšková, 2013 cit. v Hájková, 2001: 132).*

Druhou bakalářskou prací, na kterou výzkumnice z GIC NORA Muzeum romské kultury odkázalo, je *Přechodové rituály v romské kultuře* (Balogová, 2021). Autorka v ní parafrázuje autobiografickou knihu Eleny Lackové *Narodila jsem se pod šťastnou hvězdou: Uliřom tel bachtalil čercheň*. Tento literární pramen představuje další z mála dostupných zdrojů, který popisuje daný úkon podrobněji.

*„Ve chvíli první menstruace se z holčičky stala dívka, z čhajori se stala čhaj. Odloučila se tak od společnosti ostatních holčiček a začlenila se do společnosti žen, ve které pro ni platila nová pravidla. Když dívka poprvé menstruovala, první žena v rodině, která na to přišla, jí musela dát takovou facku, aby měla celý den červenou tvář. Věřilo se, že děvčátko bude pak hezké, dlouho mladé a především odolné pro život. Lacková ve své knize uvádí, jak se stala čhaj z ní: ‚No, a ze mě se také jednoho dne stala dívka. Přišla na to má maminka. Vejdu takhle do kuchyně, tatínek seděl u stolu, maminka vařila. Uviděla mě, odskočila od plotny a vlepila mi takovou facku, že jsem se zapotácela. Tatínek vyskočil: ‚Proč ji biješ! Zbláznila ses? Co udělala?‘ Maminka se jenom smála: ‚Však ona ví proč!‘ Tatínek nic nepochopil a maminka mu to vysvětlit nemohla, protože by to byla hanba.‘ Od této chvíle se dívka musela začít jinak chovat. Již nesměla běhat sama po osadě, jak se jí zachtělo – čhaj totiž nesměla ani na krok z domu sama, vždy s ní musel jít někdo z rodiny, alespoň nějaké dítě. Celá osada dávala pozor na to, aby se tak žádná čhaj neprohřešila proti cti. Jakmile se usmála na nějakého chlapce, hned na ní šel někdo žalovat domů, že má pirana (milého).“ (Balogová, 2021 cit. v Lacková, 2002)*

Ačkoli dostupná literatura nedovoluje odhadnout historickou rozšířenost této praxe, lokální data týmu GIC NORA ukazují, že rozhodně nejde o ojedinělý či vymizelý jev.

### **„Menstruační facka“ v zahraniční literatuře a praxi**

Ačkoli se úkon „menstruační facky“ v českém kontextu objevuje převážně v souvislosti s romskými rodinami, dostupná antropologická literatura naznačuje, že nejde o praxi, která by byla výlučně romská. Podobné formy „menstruační facky“ či symbolického dotyku, doprovázejícího první menstruaci, jsou popisovány v různých evropských a blízkovýchodních komunitách, například mezi židovskými, tureckými, řeckými či litevskými ženami, ale i ve venkovských částech východní Evropy obecně. (Houseman, 2009; Dammery, 2016)

V těchto kontextech jde zpravidla o krátké gesto, které je předáváno spíše jako tradice nebo zvyk než jako ritualizovaný akt s pevně sdíleným významem. Antropologické výzkumy ukazují, že interpretace se výrazně liší.

Podle Housemana (2009) je menstruační facka v rámci židovské kultury někdy chápána různě od „probuzení ženství“, přes gesto pro štěstí, po navrácení krve zpět do tváří, v některých případech je pojat jako samozřejmost, kterou není potřeba interpretovat a chápat (jde o tradici, která se jednoduše dělá). Uskul (2009 cit. v Dammery 2016: 34) ve výzkumu z Turecka uvádí, že tento úkon nepracuje s jednoznačným kulturním významem. V některých rodinách má dodat dívce „barvu do tváří“, jinde je chápán jako symbolické napomenutí či „potrestání“ dívky za to, že vstupuje do ženské role. Napříč popisy se ale ukazuje, že bez ohledu na interpretaci představoval tento rituál spíše další zdroj stresu a zmatku, zvláště pro velmi mladé dívky, které by naopak potřebovaly podporu a ujištění.

Slovenská studie Křížánové (2024) zaměřená na menstruační zkušenost a praxe spojené s první menstruací u mladých Romek na Slovensku uvádí, že část respondentek popsala zkušenost s fackou po první menstruaci. Význam „menstruační facky“ dívky vnímaly skrze dodání krásy a také odvahy, aby se menstruace nebály. Většina respondentek však tuto praxi nezažila, což znamená, že nejde o jednotně přítomný zvyk napříč romskou komunitou na Slovensku.

Celkově tedy dostupné zdroje ukazují, že tradice nebo zvyk „menstruační facky“ existuje napříč kulturami, ale mají velmi variabilní význam, který se často nepředává systematicky a není pevně zakotven v širší rituální tradici.

### Význam „menstruační facky“: zkušenosti respondentek

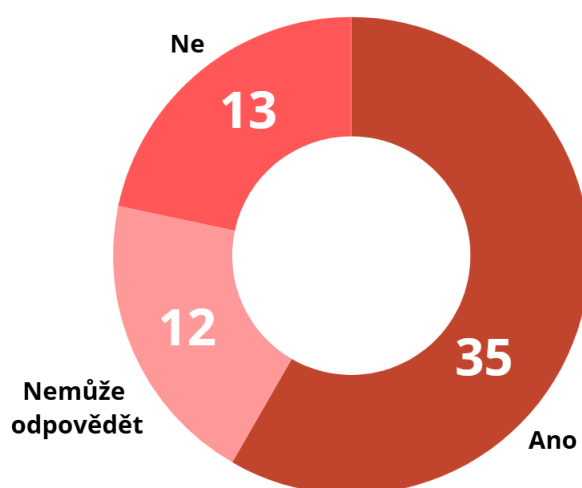
Vzhledem k výše popsané variabilitě praxí a významů byla naše dotazníková otázka vztahující se k osobní zkušenosti romských dívek a žen s „menstruační fackou“ formulována široce: „**Když jsi to dostala poprvé, dostala jsi od někoho z rodiny facku (nebo něco podobného, např. štípanec do tváře)?**“

Z dotazníkového šetření vyplynulo, že „menstruační facku“ zažila značná část dívek napříč věkovým spektrem. Z celkových 60 respondentek uvedlo:

- 35 dívek a žen, že úkon zažily,
- 13 jej nezažilo,
- 12 jej nemohlo posoudit, protože ještě nedostaly první menstruaci.

Odpověď „ano“ zazněla u dívek ve věku přibližně 9 až 40 let, přičemž nejmladší věkové kategorie jsou zastoupeny vyšším počtem zejména proto, že velká část dotazovaných pocházela ze základní školy. Vzhledem k tomu, že dotazník byl cílen na dospívající dívky, nelze vyvozovat generační trend ani tvrdit, že by tento úkon byl typičtější pro určitou věkovou kategorii. Data zachycují limitovaný vzorek a různorodé životní zkušenosti, nikoli celkovou situaci v romské populaci.

Graf 5: Odpověď na otázku „Když jsi to dostala poprvé, dostala jsi od někoho z rodiny facku (nebo něco podobného, např. štípanec do tváře)?“ (sběr dat GIC NORA 2024-25)



Expertní a skupinové rozhovory naznačují, že tato tradice v mnohých rodinách zaniká. Především mladé dívky potvrzovaly, že ji nezažívají, některé o ní dokonce nikdy neslyšely. Jiné jej však popisují jako živý zvyk.

V dotazníku jsme se respondentek, které „menstruační facku“ zažily, ptaly na její význam otázkou: **„Proč se podle tebe někdy dává facka u první menstruace a co si o tom myslíš?“**

Odpovědi ukazují výraznou různorodost interpretací. Nejčastěji se objevovala představa, že jde o gesto spojené se symbolickým přechodem do role ženy („už jsi žena“, „aby věděla, že už není holčička“). Další skupina odpovědí odkazovala na tělesný nebo zdravotní význam („aby byla zdravá“, „aby nebyla postižená“, „aby byla silná při porodu“).

Tato škála interpretací se objevovala i v rozhovorech.

*„A vlastně ta facka se dává, aby jako věděla, že je tou ženou, aby se jako probudilo v ní to ženství, nebo že už není dítě, že už je to žena, tak jako jo, aby se probrala tak jako.“* (sběr dat GIC NORA, 2024–25)

*„Aby holka měla růžové tváře, aby si uvědomila, že už je žena, že může mít děti.“* (sběr dat GIC NORA, 2024–25)

Část respondentek pak uváděla, že se facka dává proto, že „se to prostě dělá“ nebo že jde o „zvyk“, jehož význam neznají. Z dotazníku vyplývá, že 8 z 35 dívek, které „menstruační facku“ zažily, neznalo její důvod. Neznalost významu se objevovala také ve skupinových i individuálních rozhovorech.

*„Jako já nechápu, na co to má být. Některý kámošky facku dostaly, u nás doma teda ne, ale nechápu, proč to je.“* (sběr dat GIC NORA, 2024–25)

*„[respondentka 1] Obě jsme to dostaly, já i dcera. Nevím proč, prostě se to dělá.  
[respondentka 2] Ani jsem nad tím nepřemýšlela, proč jako.  
[respondentka 1] Já taky ne. Prostě se to dělá.“* (sběr dat GIC NORA, 2024–25)

*„Takže u nás je takový rituál. Maminka babičce řekla ‚hele, ona má měsíčky‘. Nevím teď, jestli použila slovo měsíčky, vůbec nevím, nějaké slovo použila. Jsem z toho byla celá vedle. A babička přišla a dala mi facku. [...] Já jsem vůbec nevěděla, co se děje proč nebo co. [...] Babička to na mě viděla, že maminka se mnou o tom nemluvila. Tak mě jako vysvětlila, že teď už jsem žena, protože mám ty měsíčky, takže teďka to budu mít každý měsíc a že takhle to prostě budu mít pořád a že už jsem jako žena. Ale pak už žádné informace k tomu jako fakt nebyly.“* (sběr dat GIC NORA, 2024–25)

Další perspektivu přináší výpověď ženy, která tento úkon odmítá označovat jako „facku“ a dokonce se proti takovému pojmenování přímo ohrazuje. Podle jejího popisu nejde o projev agrese ani šikany, ale o starý rodinný zvyk, který měl symbolicky připomenout, že se dívčí tělo mění, že vstupuje do nové životní etapy a že se z ní stává mladá žena. Dále popisuje, že v její rodině bylo důležité o menstruaci otevřeně mluvit, aby se předešlo strachu a stresu, čemuž napomáhal tento úkon, který sloužil jako brána k zahájení diskuze. Zmiňovala, že se s dcerou snažila o klidný, podpůrný přístup, kdy její první menstruace sloužila jako příležitost k rozhovoru a společné oslavě. (sběr dat GIC NORA, 2024–25)

Tato výpověď ukazuje, že některé rodiny pojmají tento úkon nejen jako symbolický přechod do nové životní role, ale také jako moment, který může dívce přinést první informace o menstruaci a vytvořit prostor pro pozitivní, někdy až slavnostní rámování menstruace. „Menstruační facka“ tak

nemusí být myšlena jako fyzický trest, ale může být zasazená do podpůrného a edukativního kontextu.

V některých případech je však „menstruační facka“ interpretována jako výstražné či varovné gesto, díky kterému si dívka uvědomí, že si má dávat pozor, aby neotěhotněla. (sběr dat GIC NORA, 2024–25)

Je tedy patrné, že jak první menstruace, tak i samotná „menstruační facka“ jsou kontexty, v nichž se projevuje postoj rodiny k procesu dospívání a k proměňující se roli dospívající ženy, který může být velmi rozmanitý. Například studie Rodríguez-Camacho a kolektivu (2021) uvádí, že první menstruace pro mnohé romské dívky představuje moment, kdy se proměňuje jejich sociální pozice – z dítěte se stávají potenciálními matkami, což s sebou nese nové odpovědnosti a nová očekávání. Na druhou stranu text mapuje i takový přístup, kdy matky poskytují dcerám prostor pro prožívání procesu dospívání jako samostatné a plnohodnotné fáze života. Takový přístup k období dceřiného života, které je zahájeno první menstruací, nazývá poskytováním „práva být dívkou“ (v angličtině *right to girlhood*). Tento přístup uznává přechodnou fázi mezi dětstvím a dospělým ženským, v němž první menstruace nemusí znamenat zahájení přípravy na tradiční ženskou roli matky a manželky. V tomto kontextu **dospívání je matkou vnímáno jako plnohodnotná fáze života se svou vlastní dynamikou**, kdy si dcera může prožít a užít zbytek dětství, pubertu, vztahy, vzdělání a *postupně* dospět do ženství.

