

Zeitschrift: Frau ohne Herz : feministische Lesbenzeitschrift
Herausgeber: Frau ohne Herz
Band: - (1990)
Heft: 27

Artikel: Tabuisiert oder verdrängt : die Mensturation
Autor: Suter, Monica
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-631241>

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: 17.04.2026

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

Tabuisiert oder verdrängt: die Menstruation

Der allmonatlichen Bauchkrämpfe während der Mens, den damit einhergehenden Verstimmungen oder gar Depressionen längst überdrüssig geworden, beschloss ich, diesem Thema einmal anders als mit Schmerztabletten zu begegnen. Letztere befreien mich zwar vorübergehend von den Krämpfen im Unterleib, glücklich und zufrieden machen sie mich aber noch lange nicht. Im Gegenteil. Sie bescheren mir Müdigkeit und Abgestumpftheit, welche meine Schmerzen auch nicht eben wettmachen. Eigentlich sehne ich mich nach einem positiven Umgang mit meinem Zyklus. Ernüchtert aber durch die Verdrängung der Menstruation in unseren Breitengraden, empört wegen der Reduzierung auf ein lediglich «hygienisches Problem», begab ich mich auf die Suche nach anderen Begegnungsformen mit diesem Thema, zurück in andere Zeiten, fort in andere Kulturen.

In vielen «primitiven» Gesellschaften kommt der Menstruation eine besondere Bedeutung zu, mehrheitlich sogar, möchte ich behaupten, ist sie mit einem Tabu behaftet. Menstruierende Frauen werden vom öffentlichen Leben ausgeschlossen, verbringen diese Tage alleine oder gemeinsam mit anderen Frauen ausserhalb des Dorfes in Menstruationshütten. Blut wird ohnehin als unrein und gefährlich angesehen. Monatsblut jedoch fliesst nicht zufällig oder infolge eines Unfalls, sondern regelmässig und unkontrollierbar. Dies stellt ein grösseres Gefahrenpotential dar. Es kann Ekel, Widerwillen und vor allem Angst auslösen. Für die Frauen selbst bedeutet die Blutung eine Gefährdung (physisch und psychisch), für die Männer dagegen eine Gefahr. Die verunreinigenden Kräfte des Blutes, allein schon sein Geruch, können auch eine Ernte verderben, Milch sauer werden lassen, die Jagd der Männer zum Misserfolg führen, die Manneskraft bedrohen... Zahlreiche konventionelle Schranken sollen derartiges vermeiden können. Deshalb die Trennung der Geschlechter während der Menstruationszeit, deshalb die rituelle Reinigung danach. Die Seklusion erscheint als Schutz für die patriarchalische Gesellschaft. So ist das Menstruationstabu oftmals Werkzeug zur Statusverminderung und Unterdrückung der Frauen.

Leider wissen wir immer noch zu wenig darüber, wie die Frauen die Seklusion erleb(t)en, denn der Hauptteil der ethnologischen Literatur ist Männerarbeit, und die Auskünfte über die meist patriarchalischen Gesellschaften stamm(t)en mehrheitlich von Informanten. Die betroffenen Frauen kamen bis anhin zu wenig zu Wort.

Das Menstruationstabu kann nämlich verschiedene soziale Funktionen erfüllen und sich auch als positiv für die Frauen erweisen. Die Seklusion z.B. kann als Freiraum der Frauen erscheinen, die Menstruationshütte als Frauenzentrum gelten, wo Raum für Gemeinsamkeit, Ruhe oder Zeit für spezielle Arbeiten vorhanden ist. Die Seklusion kann als Ausschluss aus der Gemeinschaft aber auch als Befreiung (etwa von häuslichen oder ehelichen Pflichten...) betrachtet werden. Sie kann Chance sein für sexuelle Autonomie oder als Weg zu spirituellem und ökonomischem Aufstieg angesehen werden.

Trotzdem, auch diese nachahmenswerten Aspekte können nicht über eine patriarchalische Gesellschaftsordnung hinwegtäuschen, die Tabus zur Unterdrückung der Frau benötigt.

