

**Zeitschrift:** FemInfo / Verein Feministische Wissenschaft Schweiz = Association suisse femmes, féminisme, recherche  
**Herausgeber:** Verein Feministische Wissenschaft Schweiz  
**Band:** - (2018)  
**Heft:** 49

**Artikel:** Wunder oder Sharkweek : Tage ist es her  
**Autor:** Rijkeboer, Sascha  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1098557>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 14.04.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## Tage ist es her

SASCHA RIJKEBOER • 41 Tage ist es her, sagt Clue.

Clue ist eine App – die ich übrigens allen menstruierenden Menschen wärmstens (!) empfehlen kann, ich habe schliesslich fünf verschiedene Apps ausprobiert –, die zeigt, wo mensch gerade so im Zyklus steht. Sie prognostiziert u.a. die kommende Mens – nach normierten Algorithmen, könnte ich das Gefühl kriegen, aber ich weiss es nicht, denn: Meine Mens kam perfekt auf den 28. oder 29. Tag. Sync with the moon. So schön.

Ja, meine Mens, die hatte schon was Mystisches, was Symbolisches, was transzendent Aufgeladenes. Als ich meine Brüste noch hatte, brauchte ich Clue schon auch ein bisschen, aber noch nicht so sehr, da waren die Brüste mein Clue. Clue to: \*squeeze boob\* «Aah, die kommen so in 2-3 Tagen.»

Ich will jetzt aber eigentlich keine Werbung für eine App machen, ohne dafür bezahlt zu werden (ich gehöre schliesslich zu der Generation Influencer\*innen). Nein: Ich bin eine non-binäre afab trans Person. Das heisst: Ich bin bei Geburt dem weiblichen Geschlecht zugewiesen worden (afab: assigned female at birth), kann mich aber nicht damit identifizieren (das macht

mich zu einer trans Person) und identifiziere mich weder mit «weiblich» noch mit «männlich» (das spezifiziert mich zu einer non-binären trans Person). Als afab-Person, deren Geschlechtsorgane medizinisch betrachtet «intakt» sind, habe ich auch Brüste entwickelt, breite Hüften gekriegt, menstruiert.

Ich habe 1,25 Jahre vor meiner ersten Mens Ausfluss bekommen, und das fand ich super unangenehm – das erste Mal war am 70. Geburtstag meines Grossvaters. Ich wusste nicht, wie ich mit jemandem darüber sprechen kann, und hatte jedes Mal, wenn sich ein warmes Tröpfli in meine Unterhose ergoss, die Panik, ich hätte nun meine Tage gekriegt. Ich wusste nicht, dass dieser Ausfluss der Periode ziemlich genau ein Jahr vorausgeht (insert: Appell an die Bildungsinstitutionen!). Ich ging lange davon aus, dass ich nie Frau werden würde. Körperlich. Ich glaubte einfach nicht daran. Und trotzdem hatte ich Angst, weil ich es insgeheim ja selber doch nicht mehr glaubte, weil ja immer wieder mal ein warmes Tröpfli kam.

Ich habe damals intensiv Karate gemacht, fand die ewigen Toilettenbesuche bei jedem Training, meine Unterhose auf ein Einsetzen der Menstruation über-

prüfend, aber so unangenehm, dass ich mit dem Karate aufhörte. Ich finde das retrospektiv einschneidend gemein, dass das mein insgeheimer Austrittsgrund war.

Als sie dann einsetzte, also die Mens, ich weiss es noch genau, es war der 26. Oktober 2007, ich war 16 (ich war so glücklich, war ich so spät!), war mir das sehr unangenehm. Meine Mutter und Grossmutter machten mir Geschenke zur «Frauwerdung». Beim zweiten Einsetzen meiner Mens war ich bei meinem Vater, und wir waren beide total überfordert mit der Situation, dass jetzt Blut aus meiner Vagina träufelte und es das irgendwie zu stoppen galt.

Viele meiner befreundeten afab trans Personen, die sich aber ungleich mir als trans Männer identifizieren, bezeichnen die Menstruation als «Sharkweek»; wie ich das verstehe: als ein schreckliches Erinnert-Werden, dass ihr Körper einem weiblichen Zyklus folgt. Vielleicht – ich glaube – bin ich da romantischer, denn trotz fucking Bauchschmerzen, und absoluter Alltagsuntauglichkeit ohne Schmerztabletten, fand ich es immer etwas speziell Spannendes, meine Tage zu kriegen. Das Bewusstsein: Jetzt haben sich gerade

Östrogen, luteinisierende Hormone, follikelstimulierende Hormone und daraus resultierend Progesteron abgewechselt und zur Ausscheidung einer Zelle beigetragen, die optimal mit Nährstoffen angereichert wurde, um ein zellbiologisches Wunder der Natur herbeizuteilen.

Und heute: Nach knapp vier Monaten non-binärem Testosteron-Einnehmen (einfach halb so viel, wie trans Männer einnehmen) und 41 Tagen Periode-Ausbleiben, wie Clue sagt, wünsche ich mir meine Periode. Nicht weil ich die Bauchschmerzen oder den weiblichen Zyklus an sich mag, aber einfach fürs Gefühl. Weil ich die Vorstellung, ein zellbiologisches Wunder der Natur herbeizuteilen zu vermögen, unglaublich romantisch finde.