Podobně i odpovědi v návaznosti na téma „menstruační facky“ ukazují, že význam a praxe úkonu není jednotná ani pevně zakořeněná a zároveň odráží odlišné postoje vůči menstruaci a dívčí roli. Zároveň tato variabilita potvrzuje, že nejde o jednoznačně sdílenou tradici, ale o praxi, jejíž význam je formován zejména rodinným a lokálním kontextem.

## Emoční a vztahové dopady na dívky

Abychom zmapovaly emoce dívek a žen ve vztahu k „menstruační facke“, jsme se respondentek v dotazníku ptaly i na otázku: „**Pokud jsi facku dostala, jak ses u toho cítila?**“

Z odpovědí vyplývá, že pro část respondentek byl úkon „menstruační facky“ provázen silnými emocemi. Ze skupiny osmi respondentek, které uvedly, že neznaly jeho důvod, dvě popsaly bezprostřední negativní reakci („špatně, nečekala jsem to“; „nechácala jsem proč a myslela jsem, že jsem něco provedla“). Další čtyři respondentky, které tradici znaly nebo o ní měly alespoň povědomí, přesto uvedly nepříjemné pocity („styděla jsem se“, „špatně“, „zabolelo to“, „smála jsem se i brečela“). (sběr dat GIC NORA, 2024–25)

V dotazníku uvedlo dalších pět respondentek jako reakci smích, což však nelze automaticky považovat za pozitivní reakci (sběr dat GIC NORA, 2024–25). V kontextu intimity může být smích výrazem nervozity, studu, rozpaků nebo sociálního napětí.

I v osobních rozhovorech některé dívky a ženy, které zažily „menstruační facku“, popisovaly negativní emoce, které následovaly po tomto aktu (sběr dat GIC NORA, 2024–25). Celkově z odpovědí i z dostupné literatury vyplývá, že tento úkon může, zvláště tam, kde není vysvětlen, nabývat podob, které pro dívky působí matoucím či stresujícím dojmem, a může postrádat rituální rámeček a informační hodnotu.

Tato poznání podtrhují, jak zásadní roli hraje otevřená komunikace a informovanost o menstruaci, obzvláště v okamžiku první menstruace. Přechodové momenty v dospívání mohou být pro dívky bezpečnější a méně zatěžující tehdy, když je doprovází srozumitelný kontext, předvídatelnost a možnost porozumět tomu, co se děje. Z výpovědí vyplývá, že tam, kde byla „menstruační facka“ zasazena do rámce péče nebo symboliky dospívání, dívky jej často chápaly jako součást podpůrného vztahu. Tam, kde však chybělo vysvětlení, působil úkon spíše jako náhlý a často vyvolal v dívkách nejasnost či napětí.

Toto napětí je patrné i z několika výpovědí, kdy dívky vztahovaly negativní emoce a rozpaky k osobě, která byla strůjkyní úkonu. Pro některé tento akt představoval nečekaně hrubé gesto, které podkopalo důvěru a blízkost. Pokud dívky dostaly větší facku, některé sdílely pocity křivdy vůči jiným dívkám, kterým se nečekaně hrubý projev vyhl.

*„A já jsem babičku strašně milovala. Ona byla hrozně hodná. A já jsem vůbec nechápala, co se děje. Ale babička mi dala takovou jako facku, nevím takovou jako fakt jemně, a moje sestra byla naštvaná, že ona dostala větší od tety, tak mi chtěla dát taky facku, ale to maminka už nedovolila.“ (sběr dat GIC NORA, 2024–25)*

*„Dcera facku teda ode mě nedostala, ale dostala ji od mé sestry, protože říkala, že musí. [...] A moje dcera od té doby vždycky, když moji sestru viděla, tak byla naštvaná.“ (sběr dat GIC NORA, 2024–25)*

*„Já jsem tu facku dostala. Ségru to ještě čeká. Chtěla bych jí to dát já, ale nevím, jestli budu moct.“ (sběr dat GIC NORA, 2024–25)*

Tyto reakce lze interpretovat také prostřednictvím teorií, které popisují, jak se genderové normy a způsoby jejich prosazování předávají uvnitř stejné sociální skupiny. Výzkumy ukazují, že lidé mají tendenci srovnávat se především s těmi, kdo jsou jim sociálně nejbližší (Crosby, 1976; Walker & Smith, 2002 cit. v Bearman a kol., 2009: 16). *„V důsledku toho máme větší tendenci cítit zášť a soupeřit s těmi, kteří jsou jen mírně zvýhodněni oproti nám, a zároveň natolik podobní, že se vůči nim nabízí sociální srovnání.“ (tamtéž)*

Ve vztazích mezi ženami v kontextu daného úkonu to může způsobit, že i drobné odchylky (například rozdílná intenzita „menstruační facky“) nabývají na významu. Pocity křivdy, které některé dívky popisují, tak často nesměřují k samotné tradici, ale k osobě, která úkon provedla, nebo k jiné dívce, která byla „zvýhodněná“ tím, že dostala slabší či žádnou „menstruační facku“. Tyto reakce ukazují, že dívky své zkušenosti poměřují především v rámci vlastní rodiny a ženského kruhu, kde se vytváří prostor pro drobné formy rivality či zahořklost.

Starší ženy – matky, tety či sestry – během první menstruace často nevystupují pouze jako zdroj podpory, ale i jako osoby, které v rodině udržují kontinuitu představy o tom, jak má dospívající dívka chápat své tělo, odpovědnost a roli v rodině. Jemnější formy sociální kontroly (např. nová očekávání, upozornění ve vztahu k tělesným a sociálním proměnám) se tak v některých rodinách propojují s fyzickým gestem, jehož účel je mnohdy nejasný i těm, kdo jej předávají. V důsledku mohou ženy (často nevědomky) reprodukovat i takové prvky, které jsou pro dospívající dívky emocionálně zatěžující. „Menstruační facka“ se pak stává situací, v níž se prolíná péče s prvkem sankce.

V širším kontextu ženské socializace lze tento rozměr chápat jako jemnou, často nepřiznanou formu vnitroskupinového napětí, která vzniká tam, kde se prolínají podporující role s rolemi normativními. Tradice „menstruační facky“ tak není pouze kulturním rituálem, ale také situací, kde se ukazuje, jak se normy o ženskosti a dospívání předávají v prostředí, které je zároveň zdrojem opory i místem nerovností. Porozumění tomuto mechanismu je důležité proto, že pomáhá zachytit komplexitu vztahů žen mezi sebou – vztahů, v nichž se péče, uplatňování norem i porovnávání mohou odehrávat současně.

## Shrnutí a implikace pro praxi

Současně výsledky potvrzují, že nejde o normu celé romské populace ani o jednotnou kulturní praxi. Právě tato kombinace výrazné variability zkušeností a nejasného významu ukazuje, že jde o jev, který není v českém prostředí dostatečně popsán ani monitorován. Data nicméně naznačují, že nejde o ojedinělost, a proto je důležité jej reflektovat ve vzdělávací, sociální i zdravotně-osvětové práci, aby byl vytvářen bezpečný prostor pro informované a nenásilné prožívání první menstruace.

## Sít' neformálního učení: kamarádky, internet, služby

Přestože rodina je důležitým aktérem při prožívání menstruace během dospívání, a to minimálně v praktických otázkách zajištění menstruačních potřeb, data z rozhovorů ukazují, že **hlavním zdrojem informací o menstruaci nejsou školy ani rodina, ale vrstevnice**. Sociální pracovníce sdělují, že se dívky o menstruaci baví hlavně mezi kamarádkami a hledají informace na internetu, „z rodiny nevědí povětšinou nic praktického“ (sběr dat GIC NORA, 2024-25).

Data zároveň ukazují, že vedle vrstevnic a rodiny hrají důležitou roli i sociální sítě, což zaznělo ve výpovědích sociálních pracovníků, romských dívek a žen (sběr dat GIC NORA, 2024–25). Internet jako zdroj informací je však dvojsečný, může být užitečný, ale stejně tak může napomáhat šíření mýtů a nerealistických očekávání. Bez kritického vzdělávání, které by dívkám pomohlo rozlišit mezi spolehlivými a nespolehlivými zdroji, zůstávají zranitelné vůči zavádějícím informacím a mýtům.

Pozitivním příkladem informačního kanálu mohou být NZDM, která poskytují informace o dospívání včetně témat menstruace, sexuality, tělesnosti a reprodukčního zdraví v rámci skupinových vzdělávacích akcí, individuálních konzultací, cílené edukaci spojené s poskytnutím materiálů zaměřených na snižování rizik (kondomy, menstruační potřeby). Zároveň v rámci těchto sociálních služeb pracující přispívají k destigmatizaci daných témat mezi dospívajícími. Sociální pracovníci popisují, že se klienti a klientky služby postupně učí otvírat daná témata a ptát se na otázky, o kterých nemají ve zvyku mluvit. (sběr dat GIC NORA, 2024–25)

Data nasvědčují, že dostatečná informovanost má pozitivní vliv na prožívání menstruace dívkami. **Nedostatečná informovanost na druhou stranu nezasahuje pouze do otázky jejich zdraví, ale také vytváří emocionálně zatížený stav, který formuje vztah dívek k vlastnímu tělu** a je doprovázen pocitem zmatku, strachu, špinavosti a nejistoty. Nedostatek věcných informací zároveň ústí v to, že oblast menstruace a reprodukce je obklopena mýty a mezerami.

## Jak ticho formuje prožívání dívčího dospívání?

### Zaměřeno na menstruaci, tělesnost a reprodukci

Situace, kdy dívky samy musí vyhledávat informace, čerpat z více zdrojů, a to často až po nástupu menstruace, vytváří prostředí, v němž dochází k informačním mezerám a k šíření mýtů. Sociální pracující zmiňují, že dívky často nerozumí základním biologickým procesům, nevědí, proč krvácejí, nemají povědomí o průběhu menstruačního cyklu nebo mají zakořeněné mýty o nemožnosti otěhotnět během menstruace, případně nejsou informovány o tom, že menstruace a možnost otěhotnění spolu souvisí (sběr dat GIC NORA, 2024–25).

V průběhu realizace workshopů jsme narazily i na další mezeru v znalostech o fungování ženského těla, konkrétně na neznalost, že urogenitální oblast obsahuje nikoli jeden, ale dva otvory, které plní odlišné funkce – jeden slouží k vylučování moči a druhý k menstruačnímu krvácení. V důsledku této neznalosti některé měly zkreslené představy o používání menstruačních potřeb, které se zavádějí dovnitř vagíny (např. měly pocit, že tampon může nasáknout močí, a proto je třeba ho před vykonáním malé potřeby vyndat). Tuto představu dle výpovědí sociálních pracujících často sdílejí i chlapci. Dalším rozšířeným mýtem spojeným s tímto typem menstruačních potřeb je přesvědčení, že jejich používání vede ke ztrátě panenství, což mnohé dívky odrazuje od toho si je zvolit. (sběr dat GIC NORA, 2024–25)

Tyto mylné představy přímo ovlivňují rozhodování dívek o tom, jak budou svou menstruaci prožívat.

Závěry z rozhovorů a workshopů zároveň ukazují, že informace dívky rády přijímají. Například dívky, které mají možnost si prohlédnout, osahat a vyzkoušet různé menstruační potřeby v bezpečném prostředí, kladou mnoho otázek a projevují zvědavost, i když ve mnohých to stále vyvolává stud a odpor. (sběr dat GIC NORA, 2024–25)

Nicméně taková reakce je během dospívání u tak intimního a tabuizovaného tématu přirozená, přesto je překonatelná. Právě tato zkušenost ukazuje, že citlivá, srozumitelná a cílená edukace může zásadně snížit informační mezery i šíření mýtů.

