

2 ou 3 choses qui m'énervent... dans l'hygiène féminine

by [S.D. & A.S.](#)

► Les tailles des tampons et serviettes semblent choisies pour nous complexer. Quand vous utilisez un super plus, il vous a déjà fallu braver les regards au magasin, tandis que vous agrippiez le paquet de TAMPONS-MAXI-SUPER-ABSORBANT-POUR-GROS-FLUX (entendre cascade). Vous avez vraiment l'impression que vos règles sont au dessus de la normale ? Et pourquoi ne pas les classifier...plus humblement : Normal, Mini et Gouttes résiduelles ?



► Leur prix exorbitant, de quoi rajouter à la culpabilité.

► Toutes ces publicités qui veulent nous convaincre qu'avoir ses règles, c'est sale. Y faut tellement pas que cela se voie (oh lala quelle horrrreur) qu'on nous concocte des serviettes noires (pour slip assorti) et d'autres spécialement adaptées pour être portées sous un string. La dernière pub en date nous montre une cantatrice debout, et plein de femmes assises dans l'audience tandis qu'une voie empreinte d'un ton scientifique nous explique l'importance d'avoir une serviette super absorbante pour assumer la position debout. Ben oui les filles, ça coule plus fort à la verticale...Le message est clair : Restons couchées les jambes en l'air, c'est plus sûr.

► Le processus de blanchiment au chlore qui donne aux chères petites choses ce blanc éclatant (souvenez-vous c'est sale) rend les petites choses cotonneuses...DIOXINEES. Que des millions de femmes se mettent de la dioxine dans le corps chaque mois pendant des années ne fait pas les gros titres (ni les petits). Quelques volailles ont mangé de l'huile de vidange et on se met à massacrer des milliers de poulets. Et puis il y a cette rumeur que le traitement à la dioxine fait saigner - et qui dit saigner plus,

dit consommer plus de tampons... Aux Etats-Unis, le scandale a forcé le gouvernement à adopter une législation demandant un certain niveau de sécurité dans les tampons.

► Dans le cadre de Woua-on-n'arrête-pas-le—progrès : nous découvrons les prestigieux tampons avec applicateur à bout arrondi, soi-disant plus doux... Raté, c'est super les petites dents en cartons qui griffent et pincent. Les languettes rabattables qui collent bien aux poils des jambes mais n'ont pas d'autre utilité, constituent une autre belle démonstration qui confirmerait notre impression que le lobby du tampon n'est constitué que de messieurs pas très futés.

► Le monopole de l'industrie. Connaissez-vous d'autres gammes de produit où il n'y a qu'un choix de deux marques (pour les tampons) ?

Enfin une bonne nouvelle : il existe d'autres options.

ScumGrrrls a testé pour vous :

► Les tampons et serviettes bio non blanchies au chlore. Et qui sont aussi blanches que les dioxinées (so what's the point ?) mais bien plus douces à mettre. Fabriqués avec du coton (la plupart des Tampax, o.b., Allways et autres sont en synthétique) cultivés de manière organique (et donc sans pesticides et autres crasses chimiques). Les serviettes bio se désagrègent assez vite ... mais l'absence de dioxine près de notre vagin compense amplement... Il existe une marque anglaise (Natracare, made in Germany, plaatjesaggregatieremmer Bodywise (UK) Ltd Bristol BS32 4DX, England) et je viens de découvrir que mon magasin bio à Namur en vendait une autre marque allemande (Helen Harper Ecoline, par Ontex GmbH, Egerstrabe 9, D-86911 Diessen). Qu'en est-il ailleurs ? Et si l'on demandait à notre magasin bio de les acheter ?

► Les éponges naturelles à s'insérer dans le vagin et à tordre lorsqu'elles sont bien imbibées. Beaucoup ne jurent que par ces créatures marines et il est vrai qu'on les oublie aussi vite qu'on les a mises. Et puis cela ne coûte rien (1\$ pièce), c'est écologique et ça dure des mois. Sans doute, un peu plus de pratique nous permettrait de mieux gérer leur utilisation (quand c'est plein, cela fuit très vite ce qui nous a causé quelques désagréables surprises). Les éponges ainsi que d'autres produits présentés ici obligent à affronter clairement notre sang, ce à quoi nous ne sommes pas habituées (ou à quoi nous avons été socialement déshabituées).

► Les coupelles jetables Instead <http://www.softcup.com> : plus faciles à insérer qu'il ne semble, tout doux mais cela demande un peu de pratique pour l'enlever une fois qu'il est rempli et surtout un évier à côté de la toilette (ou une bouteille d'eau et de petits sacs). Le grand avantage c'est qu'on peut les garder longtemps, jusqu'à 12 heures et qu'on ne sent rien.

► Le Keeper <http://www.keeper.com/french/>, un gobelet en caoutchouc lavable et réutilisable dont l'insertion se fait comme pour un diaphragme. Le gobelet contient bien plus qu'un simple tampon avec un risque très réduit de Toxic Shock Syndrom. Pas de problème pour le garder toute une nuit lors de règles très abondantes. Cela a changé la vie de votre testrice de choc mais d'autres membres de la rédaction ont eu plus de difficultés. Ici, un prix de départ assez important (plus de 25 Euros) mais le keeper a une longévité de dix ans ! Un choix écologique également.

► On n'a pas testé les serviettes lavables, à vous de voir.

Quelques sites Web :

The Museum of Menstruation Une mine d'infos d'un passionné des règles. Des tonnes de pubs et brochures sur les règles et les produits destinés aux femmes datant de plus d'un siècle (on peut même voir des hiéroglyphes datant de 1500 avant JC recommandant l'insertion d'éponges !). L'histoire illustrée des tampons, des serviettes, douches et déos vaginaux, ceintures de protection et vêtements que les femmes portaient pendant leurs règles. On y passerait des heures... <http://www.mum.org>

S.P.O.T. The Tampon Health Website : Un site sur les conséquences des tampons pour la santé contenant des articles scientifiques et une liste complète de produits alternatifs. <http://www.critpath.org/tracy/spot.html> -> <http://www.critpath.org/tracy/spot.html>

Comment faire ses propres serviettes réutilisables : De quoi remplir votre après-midi bricolage du dimanche. <http://www.pacificcoast.net/manymoons/howto.html>

Comment fabriquer des tampons lavables et réutilisables : l'équivalent en français pour des tampons naturels et longue durée. <http://multimania.com/olier/tampons.html>

Bloodsisters : Un site de militantes bien décidées à emmerder l'industrie de l'hygiène féminine et à vous embarquer dans le même combat (nous c'est déjà fait). <http://www.msu.edu/user/eisthen/yeast/>

Urbanarmor : Un site activiste de distribution de produits alternatifs pour les « rebelles menstruelles ». <http://www.urbanarmor.org>

The Yeast Infection Homepage : Pour tout savoir sur les champignons vaginaux, les symptômes, les traitements, les vêtements à éviter (avec sa ceinture en cuir, Xena doit en avoir plein, nous dit le site...) et autres trucs. <http://www.msu.edu/user/eisthen/yeast/>