

Современный термин «**Менструация**» происходит от латинского слова *mensis* (месяц) и обозначает ежемесячное обновление женского организма за счет отторжения функционального слоя эндометрия (слизистой оболочки матки), сопровождающееся кровотечением.

В древние времена у славянских народов понятие «**менструация**», или частое ошибочное написание «минструация», «менструационный» цикл, обозначалось словами «регулы», «рубашЕчно», «платнОе», «месячИно» и многими другими иносказательными выражениями – такими, как «войти в годы», «носить временное», «зацвести», «носить кветки на на буахе». Часть этих и других терминов использовалась также и для обозначения определенных этапов в жизни женщины — периодов расцвета, брака и деторождения.

Жизнь древних народов была очень четко регламентирована множеством обычаев и традиций, соблюдение которых сопровождалось целым рядом обрядовых действий. Так, например, каждая девушка с наступлением первых **менструаций** проходила своего рода инициацию. Как правило, у славян, в отличие от азиатских народов, это не было связано с какими либо массовыми празднествами, а, наоборот, носило характер некоего таинства. Девушка первым делом сообщала об этом событии «старшей матери» в семье, а та, в свою очередь, привлекала мать девушки и других женщин семьи для проведения необходимых ритуалов.

Известные нам ритуалы можно условно разделить на две группы. Первая группа обрядов инициации была направлена на упорядочивание **менструального цикла**, обеспечения его регулярности, в норме. Смысл второй группы ритуальных действий заключался в обращении к божественным силам с просьбой о наделении девушки плодородием.

Наступление у девушки **месячных** значило, что в ее жизни начинался новый жизненный этап. С этого момента девушка могла носить взрослые женские одежды, украшения, пользоваться белилами и румянами, участвовать во взрослой жизни, праздниках и ритуальных мероприятиях наравне с другими молодыми женщинами.

Тот факт, что раньше во время **месячных** женщина ограничивалась в тех или иных действиях, не считался тогда чем-то обидным (хотя современные дамы восприняли бы подобные ограничения во время « **критически**

х дней

крайне негативно). Дело в том, что эти ограничения в большей степени были направлены на облегчение физической и психологической нагрузки женщины. Более того, многие древние запреты легко объяснимы с современной научной точки зрения.

Так, например, в

менструальный цикл

женщин не допускали к приготовлению всего связанного с процессом брожения и квашения. Этому есть объяснение: во время

менструации

организм выделяет эндотоксины и особые гормоны, которые обуславливают мутацию и/или гибель дрожжевых грибов, обеспечивающих ферментацию. Кроме того, женщине запрещалось прикасаться к охотничьему и рыболовному инвентарю – а ведь уже доказано, что особые гормоны, выделяемые при

менструации

, обладают сильным запахом, который животные и рыбы чувствовали даже на большом расстоянии.

Стоит отметить, что в древние времена женщины во время **месячных** не пользовались никакими средствами гигиены. Это было обусловлено, в первую очередь, бедностью основной части населения, а во-вторых, тем, что тогда гораздо терпимее относились к телесным выделениям и запахам. Более того, даже сейчас в некоторых регионах Индии, Китая и стран Юго-Восточной Азии женщины не используют никаких средств для сбора **менструальных выделений**

Еще несколько столетий назад у многих женщин **менструальный цикл** наступал крайне редко. Это было связано с ранним началом семейной жизни и деторождения, длительного периода вскармливания ребенка (раньше во время кормления грудью

менструаций

у здоровой женщины, как правило, просто не было). По прошествии 3-5 лет грудного вскармливания замужняя женщина снова беременела, поэтому времени для

менструального цикла

было совсем мало. Однако, несмотря на это, многие древние источники содержат достаточно большое количество рекомендаций по соблюдению гигиены в период менструации. Так, например, рекомендовалось проводить водные процедуры не менее 2-х раз в день, использовать материю в качестве прокладок, а исламские источники содержат совет пророка Мухаммеда пользоваться, в том числе, специальным «подносом-сборником». Таким образом, первые упоминания о

[менструальной чаше](#)

можно смело отнести к пятому веку нашей эры. При этом какие-либо средства

[интимной гигиены](#)

раньше могли себе позволить, безусловно, только избранные женщины из высших сословий. Сегодня же приобрести

менструальную чашу

может любая женщина – ведь это уже не является предметом роскоши. Однако не стоит забывать, что выбранное и осознанно используемое средство

женской интимной гигиены

по-прежнему много говорит как о самой женщине, так и о её отношении к себе и окружающему миру и к своему здоровью.

[Перейти в магазин менструальных чашек](#) .

Пояс верности для гигиенической прокладки?

А знаете ли вы, что раньше для удобства ношения женских **гигиенических прокладок** использовались специальные пояса?

Всемирно известные по сегодняшний день компании по изготовлению и продаже женских гигиенических средств (Kotexи Tamraх) еще тогда соревновались между собой, изобретая десятки моделей **многоразов**

ых женских гигиенических прокладок

. Но идея облегчить жизнь женщине принадлежит компании Tamraх

, которая в 1945 году выпустила в продажу специальный пояс, который жестко фиксировал прокладку и не давал ей смещаться.

Тогда же стали выпускаться и одноразовые **женские гигиенические прокладки**, приспособленные под пояса. С одной стороны такое изобретение было удобным, с другой стороны многие женщины жаловались на то, что они были заметны под одеждой и натирали в интимных местах. Но, не смотря на это, пояса продержались на рынке женских гигиенических средств вплоть до 1970 гг.

И только в 1972 году был сделан первый шаг к тем гигиеническим прокладкам, которые мы знаем сегодня – появилась клейкая полоса на обратной стороне, для фиксации к трусикам. Этот шаг сделала голландская компания Stayfree, а все остальные дружно подхватили идею. Пояс для крепления прокладок потерял свою актуальность и востребованность.

Несколькими годами раньше все большую популярность стали обретать тампоны и губки. И не только потому, что ремни сильно натирали. Сами **гигиенические прокладки** были далеки от совершенства: протекали, при переполнении деформировались, набухали и смещались. Об активной жизни и физических нагрузках в **критические дни женщинам** приходилось забыть, а о спорте и подавно.

Поэтому переход к модифицированным средствам гигиены в 70-е гг можно смело назвать периодом прорыва в индустрии женских гигиенических средств.

<https://www.menstrual-cup.ru/>