### Zaměřeno na menstruační hygienu

Další oblast, na kterou dopadá nedostatečná informovanost, je menstruační hygiena. Některé dívky nevědí, jak často mají měnit vložku nebo tampon, jiné nemají představu o existenci různých typů menstruačních potřeb. Vztah k hygieně je mezi dívkami formován i obavou z toho, že na nich bude poznat, že menstrují. Tento dojem potvrzují i kvantitativní data: 18 z 46 respondentek uvedlo, že se během menstruace cítí „špinavé“, což výrazně přispívá k jejich nejistotě ohledně vlastního těla i hygienických návyků. Mediátorka zdraví uvádí, že představa, že jsou během menstruace nečisté, může vést až k sociální izolaci Romek. (sběr dat GIC NORA, 2024–25)

Podobná zjištění vyvstávají i ze skupinových rozhovorů. Dívky a ženy napříč generacemi se často shodovaly na tom, že nedostatečná hygiena během menstruace (a hlavně zápach, který z ní vyplývá) je ostudná.

*„Měla jsem strach, že někdo zjistí, že menstruuju. Že si třeba všimne nějakého zápachu a bude jasné, že jsem to já.“ (sběr dat GIC NORA, 2024-25)*

Z tohoto důvodu se dle výpovědí mediátorky zdraví a komunitní pracovnice dívky hodně často sprchují během menstruace a kvůli přístupu ke sprše můžou během menstruace preferovat zůstat doma.

Sociální pracovnice zároveň upozornily, že řada dívek používá klasická parfemovaná mýdla na intimní oblast, protože se obává, že samotná voda „nebude stačit“ nebo že bude menstruace cítit a zároveň nemají povědomí a/nebo finance na speciální mycí prostředky na intimní partie (sběr dat GIC NORA, 2024–25). Tato praxe, zvláště v kombinaci s častým mytím, může narušovat přirozené prostředí oblasti genitálií a mít nepříznivé dopady na intimní zdraví.

Na druhou stranu se během výzkumu vyskytl i opačný vzorec, tedy zkušenost sociální pracovnice s tím, že se dívky vyhýbají vodě během menstruace, a to jak koupališť, tak i sprchy či vany, protože to během periody považují za nezdravé.

*„Je to jako když jsou nachlazené, taky se tak často nesprchují.“ (sběr dat GIC NORA, 2024–25)*

Z této odpovědi vyplývá, že některé dívky mohou spojovat menstruaci s narušením správného tělesného fungování. Menstruace tak není vždy vnímána jako přirozená součást života, ale jako dočasná a zároveň každý měsíc opakovaná „tělesná porucha“, což lze vnímat jako jeden z projevů menstruačního stigmatu.

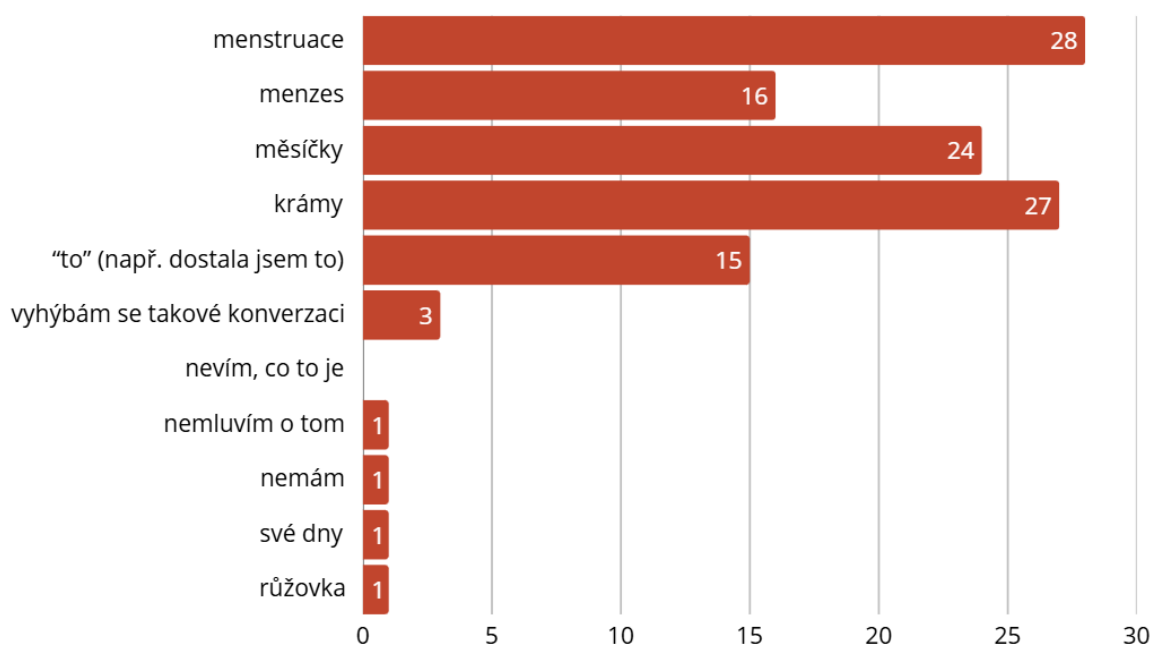
## Prožívání menstruace a vztah k vlastnímu tělu

Jedním z užitečných ukazatelů toho, jak dívky a ženy menstruaci vnímají, je jazyk, kterým ji pojmenovávají. V dotazníku jsme se proto ptaly: „**Jaké slovo používáš, když mluvíš o menstruaci?**“

Z odpovědí vyplývá, že jazyk, kterým dívky a ženy menstruaci pojmenovávají, je výrazně formován stigmatizací menstruace a snahou mluvit o ní opatrně, nepřímou či zlehčujícím způsobem. Ačkoli se mezi nejčastějšími výrazy objevuje i neutrální a odborné označení „menstruace“, hned v závěsu se vyskytuje výrazně pejorativní pojem „krámy“ a dále také eufemismus „měsíčky“.

Právě používání slova „krámy“ může naznačovat silné zakořenění hanlivého jazyka, který podporuje představu menstruace jako obtěžující nebo nečisté záležitosti, nikoli jako běžné součásti života. Některé respondentky dokonce uvádějí, že se tématu zcela vyhýbají nebo o něm s nikým nemluví. Tento jazykový obraz úzce souvisí s celkovým prožíváním menstruace.

*Graf 8: Odpověď na otázku „Jaké slovo používáš, když mluvíš o menstruaci? (vyber všechno, co platí)“, zároveň byla možnost doplnit vlastní jinou odpověď (sběr dat GIC NORA 2024-25)*



## Stud, utajování a „čistota“

Skupinové rozhovory s mladými Romkami ukazují, že zkušenosti spojené s menstruací, tělesností, sexualitou a gynekologickou péčí jsou rozmanité. Pro některé dívky menstruace představovala neutrální část života, vůči které neprojevovaly výrazné negativní emoce. Na otázku, jestli se dívky někdy styděly kvůli tomu, že mají menstruaci, některé uváděly:

*„Tak jako trochu, ale tak prostě tak to máme, tak co.“* (sběr dat GIC NORA, 2024–25)

*„Nemám problém o tom mluvit. Někdy třeba někdo řekne, že je to trapný, ale jako co je na tom trapného. Já nevím, co je na tom trapného. Hlavně že chtějí mít všichni děti, ale menstruaci mít nechcují, to je taky dobrý.“* (sběr dat GIC NORA, 2024–25)

Ve výpovědích však dominoval rozšířený pocit studu a vícečetně se vyskytoval strach z protečení. Na stejnou otázku některé dívky odpovídaly:

*„Byl to pro mě pocit, že to může každou chvíli někdo zjistit. Nechci, aby někdo viděl, že mám u sebe vložky. A mám strach, že bych třeba protekla a někdo to uvidí.“* (sběr dat GIC NORA, 2024–25)

*„Jo mám často divnej pocit z toho, že to bude poznat, že to půjde cítit nebo že proteču.“* (sběr dat GIC NORA, 2024–25)

*„Jo, i teďka se cítím trochu divně, že se o tom bavíme.“* (sběr dat GIC NORA, 2024–25)

*„Ne jako nestyděla jsem se, ale strach z protečení, to často.“* (sběr dat GIC NORA, 2024–25)

Mediátorka zdraví sděluje, že z její zkušenosti je náročné o menstruaci mluvit s dívkami, protože se stydí, během osvětových aktivit dívky často téma bagatelizují, smějí se, což vytváří bariéru pro předání kvalitních informací. (sběr dat GIC NORA, 2024–25)

Během skupinových rozhovorů mnohé dívky popisovaly pocity trapnosti a studu, když hovořily o tom, zda se o menstruaci v rodině vůbec mluví. Tyto pocity často vedly dívky k tomu, že se na členky rodiny obracely až v případě akutních potřeb, například kvůli nákupu vložek.

*„První vložky jsem si koupila sama, ségra mě navedla, co a jak, ona totiž dostala krámy dřív než já, i když je mladší. No a pak jsem to musela říct mámě, protože to stojí dost peněz. Ta mi ukázala, kde to můžu doma najít.“* (sběr dat GIC NORA, 2024–25)

*„Musela jsem si o vložky říct, to bylo trapný. Ale vím už, kde si pro ně doma dojít.“* (sběr dat GIC NORA, 2024–25)

Stud a potřeba udržet menstruaci v utajení se ve výpovědích objevovaly napříč generacemi. Tyto pocity mohou ovlivňovat to, jak se ženy a dívky během menstruace chovají. Například jedna respondentka popisuje změny ve svém vnímání vlastního těla s nástupem menstruace a puberty, a také jak těmto změnám uzpůsobovala svoje chování:

*„[respondentka] Přestala jsem nosit kalhoty, protože jsem se přesně bála, že jsou ty vložky vidět a podobně, protože tenkrát fakt ty vložky vypadaly jinak. Strašně jsem se styděla.“*

*Začala jsem nosit sukně. A to mi zůstalo. Kalhoty jsem poprvé oblíkla, když mi bylo pětatřicet, ale to už pak jako asi z nějakého vlastního přesvědčení.*

[tazatelka] *Bylo to jakoby i během menstruace, i když jste ji neměla, že jste nosila sukně?*  
[respondentka] *Jo. Pak už jsem se fakt jako styděla, že je mně vidět do rozkroku. Nebo když mi bylo těch 15, 16, 17 [let] a jsme chodili na čundry, takže to jsem taky jezdila třeba v dlouhé sukni, ale někdy jsem si třeba ty rifle nějaké vzala, ale měla jsem přes to hrozně široké oblečení a dlouhé. Jsem se hrozně styděla. Styděla jsem se, že mám prsa, protože samozřejmě puberťáci ve třídě.. ještě možná v 5. v 6. třídě to nebylo tak hrozné, ale v 7. třídě už ti kluci byli takový zvidaví a já jsem se hrozně styděla. Hrozně jsem se hrbila. Styděla jsem se hrozně moc, takže i s těma měsíčkama.“ (sběr dat GIC NORA, 2024–25)*

Některé respondenky popisovaly, že střeží, aby po sobě nezanechaly žádné stopy na záchodě, protože by jinak bylo poznat, že jsou to ony, kdo menstruuje, a byla by to ostuda. Nevnímalý jako přípustné ani to, aby stopy po sobě zanechal někdo jiný; taková situace byla označována za „nechutnou“.

*„Přece nejsem čuně a když bych tam nechala rozcapenou vložku, tak jí každéj uvidí.“*  
(sběr dat GIC NORA, 2024–25)

Tak pocity studu spojené s vnímáním menstruace jako něčeho špinavého a s tím spojená potřeba ji utajovat může ovlivňovat nejen vlastní chování žen a dívek, ale i jejich postoje k jiným ženám, které svou menstruaci nedokážou spravovat dostatečně diskrétně.

Na rozšířenost těchto emocí mezi dívkami a ženami poukazují i data z dotazníkového šetření, v němž nejčtenější odpověď na otázku „**Jak si připadáš/sis připadala během menstruace?**“ byla „Cítím se špinavě“; jen o dvě odpovědi méně získala možnost „Cítím se trapně“. Tyto dvě odpovědi společně ukazují, že negativní emoce spojené s menstruací nejsou ojedinělé, ale tvoří významnou část zkušeností respondentek, které jsme oslovily. Zároveň je ale důležité upozornit, že odpověď „Cítím se v pohodě“ byla hned druhou reakcí, co se týče četnosti. To naznačuje, že vedle negativních prožitků jsou i takové, které menstruaci rámuji neutrálně či bez výrazných obav.

