


### 16.1.13 Maandverband, not always


Alleen mensen (en rhesusaap, chimpansee, gorilla) hebben een maandelijks cyclus met een menstruatie.

Tegenwoordig zijn er wegwerp maandverbanden , inlegkruisjes, tampons.

Tot rond 1960 gebruiken vrouwen in het westen repen (katoen of) flanel die telkens uitgekookt werden.

De buitenkant kan van nylon (vochtdicht) zijn.

In principe kunnen alle absorberende materialen hiervoor gebruikt worden.

Een duurzamer alternatief is een **menstruatiecup** , voor het eerst gepatenteerd in 1932. Dit is een kelkje dat ongeveer als een tampon in de vagina wordt ingebracht om het menstruatied bloed op te vangen. Er kan maximaal 30 ml in. Vrouwen verliezen 30 à 60 ml bloed per menstruatie. Twee tot vier keer per dag leeg je de cup in het toilet. Na het schoonmaken kan je die weer inbrengen. De cup moet minimaal om de twaalf uur gelegeerd en schoongemaakt worden. Hij kan ook 's nachts gedragen worden, en bv. tijdens zwemmen en saunabezoek. Ze zijn gemaakt van siliconen of rubber, en geurloos.

♪ *Tampon: een rustig nachthemd. Loes Luca*

♪ *Binnenpretjes: tampon met jeukpoeder.*

### Luier

Een Westerse baby gebruikt tijdens zijn carrière 4 à 5.000 luiers, of ca. 1.000 kilo afval. (Exclusief incontinentiemateriaal als bejaarde). I.v.m. kosten en milieubelasting (productie, transport, verwerking) zijn katoenen vouwluiers met veiligheidsspelden of in luiersbroekjes het overwegen waard. Zeker met een papieren inlegvelletje om de inhoud in toilet, vuilbak, mest- of composthoop weg te werken. Vooral als je milieuvriendelijk wast, en ze ook gebruikt voor een 2de kind, en/of later door geeft aan anderen.

♪ *Het huis is verschrikkelijk vochtig. Als ik een muizenval plaats, vang ik haring.*

♪ *Als God niet had gewild dat we zouden masturberen, dan had hij ons kortere armen gegeven. George Carlin*