In unserem Kulturkreis wurde und wird die Menstruationsblutung meist als etwas Negatives betrachtet. In der Antike herrschte die Vorstellung, der Fötus wachse mit Hilfe des Menstrualblutes, das als Nährstoff betrachtet wurde, heran. Dem auch während der Schwangerschaft vorhanden geglaubten Blut kam positive Bedeutung zu, weil es zum Reproduktionszweck und für die Menschen (Männer?) unsichtbar floss. Trat jedoch das Blut aus, wechselte die Bedeutung: Austretendes Menstruations-

blut galt als Symbol des Todes, als Nachweis einer verpassten Reproduktionschance! – Das Christentum fand offensichtlich auch keinen positiveren Zugang zum Zyklus der Frau. Das Blut wurde ebenfalls als unrein empfunden. Deshalb wurde menstruierenden Frauen der Kirchzutritt verwehrt. Die Unreinheit vor Gott hätte ansonsten dessen Zorn provoziert. Sexualkontakte waren den Frauen ebenfalls verboten. Die dem Monatsblut nachgesagte toxische Wirkung stellte nicht nur eine Gefahr für Mann und Kultur dar, sie konnte nach damaliger Ansicht auch die Gesundheit eines während dieser Zeit gezeugten Kindes gefährden. Verkrüppelung, Epilepsie oder Aussatz wurden in diesem Fall erwartet. – Römische und germanische Sitten, welche dem Monatsblut eine fruchtbringende Wirkung nicht nur für menschliches Leben, sondern auch für den Boden zusprachen, wurden von der Kirche bekämpft.

Wie auch immer die Menstruation in verschiedenen Kulturen und zu verschiedenen Zeiten betrachtet wurde und wird, die Tabus sind kulturelle Konstruktionen. Nur wenige sprechen dem weiblichen Zyklus positive Werte zu. Die obigen Beschreibungen verweisen lediglich auf Tendenzen und stellen keine allgemeingültigen Wahrheiten dar. Im Vergleich zu heute sticht jedoch in allen Beispielen die besondere Bedeutung der Menstruation ins Auge, die nun einer Verdrängung gewichen ist. Ignoranz verletzt mehr als Tabuisierung. Man macht höchstens Witze über die Menstruation, und frau zollt ihr auch nicht *die* Beachtung, die ihr eigentlich gebührt. Dumme und sexistische Witze zielen auf das Geschlechtsverkehrstabu und die veränderte Gemütslage der Frauen («Sie hat wieder mal ihre Tage...»). Diese wird mit Psychopharmaka ins richtige Lot gebracht, den Schmerzen wird mit Medikamenten abgeholfen. Die Menstruation wird zur Nebensächlichkeit degradiert, die uns höchstens vor hygienische Probleme stellt: «Jeder Tag der Periode verläuft anders, mal ist die Blutung stärker, mal schwächer. Damit (!) müssen Sie und Ihre Monatshygiene fertig werden.» (Zit. o.b.-Werbung). Unverändertes Lebensgefühl (damit wir auch ja arbeitstüchtig sind...) und eine sichere Monatshygiene gelten als oberste Gebote.

Hygiene ist aber auch die offizielle Bestätigung von Dreck. Was mann/frau nicht will, wird weggeputzt. Aber müssen wir uns der Menstruation wirklich schämen? Männer gehen schliesslich auch schamlos bis geniesserisch mit dem alltäglichen Bedürfnis Pissen um! Zu oft schon habe ich mich beim Anblick eines selbstverliebten Pissers masslos geärgert. Solches Verhalten wird nicht tabuisiert, höchstens missbilligt oder verachtet. Da es wohl dem männlichen Selbstverständnis entspricht, wird es toleriert. Weshalb hinterlassen wir eigentlich nicht auch unsere Spuren, lassen von unseren Schamgefühlen und der damit verbundenen Hilflosigkeit ab? Weshalb markieren wir nicht auch unser Territorium? Zum Beispiel in der Form eines institutionalisierten und bezahlten Menstruationsurlaubes?

Monica Suter

Bücherhinweise:

Penelope Shuttle, Peter Redgrove:
Die weisse Wunde Menstruation,
Frankfurt/M. 1986

Alma Gottlieb, Thomas Buchley:
Blood magic: the anthropology of menstruation,
Berkeley 1988