Graf 9: Odpověď na otázku „Jak si připadáš / sis připadala během menstruace? (vyber všechno, co platí)“, zároveň byla možnost doplnit vlastní jinou odpověď (sběr dat GIC NORA 2024-25)



## Gynekologická péče, emoce, věk a zkušenosti

Výzkumy opakovaně ukazují, že stud spojený s menstruací a ženskými genitáliemi ovlivňuje nejen sebehodnocení dívek a žen, ale i jejich chování v oblastech sexuálního a reprodukčního zdraví. Dívky, které se učí vnímat menstruaci jako špinavou, nepříjemnou nebo hanebnou, mají větší obtíže otevřeně komunikovat o svých potřebách, používat antikoncepci či odmítat nežádoucí sexuální praktiky. Naopak vyšší míra tělesného komfortu a akceptace menstruace souvisí s větší sebedůvěrou, s uspokojivějšími sexuálními zkušenostmi a proaktivním přístupem k péči o své reprodukční zdraví. (Schooler a kol., 2005)

Jinými slovy, menstruační stigma a tělesný stud nejsou okrajovými a nevýznamnými jevy, ale faktory, které jsou v přímém propojení se zdravím a kvalitou (sexuálního) života dívek a žen. Pocity studu mohou vést k odkládání preventivní péče, zamlčování bolesti, zanedbání hygieny či k rizikovému sexuálnímu chování. Tyto mechanismy zároveň odrážejí širší genderové vzorce, v nichž jsou ženská těla socializovaná spíše k pasivitě a přijímání mužských přání než k péči o své vlastní potřeby a touhy.

Tento naučený odstup od vlastního těla a potřeb se přirozeně promítá i do vztahu k reprodukčnímu zdraví, zejména ke gynekologické péči. Gynekologické vyšetření, které vyžaduje fyzickou zranitelnost a důvěru, tak často naráží na hluboce zakořeněný stud a pocity nepohodlí. Představa gynekologické prohlídky bývá u mnoha dívek spojena s pocity nevolnosti, „divnosti“ či nechuti. Nepříjemné je pro ně zejména to, že se musí svléknout, že se jich někdo bude dotýkat nebo že je uvidí nahé, obzvláště pokud jde o lékaře-muže, k němuž by některé dívky nikdy nechtěly jít. Starší dívky, zejména ty, které již měly zkušenost s řešením potíží v oblasti

reprodukčního zdraví, často vyjadřovaly větší důvěru v gynekologickou péči a zároveň menší míru studu či odporu.

*„Jako přijde mi to divný, že se tam prostě svlíkneš a někdo se ti tam hrabe. Je mi z toho zle.“* (dívka, 15 let, která ještě nebyla na gynekologii; sběr dat GIC NORA 2024–25)

versus

*„Já to nějak neřeším, jako možná, když jsem byla mladší, ale odstupem času už to bereš tak, že je to normální.“* (dívka, 19 let, na gynekologii řešila silné bolesti, pomohla jí antikoncepce; sběr dat GIC NORA, 2024–25)

Věk a především zkušenosti se ukázaly být významným faktorem ovlivňujícím postoje ke gynekologické péči i k menstruaci samotné. Mladší dívky často projevovaly nejistotu, obavy a stud, zatímco starší, především ty, které mají s gynekologickou péčí osobní zkušenost, popisovaly menší strach a větší důvěru. Tuto dynamiku popisuje i komunitní pracovnice, která si všímá u mladších dívek běžného pocitu zhnusení vůči menstruační krvi. Podotýká však, že s věkem tento pocit většinou zmizí. (sběr dat GIC NORA, 2024-25)

Takové pocity a jejich proměna v čase nejsou nijak specifické výhradně pro romské dívky. Obavy z gynekologických vyšetření, stud při rozhovorech o menstruaci a nejistota spojená s vlastním tělem jsou běžnou součástí dospívání napříč společnostmi a jsou projevem tabuizace a stigmatizace těchto oblastí života (viz kapitola *Stud a stigma ve vztahu k ženskému tělu*). Z této perspektivy je strach, který romské dívky popisují, naprosto běžný a pochopitelný, neboť odráží širší společenskou dynamiku. Zároveň dívky z vyloučených lokalit se častěji potýkají s omezeným přístupem k bezpečným informačním zdrojům, zdravotní péči i vzorům, které by téma menstruace a tělesnosti normalizovaly.

Za nedostatkem systematického plošného a adekvátního vzdělání v oblasti menstruace a reprodukčního zdraví se právě vzory v rodině ukázaly být jedním z nejdůležitějších aspektů, který hraje roli v postojích k preventivní gynekologické péči mezi romskými dívkami. Pokud starší členky rodiny nepovažovaly tento typ péče za důležitý, ani k němu nemotivovaly respondentky, dívky často označovaly za důvod potenciální návštěvy gynekologie až potřebu řešit zdravotní problémy. Všechna tato zjištění poukazují na potřebu důslednějšího vzdělávání dospívajících pro zlepšení prevence v oblasti menstruačního a reprodukčního zdraví a pro odbourávání tabu v dané oblasti, kvůli nimž často dochází k šíření mýtů, obav a studu.

## Menstruace ve škole: stud, stigma a strach z odhalení

Školní prostředí má potenciál budovat jistotu a bezpečný prostor pro tak zásadní téma, jako je menstruace. Může nabídnout to, co mnohé rodiny nemohou nebo neumějí – strukturované, ověřené informace, prostor pro otázky, a především destigmatizaci a normalizaci menstruace jako běžné součásti života. Pokud takové vzdělávání chybí, zůstávají dívky odkázané na neúplné informace z rodiny, od vrstevnictva či z internetu.

V rozhovorech s dívkami i odbornicemi se opakovaně ukazuje, že stud není marginální emoce, ale významný prvek formující každodenní prožívání menstruace, a to v neposlední řadě ve škole. To potvrzují i kvantitativní data: 16 z 46 respondentek uvedlo, že se během menstruace cítí „trapně“ (sběr dat GIC NORA, 2024–25).

Některé Romky v rozhovorech zdůrazňovaly strach z toho, že si někdo všimne zápachu nebo šustění vložky na záchodě, případně obavu, že se menstruace náhodně „prozradí“.

*„Měla jsem strach hlavně z toho, aby to třeba někdo nezjistil ve škole, aby to nebylo poznat nebo tak.“* (sběr dat GIC NORA, 2024–25)

*„Vím, že fakt jako třeba když jsem měla měsíčky, tak jsem strašně nechtěla chodit do školy, protože jsem se bála, že když vstanu, takže prostě to bude všechno vidět.“* (sběr dat GIC NORA, 2024–25)

Školy mohou sehrát klíčovou roli v tom, aby menstruace nebyla zdrojem studu, ale byla vnímána jako běžná součást života. Dostupnost menstruačních potřeb, kterou od roku 2026 zajistí novela vyhlášky Ministerstva zdravotnictví (Ministerstvo zdravotnictví České republiky, 2025), je pouze jedním krokem. Stejně důležitá je systematická výuka, která dívkám nabídne porozumění tělesným procesům, sníží nejistotu a umožní jim mluvit o svých potřebách bez obav z posměchu.

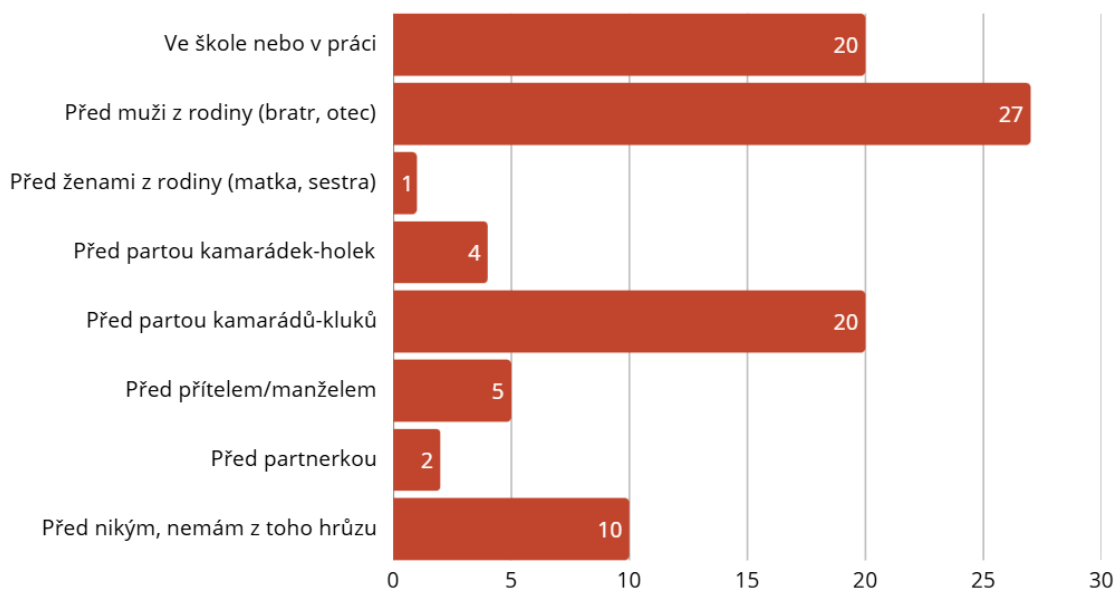
Je důležité zdůraznit, že strach a stud, který respondentky popisovaly, není jen jejich individuální subjektivní pocit, je propojen s celospolečenským nastavením, kdy *„[s]tigma kolem menstruace vytváří prostředí, ve kterém dívky i ženy cítí stud a nepohodlí, přestože jde o zcela přirozený biologický proces“* (Criado-Perez, Plachá, 2024 cit. v Gregorová a kolektiv Sola pomáhá, 2024: 24).

Tyto emoce navíc mají výraznou genderovanou povahu, což ukazují kvantitativní data z dotazníku v rámci odpovědí na otázku: **„U koho máš hrůzu, že zjistí, že to zrovna máš?“** (možné bylo vybrat více odpovědí). Největší strach dívky a ženy pociťují před muži z rodiny – před otcem či bratrem to uvedlo 27 respondentek (57,4 %). Obavy se výrazně pojí také s vrstevnickými chlapci – před partou kamarádů-kluků má strach 20 dívek a žen (42,6 %), před přítelem nebo manželem pak 5 respondentek (10,6 %). (sběr dat GIC NORA, 2024–25)

Oproti tomu před ženami se respondentky obávají mnohem méně – před matkou či sestrou uvedla strach 1 (2,1 %) respondentka, před partou kamarádek 4 (8,5 %), před partnerkou 2 (4,3 %). Zároveň 10 respondentek (21,3 %) uvedlo, že nemají hrůzu před nikým (sběr dat GIC NORA, 2024–25).

Výraznou roli však hraje i školní a pracovní prostředí, kde strach z odhalení menstruace uvedlo 20 respondentek (42,6 %) (sběr dat GIC NORA, 2024–25).

Graf 6: Odpověď na otázku „U koho máš hrůzu, že zjistíš, že to zrovna máš? (vyber všechno, co platí)“ (sběr dat GIC NORA 2024-25)



Tato data potvrzují, že tlak na skrývání menstruace je nejsilnější v situacích, kde hrozí „odhalení“ před muži, ať už z rodiny, nebo z vrstevnických skupin. To se může následně promítat do každodenního chování a prožívání dívek a žen, včetně úzkostí spojených s odhalením toho, že zrovna menstruuje, vyhýbání se škole, omezování aktivit nebo užívání nadměrné hygieny.

V rámci dotazníkového šetření 33 respondentek (71,7 %) uvedlo, že kvůli menstruaci alespoň jednou nešla do školy – z toho 19 respondek (41,3 %) uvedlo, že se to děje často, a pro 14 respondentek (30,4 %) je to výjimečná situace (sběr dat GIC NORA, 2024–25).

