

Mens på Åland, slutsatser

Av Moa Rytterstedt

Efter en debatt i Ålands lagting om kostnadsfria och tillgängliga mensskydd ville jag ta reda på vad själva målgruppen tycker, och ta fram kunskap om hur det förhåller sig med mens på Åland.

En digital enkät öppnades för svar den 6 februari 2021.

Under de två veckor som enkäten var öppen svarade 782 personer på frågorna. Enkäten har marknadsförts och delats på sociala medier och via mejl till alla åländska högstadie- och gymnasieskolor.

De svarande är generellt kvinnor i åldern 25-45 år boende på Åland som menstruerar. Några män och ickebinära personer som menstruerar har besvarat enkäten. Några svaranden har aldrig haft mens och många har besvarat frågorna för tidigare perioder. Den yngsta svarande är 10 år och den äldsta är 69 år. (Fråga 1-4)

Samhället och mens

Endast 20% av de svarande säger att de känner att de går att prata öppet om mens i det åländska samhället. 60.9% svarar att det går ibland, flera förtydligar att det går att prata öppet om mens bland andra kvinnor. 16% svarar att det inte går att prata öppet om mens. Som kontrast anser 90.7% av svaranden att de ser det som viktigt att kunna prata öppet om mens. Vi kan dra slutsatsen att mens är tabubelagt och att folk inte vill att det ska vara så. (Fråga 17-18)

72.2% svarar ja på frågan "Ska mensskydd vara kostnadsfria på Åland?". 13.1% svarar att det ska vara kostnadsfritt för vissa, t.ex minderåriga, personer som lever i fattigdom eller studerande. 3.3% av svaranden anser att mensskydd inte ska vara kostnadsfria på Åland och 11.5% svarade att de inte vet.

82.2% anser att mensskydd ska vara lättillgängliga genom att t.ex finnas på offentliga toaletter liksom toapapper och pappershanddukar. 6.2% svarar nej, många med förklaringen att de inte anser det vara hygieniskt eller att de är rädda för förstörelse. 11.6% svarar att de inte vet.

Den stora majoriteten vill ha kostnadsfria och lättillgängliga mensskydd på Åland. (Fråga 19-20)

Kostnader för mens och mensskydd

De flesta betalar 50-150 euro/år för sina mensskydd.

Skillnaderna i kostnader är stora. Flera svaranden har inga kostnader för mensskydd eftersom de använder och har använt menskopp i många år. Flera svaranden har kostnader för mensskydd som överstiger 1000 euro/år. (Fråga 12)

Andra kostnader kopplade till mensens uppgår i medeltal till 50 euro/år. Här är skillnaderna ännu större, med en liten del av svaranden som har kostnader för sin mens som överskrider

5000 euro varje år. Orsaker till dessa höga belopp är lönebortfall för arbetsförmåga pga mensens, många läkarbesök och höga läkemedelskostnader.

55.8% av svaranden har 0 dagars frånvaro från arbete, skola, politiska uppdrag eller liknande pga mensens. 36% av svarande har cirka en veckas frånvaro per år pga mensens.

7.2% har omkring en månads frånvaro. Det finns stora individuella skillnader i hur mensens påverkar arbetsförmågan eller närvaro i skolan. (Fråga 7 och 15)

Om inga kostnader fanns kopplade till de svarandes mens skulle de allra flesta spara, köpa mat eller stötta det åländska näringslivet. Många skulle investera i sin hälsa, sin partner, sina barn, betala räkningar eller använda de extra pengarna till nöje. (Fråga 16)

Menscykeln, mensens och mensskydd

Mensens varar oftast mellan 4 och 7 dagar. Menscykeln för de flesta är 25-32 dagar lång. Det förekommer stora individuella skillnader. Det finns personer vars menscykel är kortare än 16 dagar och menscykler som är längre än 36 dagar. Mensens längd varierar också mycket. Den kan pågå kortare än 2 dagar och längre än 12 dagar. (Fråga 5-6)

De vanligaste mensskydden är binda och tampong, som används av 75.4% av de svarande. 21.8% använder återanvändbara skydd som menskopp, tygbinda eller menstrosa (fråga 8). Engångsskydd är för de allra flesta effektiva i 2-4 timmar innan skyddet behöver bytas ut. Vissa typer av skydd, såsom nattbinda, är effektiva upp till 12 timmar. Många svarar att de behöver byta skydd flera gånger i timmen under speciella perioder under mensens (fråga 9) eller att de binda eller trosskydd i kombination med menskoppen eller tapongen vilket också förlänger den effektiva tiden för engångsskydden.