Graf 7: Odpověď na otázku „Stalo se, že jsi kvůli menstruaci nešla do školy?“ (sběr dat GIC NORA 2024-25)



Mediátorka zdraví sděluje, že stud a strach z odhalení jsou častým důvodem pro romské dívky, proč meškají školu během menstruace. Skupinové rozhovory s dívkami a sociálními pracovníčkami však tento trend neodráží; naznačují, že menstruace není pro dívky častým důvodem k meškání školy. Dívky, terénní a komunitní pracovníčky sdělují, že menstruace může být důvodem vynechání školní docházky především v případě menstruačních bolestí. Komunitní pracovníčka sděluje, že důvodem meškání školy pro některé dívky je i nedostatek menstruačních potřeb, kvůli kterému musejí zůstat doma. (sběr dat GIC NORA, 2024–25)

Zároveň do hry může vstupovat i to, jak se rodina vztahuje k menstruaci a jestli ji považuje za dostatečný důvod pro meškání školy. Tomu napovídá výpověď jedné dívky, která uvedla, že by jí matka nedovolila zaměřkat výuku pouze z důvodu menstruace (sběr dat GIC NORA, 2024–25).

Meškání školní docházky z důvodů spojených s menstruací mapují také průzkumy z Evropy. Například průzkum provedený ve Velké Británii odhalil, že téměř dva miliony dívek (64 %) ve věku 14–21 let zameškaly část nebo celý školní den kvůli menstruaci. Dvě třetiny (66 %) z nich uvádějí jako důvod fyzické příznaky jako křeče nebo bolesti hlavy, zatímco 22 % mělo úzkost související s menstruací a 34 % mělo strach z prosáknutí menstruační krve. Podle stejného průzkumu totiž až 19 % menstrujících osob ve Velké Británii muselo z finančních důvodů přejít na méně vyhovující menstruační potřebu – jako náhradu používají například i noviny, toaletní papír či staré látky (Plan International, 2021). V provedeném dotazníkovém šetření respondentky odpovídaly na otázku, jaké menstruační potřeby používají (možný výběr vícero odpovědí). Odpovědělo 45 respondentek, z nichž jedna (2,2 %) uvedla odpověď „smotávám si do kalhotek toaletní papír / látku / vatu / noviny“. Je potřeba upozornit, že i v takto malém vzorku se vyskytla osoba, která používá nějakou z alternativ, jež se těžko dá označit za důstojnou. (sběr dat GIC NORA, 2024–25)

Nedostatečná osvěta, přetrvávající stigma a stud spojený s menstruací a také finanční náročnost nákladů na menstruační potřeby tvoří „toxickou trojici“ překážek, které mohou přispívat k narušení každodenního života dívek včetně oblasti vzdělávání. Z uvedených dat i literatury je patrné, že menstruační potřeby přesahují rámec osobní spotřeby. Jejich nedostatek spolu s rozšířenou stigmatizací formuje každodenního fungování dívek, jejich vzdělávání i každodenní komfort.

## Role chlapců v menstruačním vzdělávání

### Postoje dívek k diskuzi o menstruaci s chlapci

V předchozí kapitole jsme ukázali, že strach z odhalení menstruace je výrazně genderovaný. Největší obavy dívky a ženy pociťují před muži z rodiny (57,4 %), vrstevnickými chlapci (42,6 %) nebo ve škole a v práci (42,6 %). Kvalitativní výpovědi potvrzují tuto dynamiku. Ve většině případů se setkáváme s tím, že se dívky a ženy necítí komfortně mluvit o menstruaci s muži. (sběr dat GIC NORA, 2024-25)

Zároveň data ukazují, že tento vzorec není jednotný. Na jedné straně se skrývání menstruace před muži stává součástí *mezigeneračního přenosu*, je přítomné v každodenních rodinných rutinách a může být spojeno s intenzivním pocitem ohrožení či hanby. Jedna respondentka vzpomíná na situaci, kdy se jako dívka bála, že její otec objeví použitou hygienickou potřebu:

*„Já si pamatuju na takovou historku, nevím, kolik mně bylo, a my jsme měli prostě věcko, a když jsme tam, když jsme měly ty měsíční, maminka vždycky noviny nastříhala, a měli jsme to tam jako daný, aby jsme to tam mohly balit a házelo se to do smetí. A jednou tatínek něco ve smetí hledal a já jsem měla měsíčky, mně málem jeblo. A říkala jsem mámě, ‚ať tam nejde táta, protože já mám měsíčky‘, tohle, a ta mamka ‚já to pohledám‘ a on ‚ne, prosím tě, ty to nenajdeš‘. A ona řekla, ‚prosím tě, nech toho‘, podívala se mu takhle jako zpříma do očí a říkala, ‚já to tam budu hledat, já‘. A on to pochopil. [...] Pak jsem říkala, ‚neřeklas mu to, že to jsem já?‘ ‚Ne, neboj se‘.“ (sběr dat GIC NORA, 2024-25)*

V jiné výpovědi však vidíme vzepření se tomuto vzorci:

*„Babička to tajila, schovávala, ale tatka to nějak musel přijmout, takže se to tak nehrotilo.“ [pozn. jednalo se o otce samoživitele] (sběr dat GIC NORA, 2024-25)*

Tato výpověď ukazuje, že *praxe skrývání menstruace může v rodinách fungovat odlišně podle toho, jak na ni jednotliví členové a členky reagují*. V tomto případě respondentka popisuje, že babička menstruaci před otcem skrývala, ale současně dodává, že otec a ona sama odmítli následovat tyto striktní pravidla. Narušili způsob jednání, který se většinou automaticky dodržuje, aniž by se o něm výrazněji mluvilo nebo zpochybňovalo, a to především kvůli netypickému kontextu, ve kterém se v rámci rodiny ocitli (otec samoživitel se stará o dospívající dceru).

Mediátorky zdraví uvádějí, že se toto ticho proměňuje generačně. Dle jejich výpovědi mladší dívky dokážou o menstruaci mluvit otevřeně i se svými vrstevníky-chlapci. (sběr dat GIC NORA, 2024-25)

Zároveň se však ve výpovědích objevuje opačný pohled, a to přetrvávající neochota a nedůvěra dívek o tématu s chlapci mluvit. Dívky v rámci skupinových rozhovorů často sdělovaly, že si nedokážou představit bavit se o menstruaci s muži a chlapci. Sociální pracující tento trend potvrzují. Popisují, že dívky o menstruaci mluví otevřeně pouze tehdy, pokud chlapci nejsou přítomni; jakmile se zapojí, debatu bagatelizují nebo narušují.

*„Mi přijde že holky z toho šílí docela. Jakoby nejsou s tím komfortní, když kluci se o tom chtějí bavit. Že jako samy svoje zkušenosti by nesdílely určitě s nimi, mi přijde. Třeba se*

*smějou a řvou tady na klubu a jako narušují třeba tu debatu. Že se o tom pak nedá bavit vážně.“ (sběr dat GIC NORA, 2024–25)*

Výpovědi sociálních pracujících také ukazují, že dívky někdy reagují na projevový zájem chlapců odmítavě až sankčně. Pro chlapce tak může být obtížné naučit se brát menstruaci jako vážné téma k diskuzi a zájmu.

*„No mně přijde, že často můžou slyšet, když se ptají obecně na tadyty témata, že jsou prasáci a že jsou to úchylové.“ (sběr dat GIC NORA, 2024–25)*

Takové reakce mohou být odrazem rodinných zvyků, které se udržují napříč generacemi. Ilustruje to například výpověď respondentky, která popsala situaci z 90. let, jak se celá rodina „zastyděla“, když mužský příbuzný nenuceně komentoval reklamu na vložky.

*„Z ničeho nic řekl, ‚jo, ty [vložky] jsou dobrý‘. A my jsme se strašně zastyděli. Můj manžel absolutně nevěděl, kam má strčit ty oči, hlavu. Já jsem odnesla špinavé nádobí, a prostě jsem byla úplně z toho celá vedle. Strašně jsem se styděla. Ale to proto, že to bylo tak strašné tabu u těch Romů, opravdu se o tom jako nikdy nemluvilo.“ (sběr dat GIC NORA, 2024–25)*

Tato situace ukazuje, jak se může v každodenních reakcích a situacích projevat přesvědčení, že menstruace je téma „nevhodné“ pro muže a před muži. To může sloužit jako prvek učení (se), kdy se nepřímo (a mnohdy ne záměrně) předávají společenské normy mladším generacím, které mohou odpozorovat, o čem je vhodné mluvit či pro koho je to vhodné.

## **Chlapci jako původci posměchu, bagatelizace a obtěžování**

Výpovědi sociálních pracujících ukazují, že dívky se v souvislosti s menstruací často setkávají s posměchem, bagatelizací i sexuálně nevhodnými narážkami ze strany chlapců.

*„To se stává i mně, že mají takový narážky. [...] Zvlášť v tomhle věku, tak jakoby nechovají se vždycky vhodně k holkám. Docela se v tom vyžívají mi přijde.“ (sběr dat GIC NORA, 2024–25)*

*„Taky třeba někdy hodně bagatelizují prostě. Jako ‚jo, ale ty vlastně máš krámy‘ nebo něco takovýho. Využívají menstruaci útočně jakoby.“ (sběr dat GIC NORA, 2024–25)*

Podobné dynamiky popisuje i zahraniční literatura, která uvádí, že stigmatizace menstruace může nabývat i systematických projevů šikany a posměchu vůči dívkám. Studie z Malawi ukazuje, že fyzická a verbální šikana ze strany chlapců byla jednou z hlavních obav dívek v rámci prožívání menstruace ve škole, protože měly zkušenost s posměchem, kvůli čemuž se bály přinést menstuační potřeby do školy, aby je chlapci neobjevili (Pillitteri, 2012 cit. v Mahon a kol., 2015: 8).

České dívky uvádějí obdobné zkušenosti. Podle šetření AcceCycle až 40 % z nich označilo některou svou menstuační zkušenost za traumatizující (Gregorová a kolektiv Sola pomáhá, 2024: 32). Ve školním prostředí se nejčastěji objevují příběhy spojené s „protečením“ nebo

nedostatkem vložek, které vyústily v posměch či v pocit sociální izolace (Gregorová a kolektiv Sola pomáhá, 2024: 12).

Mladé dívky se dle výpovědi jedné mediátorky zdraví setkávají i s posměchem nebo „dovolováním si“ ze strany chlapců v souvislosti s užíváním antikoncepce, která může být vnímána jako indikátor jejich sexuální aktivity, a to i v případech, kdy ji dívky mají předepsanou ze zdravotních důvodů ještě před zahájením sexuálního života. (sběr dat GIC NORA, 2024–25)

Takové situace, pokud tvoří součást žité zkušenosti dívek, můžou výrazně ovlivňovat to, jak a zda vůbec o menstruaci a dalších intimních tématech mluví.

Formy posměchu se však neobjevují jen směrem k dívkám. Sociální pracující upozorňují, že terčem mohou být i chlapci, kteří o téma menstruace projeví zájem. To dále upevňuje vnímání menstruace jako „nehodného“ nebo „trapného“ tématu a brání otevřené komunikaci i mezi chlapci samotnými.

*„No, mně přijde, že ne asi holky, že by si dělaly srandu z kluků, ale že někdy se podle mě stalo, že třeba když nějaký jako kluk se o to zajímá, takže ostatní kluci si z něj možná dělají srandu.“ (sběr dat GIC NORA, 2024–25)*

## Chlapci jako zvědaví a ochotní porozumět

Na druhou stranu se sociální pracující setkávají i s jinými tendencemi ze strany chlapců – s upřímnou zvědavostí. Tak sdělují, že „téma zajímá i chlapce. Jeden například nosí vložku pro partnerku“. (sběr dat GIC NORA, 2024–25)

Sociální pracující popisují, že chlapci často projevují zájmem o dobro a blaho dívek v sexuální oblasti, kde se téma menstruace vyskytuje jako jedna z neznámých, kterou je potřeba zmapovat v zájmu neublížit nebo i pouze mít informace a návody k jednání.

*„Často mi přijde, že se kluci právě ptali i na věci, jako jaký je to pro tu holku, jestli ji to bolí a tak. Že to mě třeba taky mile překvapilo, že když se mnou řešili téma sexu, tak je zajímalo dost, jako jaký je to i pro tu holku třeba. A jako takovým stylem, že to vyznělo fakt jako, že by taky chtěli, aby to pro ně bylo příjemné.“ (sběr dat GIC NORA, 2024–25)*

*„Přicházejí kluci s dotazama, jestli to vůbec jde. Jako nevědí, jestli to je vůbec možné mít sex během menstruace. Jako fyzicky možné.“ (sběr dat GIC NORA, 2024–25)*

*„Otevírají to [téma menstruace] třeba tím, že jeden říká o svojí holce, ‚jé, ona to nedostala, co ted?‘.“ (sběr dat GIC NORA, 2024–25)*

## Proč to tak je: informační vakuum, tabu a nedostupné zdroje pro chlapce

Zůstává však otevřená otázka, a to jaký mají samotní chlapci přístup k informacím o menstruaci, ale i obecněji sexualitě a tělesnosti, a proč se jejich chování často proměňuje v šikanu či necitlivost. Právě nedostatek otevřené komunikace s nimi v rodinách i ve školách může vést k tomu, že se tato témata stávají předmětem posměchu nebo je obklopeno studem. Nízká informovanost proto není pouze výsledkem „nezájmu“ chlapců, ale kombinací několika bariér – tabu, vyloučení z výuky a nedostatku bezpečného prostoru pro otázky.

Sociální pracující sdělují rozmanité zkušenosti s tím, jak jsou chlapci informováni a jaký zájem o témata projevují. Popisují například zkušenost s tím, že se až postupně učí o daných tématech bavit otevřeně, protože na to z jiných kontextů nejsou zvyklí.

*„Mi přijde, že jak nejsou zvyklí se o tom bavit třeba ve škole, a nikdo se takhle s nima otevřeně o tom ve škole nebaví, tak jsou takový jako z toho nesví trošku, no, že neví, jako na co se můžou všechno ptát. Že to jako chvíli trvá, než dojdou k tomu, že ‚Aha, tak já se tady můžu ptát na všechno. A oni se o tom se mnou budou bavit.‘“ (sběr dat GIC NORA, 2024–25)*

V mnoha případech jde o základní biologické informace, které chlapci neznají, protože se k nim nedostanou žádným formálním ani neformálním kanálem.

*„Setkáme se spíš s tím, že fakt jako neví moc věcí, jakoby že fakt. Nebo že spíš to ví jako od těch kámošů nebo tak, ale že nějaký jako základní info fakt nemají. Třeba neví, kolik má holka dírek tam dole a tak, že fakt vůbec netuší. Většinou mi to tak přijde, nebo jako jak kdo, někdo ví. Taky záleží na tom věku, ale že často fakt jako moc neví, protože doma se s nima o tom nebaví, ve škole taky moc ne, takže spíš od těch kámošů to pak sbírají.“ (sběr dat GIC NORA, 2024–25)*

Tyto zkušenosti sociálních pracujících se shodují i s poznatky ze zahraničí. Například studie realizovaná na Taiwanu (Chang a kol., 2012 cit. v Mahon a kol., 2015: 8-9) popisovala, že chlapci byli zcela vyloučeni z rozhovorů o menstruaci, téma s nimi neprobírali ani rodiče či sourozenci. Ve školním prostředí navíc panovala atmosféra, která je odrazovala od toho, aby o menstruaci hovořili mezi sebou, a to včetně penalizace ze strany spolužaček.

Podle výzkumu Omara a kol. (2003, cit. v Allen a kol., 2011: 131) se chlapci oproti dívkám výrazně méně setkávají s otevřenou komunikací o pubertálním vývoji a sexualitě, a pokud k ní dochází, bývá to až v pozdějším věku. Sociální pracující potvrzují tento trend a spojují ho navíc s větší tabuizací tématu v romských rodinách.

*„Mně přijde, že je to hodně tabuizované, zrovna v romské komunitě. Celkově sex, dospívání, menstruace. To téma. Kluci podléhají dezinformacím. Netuší třeba, od kdy je sex povolený. A takové věci, co mi přijdou všeobecně známé. Nebo když je jim třeba 14, klukům, a nevědí, že mají holky menstruaci. Přijde mi to jako důkaz tabu, i v rodinách třeba.“ (sběr dat GIC NORA, 2024–25)*

Tuto dynamiku potvrzuje i výpověď mediátorky zdraví, která sděluje svou zkušenost s tím, že otcové nebo i obecně muži v rodině se straní tématu menstruace. Otcové dle jejích slov nemluví se syny o věcech spojených s mužskou sexualitou ani se sexualitou žen.

Skutečnost, že je téma ve škole i v rodině silně tabuizováno, neznamena, že o něj chlapci nemají zájem. Nedostatek spolehlivých informací a uzavřenost prostředí, ve kterém by se o sexualitě a menstruaci mohlo hovořit, vede k tomu, že chlapci získávají znalosti z jiných zdrojů, které však nebývají přiměřené jejich věku ani neposkytují bezpečné a spolehlivé informace. Tím vzniká prostor pro přejímání nepřesných či zkreslených představ, jež mohou ovlivnit jejich chápání sexuality i vztahů.

*„A přijde mi, že čerpají informace z porna. Takže vlastně mají dost nereálný představy. Docela i takový jakoby nebezpečný, mi přijde, pokud by se s nima o tom nikdo nebavil, jak to jako reálně je. Koukají se docela jako na brutální porno a berou to jako normu.“*  
(sběr dat GIC NORA, 2024–25)

Odborník prevence poukazuje na trend brzkého sledování pornografie mezi romskými chlapci. Tento trend spojuje s následným nepřijetím vlastního těla, studem a úzkostmi. Podtrhuje, že jsou zasažení nedosažitelným ideálem zobrazeným v pornografických snímcích, což odpovídá i postřehům sociálních pracovníků. (sběr dat GIC NORA, 2024–25)

**Nedostatky v informovanosti se netýkají jen menstruace, ale také antikoncepce.** Sociální pracovníci sdělují, že chlapci mají mylné představy o fungování jednotlivých antikoncepčních metod. Například uvádějí případy, kdy chlapci vědí o existenci tzv. pilulky po, nicméně kvůli absenci bližších informací předpokládají, že tato antikoncepční metoda může být dívkou používána po každém nechráněném pohlavním styku, po němž dojde k ejakulaci do pochvy. Kvůli tomu, že chlapci postrádají informace o fungování a finančním aspektu této antikoncepční metody, o zátěži pro tělo ženy, mohou odmítat používání kondomu v očekávání, že se dívka ochrání před nechtěným těhotenstvím až po pohlavním styku.

## Proč zapojovat chlapce do vzdělávání o menstruaci

Literatura spolu s daty nabízí přesvědčivé argumenty pro zapojení chlapců do menstruačního vzdělávání. Sola pomáhá také vybízí k vzdělávání chlapců v oblasti menstruace pro účely detabuizace daného tématu:

*„Jedním z hlavních argumentů pro zahrnutí chlapců do menstruační výchovy je, že menstruační tabu existuje a přetrvává právě proto, že se o něm dostatečně nemluví.“*  
(Gregorová & kolektiv Sola pomáhá, 2024: 30)

Pokud je menstruace vykreslována pouze jako „dívčí záležitost“, upevňuje se její obraz coby něčeho tajného, zahanbujícího a nevhodného k veřejné diskuzi. Takové vymezení podporuje tabuizaci a pocit, že jde o téma, o němž se na veřejnosti a mezi lidmi nemluví. Oproti tomu společné vzdělávání dívek i chlapců vysílá jasný signál, že menstruace je přirozený proces, který se dotýká celé společnosti. Ne proto, že by se týkal každého jednotlivce, ale proto, že všichni žijeme v prostředí, kde menstruace existuje, a je proto nezbytné k ní přistupovat s respektem, porozuměním a bez stigmatizace.

Některé výzkumy ukazují, že samotné dívky často chtějí, aby byli do menstruačního vzdělávání zapojeni i chlapci. Například šetření provedené v Bhútánu ukázalo, že více než dvě třetiny školaček považují za důležité, aby se o menstruaci diskutovalo ve školách společně s chlapci (UNICEF & WHO, 2024: 57). Podobný postoj zazněl i v Austrálii, kde patnáctiletá studentka kritizovala rozdělování žáků při „citlivých tématech“ s tím, že chlapci jsou neprávem vyřazováni, přestože by měli mít stejné informace (tamtéž). Ačkoliv jsme během našeho výzkumu nezaznamenaly podobné postoje, na základě zahraničních zkušeností můžeme vidět, že realita, ve které jsou dívky ohledně své menstruace otevřené a berou ji jako důležité celospolečenské téma, je něco, k čemu můžeme aktivně směřovat.

Zájem o téma se objevuje i mezi chlapci samotnými – průzkum v Japonsku ukázal, že 43 % dospívajících dívek a 30 % chlapců by se chtělo o menstruaci dozvědět více (tamtéž). Tyto výsledky naznačují, že problém nespočívá v nezájmu chlapců, ale spíše v nedostatku příležitostí a prostoru, kde by se mohli o menstruaci učit.

Přesto je nutné zdůraznit, že společná výuka s chlapci může v prostředí, kde je menstruace silně stigmatizována, přinášet i určitá rizika. Pokud mají dívky již zkušenost s posměchem či necitlivými reakcemi, může se stát, že se během hodin nebudou cítit bezpečně a otevřeně, což by jim bránilo získat potřebné informace. Namísto podpory by tak společné vzdělávání mohlo vést k prohloubení pocitu studu a izolace. Řešením však není vyloučit chlapce ze vzdělávání, ale navrhnout vzdělávací přístup, který bere v úvahu tyto obavy. To může znamenat začít s odděleným vzděláváním, kde mají dívky a chlapci bezpečný prostor klást otázky a mluvit o svých zkušenostech, a následně přejít ke společným hodinám, kde je téma prezentováno jako biologický fakt, který se týká všech. Může to také znamenat explicitní práci s chlapci na tématu respektu, empatie a genderových stereotypů z širšího úhlu pohledu, ale i konkrétně ve vztahu k menstruaci.

## Doporučení pro menstruační vzdělávání

Z dostupných dat vyplývá, že české školství na potřeby dívek v souvislosti s menstruací není připravené. Menstruace se neobjevuje v *Rámcovém vzdělávacím programu* ani v *Desateru pro sexuální výchovu* (Gregorová a kolektiv Sola pomáhá, 2024: 25, 27). Výzkum realizovaný v rámci projektu AcceCycle ukazuje, že téměř třetina dotázaných dívek na základních školách nedostala o menstruaci žádné informace, další třetina se setkala s nedostatečnými informacemi (Gregorová a kolektiv Sola pomáhá, 2024: 27). Tímto stát fakticky přenáší odpovědnost za menstruační vzdělávání na rodiny, což je problematické zejména v rodinách, ve kterých se o tématu otevřeně nemluví. I v rodinách, ve kterých se menstruace netabuizuje, se často reprodukuje mýty a nepřesné informace o těle, hygieně a reprodukčním zdraví, jež mohou mít škodlivé dopady.

Kvalitní menstruační vzdělávání musí být proto systematické, kulturně citlivé a zahrnovat několik vzájemně provázaných oblastí. Tato kapitola poskytuje konkrétní doporučení pro školy, jak citlivě zahrnout menstruaci do svých programů. Dále se věnuje i mimoškolským aktérům a aktérkám, které by mohly sehrát důležitou roli v menstruačním vzdělávání. Doporučení, která zde uvádíme, vycházejí z výpovědí romských dívek a žen, sociálních pracujících, mediátorek zdraví i odborníka prevence.

### Zaměřeno na školu:

#### 1. Začít včas, již před první menstruací

Mediátorka zdraví i odborník prevence se shodují, že menstruační vzdělávání a širší sexuální výchova má začínat již ve 4. nebo 5. třídě, případně i dříve, aby dospívající věděli, čím procházejí, neděsí se toho a nejsou zaskočení (sběr dat GIC NORA, 2024-25). Podle údajů UNICEF a WHO (2024: 58) se menstruační vzdělávání ve většině zemí častěji objevuje až na středních školách než na základních. To vede k tomu, že dívky zažívají první menstruaci nepřipravené a s vysokou mírou nejistoty.

Situaci ilustrují konkrétní čísla. Průzkum provedený v USA v roce 2023 ukázal, že 42 % dospívajících se cítilo při první menstruaci zmateně a nepřipraveně (tamtéž).

#### 2. Praktické, názorné a interaktivní vzdělávání

Z naší praxe vyplývá, že vzdělávání musí být praktické a interaktivní. Stejně tak odborník prevence doporučuje přistupovat k vzdělávání o menstruaci interaktivně nebo i formou hry.