47.2% uppger att de skulle sluta eller minska på sin användning av engångsskydd om de blev erbjudna återanvändbara alternativ (menskopp, tygbinda eller menstrosa) kostnadsfritt. 26.3% svarar kanske och 8.4% svarar att de inte vet. Endast 18.1% svarar nej på den frågan och många motiverar sitt nekande svar med att de av fysiska orsaker inte kan använda menskopp eller avstår från tygbindor pga hygienskäl.

Det skulle därmed vara en vinst för miljön att erbjuda kostnadsfria mensskydd (fråga 11). Återanvändbara skydd används av de allra flesta i 3-5 år innan de byts ut mot ett nytt. En stor del använder sina återanvändbara skydd i över 10 år. Vi kan alltså konstatera att kostnadsfria återanvändbara mensskydd skulle vara en hållbar, långsiktig investering som gynnar både privatekonomi och miljö. (Fråga 10)

94.8% av alla svarande känner skillnad i kvaliteten på mensskydd. Svaren på frågan "Hur känner du skillnad?" är många och varierande men de största markörerna för kvalitet på mensskydd är uppsugningsförmåga, komfort, läckage och hållbarhet. De allvarligaste konsekvenserna av dåliga mensskydd är smärta, svampinfektion, utslag, urinvägsinfektion, generell försämring av underlivs hälsan och att tampongens snöre lossnar (Fråga 13-14). Fel sorts mensskydd, som beskrivs som billiga, kan alltså skapa långvariga och kostsamma gynekologiska problem och flyttar den direkta kostnaden för mensskydd någon annanstans.

Bilagor;

1. Data sammanställningen i Google Kalkylark
2. Följebrev till enkäten
3. Enkätfrågor

Bilaga 1 - Data sammanställningen i Google Kalkylark

Under länken är enkätsvaren sammanställda, kategoriserade och anonymiserade. Dokumentet innehåller också grafiska översikter av statistiken.

<https://docs.google.com/spreadsheets/d/1wxGFA21dchdUpdI0LIKhk1RomtPbCCkws1dBsafoljl/edit?usp=drivesdk>

Enkätsvaren i sin helhet finns att beskåda enligt överenskommelse med MensPaAland@gmail.com

Mens på Åland

Lagtingsledamöter Fellman, Eckerman och Gunell lämnar den 3 december 2020 in en motion till Ålands lagting om att uppmana landskapsregeringen att utreda möjligheterna om att göra mensskydd kostnadsfria och lättillgängliga. Den 27 januari 2021 debatteras motionen för första gången i plenum. Debatten lämnar mycket att önska. Det som är tydligt från debatten är att en stor del av lagtingsledamöterna inte vet vad de pratar om. Kunskapen om mens och allt som hör till mens är ganska frånvarande.

Målet med enkäten är att vara ett kunskapshöjande och insiktsgivande material för ålänningar, lagtinget och landskapsregeringen. Målet är att vara med och påverka så att våra folkvalda lagstiftare står på en grund som är förankrad i det åländska samhället när de tar beslut i frågan.

Enkäten ägs av mig, Moa, en 27-årig privatperson boendes på Åland som har mens ibland. Enkätens resultat kommer sluta i en rapport som beskriver hur åländska personer som menstruerar har det just nu. Rapporten kommer delas med media, lagtinget och landskapsregeringen. Alla svar anonymiseras och svar som kan utläsa en persons identitet kommer att lämnas utanför rapporten. Inga personuppgifter kommer samlas in eller sparas. Alla kan fylla i enkäten oavsett kön, ålder eller biologiska funktioner. De frågor som inte är aktuella för dig hoppar du över.

Bilaga 3 - Enkätfrågor

Mens enkät

Enkäten består av 20 frågor. Vill du inte svara på någon fråga kan du gå till nästa

1. Bor du på Åland?

- Ja
- Nej
- Periodsvis
- Har flyttat
- Har aldrig bott på Åland
- Föredrar att inte svara

2. Hur gammal är du?

- _____

3. Vilket kön har du?

- Man
- Kvinna
- Ickebinär
- Föredrar att inte svara

4. Menstruerar du? Om du inte längre menstruerar kan du besvara frågorna hur det var när du menstruerade

- Ja
- Nej, jag besvarar frågorna för tidigare perioder
- Jag har aldrig haft mens
- Föredrar att inte svara

5. Hur lång är din menscykel? Varierar den kan du välja flera alternativ

- Kortare än 16 dagar
- 16-20 dagar
- 21-24 dagar
- 25-28 dagar
- 29-32 dagar
- 33-36 dagar
- Längre än 36 dagar
- Oregelbunden
- Jag vet inte
- Föredrar att inte svara
- Other: _____

6. Hur länge varar din mens? Varierar det kan du välja flera alternativ

- Kortare än 2 dagar
- 2-3 dagar
- 4-5 dagar
- 6-7 dagar
- 8-9 dagar
- 10-11 dagar
- 12 dagar eller längre
- Jag vet inte
- Föredrar att inte svara
- Other: _____

7. Hur många dagar frånvarar du från arbete, skola, politiska uppdrag eller liknande pga din mens under ett års tid?

- 0 dagar
- Mindre än en vecka sammanlagt
- Mer än en vecka sammanlagt
- Mindre än en månad sammanlagt
- Mer än en månad sammanlagt
- Jag vet inte
- Föredrar att inte svara
- Other: _____

8. Vilket eller vilka mensskydd använder du mest? Du kan välja att svara med märke, typ eller sort om du vill

- Binda
- Tampong
- Menskopp
- Tygbinda
- Menstrosa
- Inget
- Föredrar att inte svara
- Other: _____

9. Hur länge är ett engångsskydd, alltså binda eller tampong, effektivt för dej under mensen?

- _____

10. Hur länge använder du ett återanvändbart skydd, alltså menskopp, tygbinda eller menstrosa, innan du skaffar nytt? Använder du inte sådana mensskydd kan du svara direkt på nästa fråga

- _____

11. Om du blev erbjuden kostnadsfria återanvändbara mensskydd, t.ex menskopp, tygbinda eller menstrosa, skulle du sluta eller minska på din användning av engångsskydd? Om du redan använder sådana mensskydd kan du svara direkt på nästa fråga

- Ja
- Nej
- Kanske
- Jag vet inte
- Föredrar att inte svara
- Other: _____

12. Vad kostar dina mensskydd uppskattningsvis per år i euro? Prisexempel på mensskydd finns nedan, du kan också uppskatta helt fritt

Lunette menskopp	34,47€
Belladot Evelina menskopp	24,85€
Lunette tygbindor mix 3st	33,90€
Ob Pro Comfort tamponger 32st	5,69€
Pirkka tamponger super 32st	2,95€
Pirkka tamponger super plus 16st	2,29€
Renée Voltaire Tamponger Regular EKO 16st	5,70€
Tampax tamponger Compak Pearl 18st	4,89€
Always Cotton nattbinda wings 9st	3,95€
Libresse nattbinda 10st	2,25€
Libresse binda ultra normal wing 28st	3,85€
K-Menu tunn sanitetsbinda med vingar 14st	0,99€
Renée Voltaire binda tunn EKO 10st	5,70€
Pirkka Maxi Normal sanitetsbinda 18st	1,59€
Priser från Kantarellen, Central-Apoteket och fi.lunette.com	

- _____

13. Känner du skillnad på kvalitet av mensskydd?

- Ja
- Nej
- Ibland
- Föredrar att inte svara
- Other: _____

14. Hur känner du skillnad?

- _____

15. Vilka andra kostnader har du kopplat till din mens uppskattningsvis per år i euro? T.ex läkarbesök, förlorad inkomst, mediciner. Prisexempel finns nedan, du kan också uppskatta helt fritt

Läkarbesök	30€
Telefontid	10€
Förnyelse av recept	10€
Burana 400 mg 30 tabletter	9,99€
Panadol novum 500 mg 30 tabletter	7,93€
Inkomst för en offentligt anställd på Åland	
år 2019 för en dag	113€
Leggings från Lindex	14,99€
3-pack bomullstrosor från Lindex	17,99€
Fazer mjölkchokladkaka 200g	2,25€
Neutral flytande tvättmedel 1l color	4,65€
Rengöringsservetter för menskopp 10st	4,03€
Priser från ÅSUB, ÅHS, Central-Apoteket,	
Kantarellen och Lindex	

- _____

16. Om du inte hade några kostnader kopplade till mens, vad skulle du göra för dina extra pengar i plånboken?

- _____

17. Känner du att det går att prata öppet om mens i det åländska samhället?

- Ja
- Nej
- Ibland
- Föredrar att inte svara
- Other: _____

18. Ser du det som viktigt att vi kan prata öppet om mens?

- Ja
- Nej
- Ibland
- Föredrar att inte svara
- Other: _____

19. Ska mensskydd vara konstnadsfria på Åland?

- Ja
- Nej
- Jag vet inte
- Föredrar att inte svara
- För vissa
- Other: _____

20. Ska mensskydd vara lättillgängliga på Åland t.ex finnas på offentliga toaletter så som toapapper och pappershanddukar finns?

- Ja
- Nej
- Jag vet inte
- Föredrar att inte svara
- Other: _____

Förstår du att enkätens resultat kommer lämnas över till Ålands lagting, landskapsregering och media och då bli en offentlig handling? Ingen information som kan avslöja en person kommer att delas.

- Ja
- Nej