Forma výuky, by měla zahrnovat:

- ukázkou různých menstruačních potřeb a druhů antikoncepce,
- obrázky nebo modely vnitřních a vnějších genitálií pro lepší porozumění tělesných procesů (sběr dat GIC NORA, 2024-25).

Naše zkušenosti z workshopů a skupinových diskuzí potvrdily, že dívkám právě tato praktická část výrazně pomáhá odbourat strach z neznámého, zejména u menstruačních potřeb, které nikdy neviděly nebo je považují za složité či nákladné (např. menstruační kalíšek nebo kalhotky).

### 3. Biologie nestačí

Vzdělávání musí jít nad rámec biologie a zahrnovat sociální a emocionální dimenze menstruace. Dívky potřebují:

- vědět, proč je menstruace stigmatizována,
- pochopit, že pocity studu jsou kulturně a sociálně podmíněné,
- umět rozpoznat varovné příznaky a bolesti,
- vědět, jak komunikovat o menstruaci v rodině a škole,
- získat informace o tom, jak si zajistit vlastní komfort a zdraví.

Menstruace se totiž dotýká psychosociálních aspektů dospívání stejně jako témat genderu, vztahů, intimity a tělesné autonomie.

### 4. Podpořit vyučující a zapojit další školní personál

Klíčovým krokem je vzdělávání vyučujících. Zkušenosti z Papuy-Nové Guineje (2021) ukazují, že sice více než polovina škol téma zařadila, ale jen 45 % vyučujících bylo skutečně o menstruaci proškoleny (UNICEF & WHO, 2024: 60). Navíc sami vyučující často přiznávají, že se při diskuzi o menstruaci necítí komfortně. Podobný trend potvrzuje i průzkum z USA z roku 2023, podle něhož 35 % menstrujících studujících vnímalo, že vyučující zdravotní výchovy působili při probírání tohoto tématu „nesví“ (tamtéž).

Pokud vyučující sami pociťují stud nebo mají nedostatek znalostí, nemohou studujícím předat informace efektivně ani citlivě. Z toho důvod může být důležité poskytnout vyučujícím nejen věcné znalosti, ale také metodické a pedagogické nástroje, které jim umožní o menstruaci mluvit otevřeně, inkluzivně a bez stigmatizace. Přínosné by proto bylo zapojit externí odbornice a odborníky, kteří mají s výukou o menstruaci zkušenosti. Ti mohou nejen školit vyučující, ale také vést vzdělávací programy přímo pro žákyně a žáky. Takový přístup zajišťuje, že žáci a žákyně získají kvalitní, ověřené informace od lidí, kteří se tématu dlouhodobě věnují, zatímco vyučující budou k dispozici pro každodenní podporu a následnou práci s tématem ve třídě.

Kromě vyučujících může být užitečné zahrnout a podpořit i další školní personál. Ve Finsku například Ministerstvo sociálních věcí a zdravotnictví doporučilo, aby školní zdravotní sestry fungovaly jako prostřednice mezi mladými Romy a Romkami a vyučujícími při probírání témat sexuality (Breaking the Barriers, 2003: 57).

## 5. Kulturně citlivé přístupy: reflektovat různé životní kontexty

Vzdělávání musí vycházet z reality, ve které dívky a chlapci žijí. Vzdelávání by mělo být kulturně citlivé a reflektovat různorodost životních zkušeností. Neznamena to podporovat stereotypy nebo tolerovat škodlivé praktiky, ale porozumět prostředí, v němž dívky a chlapci vyrůstají, a přizpůsobit výukový přístup jejich konkrétním potřebám.

Například romské dívky mohou čelit tlaku na časný manželství a mateřství, a proto je zásadní, aby menstruační vzdělávání zahrnovalo:

- informace o antikoncepci
- reprodukčních právech
- a možnosti rozhodovat o vlastním těle a budoucnosti.

Jak upozorňuje European Monitoring Centre on Racism and Xenophobia (2003), přetrvávající genderové normy a rozšířená diskriminace uvnitř romských komunit mohou ženám ztěžovat přístup ke zdravotní péči i možnost volby v oblasti sexuálního a reprodukčního zdraví. Vzdelávání, které tyto strukturální podmínky přehlíží, nemůže být plně účinné.

Dané téma detailněji rozebíráme v kapitole *Společenské normy, kontrola nad ženským tělem a její dopady na reprodukční zdraví.*

## 6. Zapojit chlapce

Výzkum ukazuje, že chlapci často disponují jen velmi omezenými informacemi o menstruaci a zároveň mohou být těmi, kteří k tématu nejčastěji přistupují s posměchem (sběr dat GIC NORA, 2024-25). Tato skutečnost ale není argumentem pro jejich vyloučení, ale naopak potvrzuje potřebu jejich citlivého a promyšleného zapojení. Je však nezbytné volit takové postupy, které zohledňují jak obavy dívek, tak nejistoty a znalostní mezery chlapců.

Jako přístup, který by mohl snižovat riziko posměchu a zároveň podporovat vzájemné porozumění, lze využít dvoufázový model. Tedy nejprve seminář/přednáška pro oddělené skupiny na základě genderu a později společné hodiny.

Víc k tématu se lze dočíst v kapitole *Proč zapojovat chlapce do vzdělávání o menstruaci.*

## 7. Menstruace jako součást širší sexuální a vztahové výchovy

Je dobré pojmout menstruační vzdělávání nikoli jako izolované téma, ale jako součást širšího rámce sexuální a vztahové výchovy. Do takové výuky lze zahrnout témata jako konsent, genderové role a stereotypy, respekt k tělesné autonomii, a zaměřit ji i na prevenci genderově podmíněného násilí. Výzkum České středoškolské unie ukazuje, že sexuální výchova na středních školách se zaměřuje především na témata jako AIDS, SPI či antikoncepce, kdežto otázky spojené s menstruací, konsentem, genderovými rolami nebo domácím násilím bývají ve výuce často přehlíženy (Gregorová a kolektiv Sola pomáhá, 2024: 26). Studující tak získávají jen

část informací, ale chybí jim ucelený (a v rámci dospívání nesmírně důležitý) rámec pro porozumění sexualitě, tělesnosti a vztahům.

## **8. Dostupné menstruační potřeby jako standard veřejných institucí**

Zajištění dostupných menstruačních potřeb přímo v institucích je klíčovým předpokladem důstojného prožívání menstruace – mnohé mimoškolní instituce se totiž podílejí na vzdělávání nebo jej nepřímo ovlivňují. V českém kontextu je důležitým krokem vyhláška č. 160/2024 Sb., která stanovuje povinnost zajištění menstruačních potřeb na základních a středních školách, které navštěvují žákyně starší 9 let. Tento krok jasně uznává menstruaci jako běžnou součást života a reaguje na reálné potřeby žactva.

Zajištění bezplatných menstruačních potřeb by však nemělo končit u základních škol. Menstruují i další osoby jako studující na vysokých školách, zaměstnankyně veřejných institucí, osoby v tíživé sociální situaci či lidé, kteří se ocitnou v nečekané nouzi. Rozšíření této praxe na vysoké školy, úřady, knihovny, kulturní instituce či další veřejné prostory by významně přispělo k prevenci menstruačního vyloučení a k normalizaci menstruace ve veřejném prostoru.

Příklad dobré praxe nabízí Pedagogická fakulta Masarykovy univerzity, kde se menstruační potřeby zdarma nachází na vybraných toaletách (MUNI PED, 2025). Zkušenosti z podobných projektů v Česku i zahraničí zároveň vyvracejí obavy, že by docházelo k jejich masovému zneužívání či „kradení“. Praktická zkušenost ukazuje, že lidé s menstruačními potřebami zacházejí obdobně jako s toaletním papírem – využívají je tehdy, když je potřebují. Argument zneužívání tak často slouží spíše jako bariéra než jako odraz reálného problému. Zajištění menstruačních potřeb ve veřejných institucích by i proto mělo být chápáno nikoli jako nadstandard, ale jako součást základní hygienické infrastruktury. Stejně jako dostupnost toalet, mýdla či toaletního papíru podporuje zdraví a důstojnost všech osob bez ohledu na věk, gender či socioekonomické zázemí.

Navíc, praktická zkušenost organizace Sola pomáhá ukázala, že přítomnost menstruačních potřeb na toaletách základních škol slouží jako brána k otevírání tématu menstruace s žactvem, a diskuze na téma menstruace (a proč jsou menstruační potřeby na toaletách) se tak stává normalizovanější.

## **Zaměřeno na další aktéry a aktérky vzdělávání:**

### **1. Role NZDM a komunitních služeb**

Je třeba rozvíjet i mimoškolní formy podpory. NZDM hrají klíčovou roli zejména ve vyloučených lokalitách, kde necelé polovině obyvatelstva je pod 15 let (Gregorová a kolektiv Sola pomáhá, 2024: 62). Tyto služby mohou poskytovat nejen přístup k menstruačním potřebám, ale i bezpečný prostor pro otevřenou konverzaci, díky čemuž dospívající mohou klást otázky, které by ve škole nebo doma nepoložili.

Ve skupinových rozhovorech se sociálními pracovníci z NZDM opakovaně vyvstává potřeba vzdělávání chlapců ve všech výše zmíněných oblastech včetně menstruace, což vychází jak z vlastního zájmu klientů, tak i z cíle nastavovat mechanismy pro prevenci genderově podmíněného násilí (sběr dat GIC NORA, 2024-25).

Důležitost mimoškolních forem vzdělávání v tématu podporuje i průzkum provedený Českou středoškolskou unií. Z něj vyplývá, že by sexuální výchovu probíralo až 42,5 % studujících radši s externí odbornicí nebo odborníkem než se stálými vyučujícími (Česká středoškolská unie, 2020).

## **2. Mediátorky zdraví: základní most mezi systémem a komunitou**

Zapojení komunitních organizací a mediátorek zdraví je klíčové. Z rozhovorů vyplývá, že mediátorky zdraví romského původu mají důvěru komunity a jsou schopny mluvit o citlivých tématech způsobem, který je vhodný a srozumitelný. Jsou nápomocné v překonání komunikační bariéry a zvládnutí identifikace a adresování případného rasismu v případě využívání zdravotní péče. Odborník prevence podtrhuje roli mediátorek zdraví, obzvláště pokud jsou to Romky, jakožto prostřednic mezi lékařským personálem a Romkami, které využívají gynekologickou (a jinou) zdravotní péči, a také jako edukátorek prevence. (sběr dat GIC NORA, 2024-25)

Jejich práce by tak měla být systematicky podporována a začleněna do širší strategie menstruačního vzdělávání. Práce mediátorek však nemůže nahrazovat školní vzdělávání, protože má být jeho doplňkem, nikoli alternativou.

## **3. Práce s rodinou**

Konečně, je třeba zapojit i rodiny. Organizace pracující s ohroženými rodinami mohou nabídnout workshopy pro rodiče, kde získají nejen faktické informace, ale i nástroje, jak s dětmi o tématu mluvit. Příkladem takového vzdělání mohou být workshopy pro matky s dcerami zaměřené na pozitivní vztah k menstruaci. I když z výpovědi mediátorky zdraví vyplývá, že není jednoduché motivovat romské ženy a dívky, aby došly na prezenční školení, takové iniciativy mohou pomoci prolomit mezigenerační přenos studu a vytvořit prostředí, kde je menstruace v rodině normalizována a dívky se dostávají k potřebným informacím. Zvýšení účasti mohou částečně napomoci drobné odměny a příjemné prostředí (jako například nabízet drobné občerstvení, možnost odnést si domů menstruační potřeby konkrétně v případě vzdělávání o menstruaci) (sběr dat GIC NORA, 2024-25).

## 4. Peer práce

K tématu lze přistoupit i kreativně a zapojit do vzdělávání v tématu menstruace a sexuality i samotné aktéry a aktérky, kterých se toto téma osobně dotýká. **Peer práce**<sup>3</sup> (neboli anglicky peer work) může být zahrnuta do oblasti prevence v rámci reprodukčního zdraví. Například z rozhovorů vyplynulo, že dívky, které musely již v nízkém věku projít gynekologickou péčí kvůli bolestem či jinému akutnímu problému, měly následně pozitivnější vztah ke gynekologii jako takové, častěji dbaly na prevenci, prožívaly menší míru studu ve vztahu ke gynekologickému ošetření (sběr dat GIC NORA, 2024-25). Tento typ zkušeností by mohly předávat dál jako peer pracovnice nebo přibližovat v rámci vzdělávacích aktivit.

Inspirativním příkladem může být například praxe v Maďarsku, kde Regionální úřad WHO pro Evropu ve spolupráci s Ministerstvem zdravotnictví a Úřadem pro menšiny spustil projekt peer edukace zaměřený na romské dospívající, kteří nejsou zapojeni do školní docházky (Breaking the Barriers, 2003: 57). Romští studující středních škol byli vyškoleni k tomu, aby mezi svými vrstevníky a vrstevnicemi sbírali informace o užívání tabáku a alkoholu, sebepřijetí a sexuálním zdravím, a tím podporovali lepší povědomí o dostupných zdravotních službách (tamtéž).

---

<sup>3</sup> „Peer work lze definovat jako řadu metod, které jsou založeny na zapojování vrstevníků nebo členů cílových skupin v oblasti sociálních, zdravotních služeb a politik.“ (Matějková, 2014: 13)

## Závěr

Cesta k plošnému, kvalitnímu menstruačnímu vzdělávání v České republice je dlouhá a vyžaduje politickou vůli, finanční zdroje a spolupráci mezi různými aktéry – Ministerstvem školství, školami, zdravotnickou sférou, neziskovými organizacemi a samotnými komunitami. Tato cesta vyžaduje ochotu čelit nepohodlí a otevřít témata, která byla dlouho tabuizována. Nicméně výsledkem mohou být dívky, které jsou informované, sebevědomé a mají přístup k potřebným zdrojům, mohou lépe rozumět svému zdraví a dělat prospěšná a informovaná rozhodnutí, mít lepší školní docházku a větší autonomii nad vlastním životem. Navíc společnost, ve které je menstruace normalizována a diskutována otevřeně, je spravedlivější a rovnější pro všechny.

## Bibliografie

- Allen, K. R., Kaestle, C. E., & Goldberg, A. E. (2011). More Than Just a Punctuation Mark: How Boys and Young Men Learn About Menstruation. *Journal of Family Issues*, 32(2), 129–156. <https://doi.org/10.1177/0192513X10371609>
- Balogová, K. (2021). Přechodové rituály v romské kultuře. Bakalářská diplomová práce. Technická univerzita v Liberci. <https://theses.cz/id/x5v0ot/>
- Bearman, S., Korobov, N., & Thorne, A. (2009). The fabric of internalized sexism. *Journal of Integrated Social Sciences*, 1(1), 10–47.
- Berliner, D., & Sarró, R. (Ed.). (2007). *Learning Religion* (1st edition). s.n.
- Buonsenso, D., Pata, D., Raffaelli, F., Malorni, G., Colaiaco, F., & Malorni, W. (2025). Health Care and Access to Quality Social-Health Services of the Roma and Sinti: A Scoping Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 22(7), 1063. <https://doi.org/10.3390/ijerph22071063>
- Chrisler, J. C. (2013). Teaching Taboo Topics: Menstruation, Menopause, and the Psychology of Women. *Psychology of Women Quarterly*, 37(1), 128–132. <https://doi.org/10.1177/0361684312471326>
- Council of Europe. (2014). *Strategy on the advancement of Romani women and girls (2014–2020)*. Council of Europe.
- Česká středoškolská unie. (2020). *Zpráva z průzkumu - sexuální výchova na středních školách*. <https://stredoskolskaunie.cz/wp-content/uploads/2020/11/Zprava-z-pruzkumu-sexualni-vychova-na-strednich-skolach.pdf>
- Česká ženská lobby. (2023). „Vložky nejsou luxusní zboží“ Česká ženská lobby vyzývá sněmovnu k zařazení menstruačních potřeb do snížené hladiny DPH. [https://czlobby.cz/wp-content/uploads/2024/12/tz\\_czl\\_vlozky\\_nejsou\\_luxusni\\_zbozi-2.pdf](https://czlobby.cz/wp-content/uploads/2024/12/tz_czl_vlozky_nejsou_luxusni_zbozi-2.pdf)
- Člověk v tísni. (2024). *Na co všechno se zaměřuje a co odkrývá projekt: Reprodukční zdraví dívek a žen zasahuje mnohem hlouběji*. <https://www.clovekvtisni.cz/na-co->

[vsechno-se-zameruje-a-co-odkryva-projekt-reprodukci-zdravi-divek-a-zen-zasahuje-mnohem-hlouběji-11306gp](https://www.esfcr.cz/mapa-svl-2015/www/index2679.html?page=1)

Dammery, S. H. (2016). *First Blood: A Cultural Study of Menarche*. Monash University Publishing.

Dolezal, L. (2016). Body shame and female experience. In H. Landweer & I. Marcinski (Eds.), *Dem Erleben auf der Spur: Feminismus und Phänomenologie [Discovering lived experience: Feminism and phenomenology]*. Transcript Press.

ESF ČR. (2015). Jak pracovat s mapou? <https://www.esfcr.cz/mapa-svl-2015/www/index2679.html?page=1>

European Monitoring Centre on Racism and Xenophobia. (2003). *Breaking the barriers: Romani women and access to public health care*. Office for Official Publications of the European Communities.

European Union Agency for Fundamental Rights (Ed.). (2019). *Second European Union minorities and discrimination survey: Roma women in nine EU Member States*. Publications Office. <https://doi.org/10.2811/030653>

Földes, M. E., & Covaci, A. (2012). Research on Roma health and access to healthcare: State of the art and future challenges. *International Journal of Public Health*, 57(1), 37–39. <https://doi.org/10.1007/s00038-011-0312-2>

Gregorová, L., kolektiv Sola pomáhá. (2024). *Menstruační chudoba v Česku*. Sola pomáhá, z.s.

Hájková, M. (2001). Rodina a zvyky slovenských Romů usazených v české republice. In: Šišková, T. (Ed.) *Menšiny a migranti v české republice. My a oni v multikulturní společnosti 21. století*. ISBN 80-7178-648-9.

Hansen, A., Bayes, J., & Schloss, J. (2025). Empowering Women Through Knowledge: A Systematic Review of Literature on Menstrual and Reproductive Health Literacy. *Health Equity*, 9(1), 357–374. <https://doi.org/10.1177/24731242251363080>

Horváthová, J. (2002). *Kapitoly z dějin Romů*. Člověk v tísni, společnost při ČT, o.p.s., ve spolupráci s nakladatelstvím Lidové noviny.

- Hynková, M. (2015). Romská žena: identita, role, postavení. Výzkumná zpráva. Genderové informační centrum NORA, o.p.s. [https://6d77a323ea-cdnwnd.com/50d2286a49b6846c801b72a1cf7189d4/200001870-9674f96751/V%C3%BDzkumn%C3%A1-zpr%C3%A1va-k-tisku.pdf?ph=6d77a323ea](https://6d77a323ea.civaw-cdnwnd.com/50d2286a49b6846c801b72a1cf7189d4/200001870-9674f96751/V%C3%BDzkumn%C3%A1-zpr%C3%A1va-k-tisku.pdf?ph=6d77a323ea)
- Kožíšková, G. (2013). Přejížděcí rituály v rámci romské rodiny. Bakalářská diplomová práce. Západočeská univerzita v Plzni. <http://hdl.handle.net/11025/14262>
- Křižanová, V. (2024). *"I find it so embarrassing": Exploring menstruation in Romani communities in Slovakia*. Magisterská diplomová práce. Central European University.
- Lacková, E. (2002). Narodila jsem se pod šťastnou hvězdou: Uřířom tel bachtař čercheň. ISBN 80-8613847-X.
- Lakatošová, D. (2023, duben 6). Průzkum: Pomlázku nemá rádo 80 procent žen a polovina mužů. Pít ke koledě alkohol plánuje každý desátý. *NMS Market Research*. <https://nms.global/cz/pruzkum-pomlazku-nema-rado-80-procent-zen-a-polovina-muzu-pit-ke-koledě-alkohol-planuje-kazdy-desaty/>
- Lecerf, M. (2025, March). *Understanding EU action on Roma inclusion*. European Parliamentary Research Service. [https://www.europarl.europa.eu/RegData/etudes/BRIE/2021/690629/EPRS\\_BRI\(2021\)690629\\_EN.pdf](https://www.europarl.europa.eu/RegData/etudes/BRIE/2021/690629/EPRS_BRI(2021)690629_EN.pdf)
- Matějková, R. (2014). *Vymezení pojmu peer-work v České republice se zaměřením na uživatele návykových látek*. Magisterská diplomová práce. Univerzita Karlova. <https://dspace.cuni.cz/handle/20.500.11956/53811>
- McFadden, A., Siebelt, L., Gavine, A., Atkin, K., Bell, K., Innes, N., Jones, H., Jackson, C., Haggi, H., & MacGillivray, S. (2018). Gypsy, Roma and Traveller access to and engagement with health services: A systematic review. *European Journal of Public Health*, 28(1), 74–81. <https://doi.org/10.1093/eurpub/ckx226>
- Ministerstvo zdravotnictví České republiky. (2025, August 22). *Novela vyhlášky Ministerstva zdravotnictví zajistí menstruační potřeby pro dívky ve školách*. <https://www.mzcr.cz>

MUNI PED. (2025). *Fakulta nově nabízí menstruační pomůcky zdarma.*

<https://www.ped.muni.cz/aktuality/fakulta-nove-nabizi-menstruacni-pomucky-zdarma>

Plan International. (2017). *Nearly two million girls in the UK miss school because of their period.* <https://plan-uk.org/press/two-million-girls-in-the-uk-miss-school-because-of-their-period>

Rodríguez-Camacho, M. F., Sanchís-Ramón, M. J., Ortiz-Barreda, G., La Parra-Casado, D., & Gil-González, D. (2024). Menarche and reproductive health in Spanish Roma women from a reproductive justice perspective: A qualitative study. *Reproductive Health*, 21, 17. <https://doi.org/10.1186/s12978-023-01726-5>

Sadílková, H. (2019). Historie a historiografie nucených sterilizací romských žen v Československu a jejich přesahu do současnosti. <https://www.dzaniben.cz/files/731888638869d5601a64c3b8674100e3.pdf>

Schooler, D., Ward, L. M., Merriwether, A., & Caruthers, A. S. (2005). Cycles of Shame: Menstrual Shame, Body Shame, and Sexual Decision-Making. *The Journal of Sex Research*, 42(4), 324–334.

Thérèse Mahon, T. M., Anjali Tripathy, A. T., & Neelam Singh, N. S. (2015). Putting the men into menstruation: The role of men and boys in community menstrual hygiene management. *Waterlines*, 34(1), 7–14. <https://doi.org/10.3362/1756-3488.2015.002>

Tingle, C., & Vora, S. (2018). *Break the barriers: Girls' experiences of menstruation in the UK.* No More Taboo & Plan International UK.

United Nations Children's Fund (UNICEF) & World Health Organization (WHO). (2024). *Progress on drinking water, sanitation and hygiene in schools 2015–2023: Special focus on menstrual health.* United Nations Children's Fund (UNICEF) and World Health Organization (WHO).

Vacková, J., Maňhalová, J., Rolantová, L., & Urban, D. (2020). Health literacy in the Roma population. *Kontakt*, 22(4), 243–250. <https://doi.org/10.32725/kont.2020.021>

Vláda České republiky. (2021). *Strategie rovnosti, začlenění a participace Romů (Strategie romské integrace) 2021–2030.* Úřad vlády České republiky.

[https://vlada.gov.cz/cz/ppov/zalezitosti-romske-komunity/aktuality/strategie-rovnosti--zacleneni-a-participace-romu-strategie-romske-integrace-2021\\_2030-188413/](https://vlada.gov.cz/cz/ppov/zalezitosti-romske-komunity/aktuality/strategie-rovnosti--zacleneni-a-participace-romu-strategie-romske-integrace-2021_2030-188413/)

Wood, K., McCarthy, S., Pitt, H., Randle, M., & Thomas, S. L. (2025). Women's experiences and expectations during the menopause transition: A systematic qualitative narrative review. *Health Promotion International*, 40(1), daaf005.

<https://doi.org/10.1093/heapro/daaf005>