

Tamponen

– en betænkelig historie

Af Rikke Agersted



Siden lægekunstens fader Hippokrates beskrev græske kvinders brug af linnedstrævler rullet om en pind som menstruationsbeskyttelse adskillige århundreder før Kristi fødsel, er der sket en del udvikling på området. I starten af 1930'erne opfandt lægen Earle Haas den moderne tampon af ren bomuld, og siden da har opfindelsen og de industrielle fremstillingsmetoder efterladt sig et blodigt spor af sygdom og død.

Menstruationsbeskyttelse gennem årtusinder

Kvinder har gennem tiderne altid haft fokus på deres menstruation og hvorledes, de kunne mindske generne ved blødningen. Hos nordamerikanske indianere sad de menstruerende kvinder i et særligt mensestelt det antal dage, deres periode varede, og i det gamle Ægypten brugte kvinderne "tamponer" af blødgjort papyrus. Andre steder i verden har opfind-

somheden heller ikke ladet noget tilbage, og kvinderne har brugt alt fra uldtotter, græs, natursvampe, mos, klude og hjemmesyede eller strikkede bind. Vi kender ikke de risici, der dengang var forbundet med brugen af den hjemmelavede menstruationsbeskyttelse, men vi ved, hvilke risici, der er forbundet med den moderne teknologiske forkærlighed for kemikalier og syntetiske materialer.

Menstruationsbeskyttelse i nyere tid

Desværre har kvinder uden at vide det lagt krop til de forskellige forsøg på at udvikle den ultimative tampon med optimal sugeevne, og den teknologiske eksperimenteren har mange dødsfald på samvittigheden. Omkring starten af 1980'erne opstod et helt nyt problem omkring brug af tampon, nemlig sygdommen TSS (Toxic shock syndrome), der

smittede knapt 1000 kvinder i USA alene, hvoraf næsten 50 døde i perioden fra marts 1980 til marts 1981. Siden da har producenterne af tamponer verden over ændret på sammensætningen mange gange, og i dag har flere og flere forbrugere fået øjnene op for hvilke krav, der bør stilles til menstruationsbeskyttelsen generelt.

Tidligere steriliserede man tamponer med gassen ethylenoxid. Denne proces stoppede, da man opdagede, at rester af gassen forblev i tamponerne og dermed kunne overføres til brugerne. Dyreforsøg har vist, at dyr, der over længere tid udsættes for ethylenoxid, har større rate af leverkræft, mutationer og formeringsrelaterede problemer som eksempelvis spontane aborter end dyr, der ikke har været udsat for gasen. I dag steriliseres tamponer ikke.

Toxic shock syndrome

Sygdommen TSS er nok den største skandale indenfor tamponens historie. TSS skyldes bakterietoksiner, som enten ødelægger cellerne eller cellestofsiftet. Kroppens immunforsvar vil normalt tilintetgøre de skadelige toksiner, men nogle af dem er så giftige og formerer sig så hurtigt, at immunforsvaret ikke altid kan nå at følge med. Det er blandt andet tilfældet med toksiner fra bakterierne *Staphylococcus aureus* og *Streptococcus pyogenes*, som begge kan give TSS. TSS infektioner smitter gennem slimhinder eller rifter og sår på huden. I de fleste tilfælde udvikles sygdommen dog ikke. Ca. 50 % af alle registrerede TSS tilfælde skyldes brug af tampon.

Symptomer på TSS er bl.a. et karakteristisk udslet over store dele af kroppen, der minder om en solskoldning. Den syge får høj feber, lavt blodtryk, og oplever desuden utilpashed og forvirring, som kan udvikle sig til sløvhed, koma og organsvigt med eventuel dødelig udgang.

Tamponsygen

Omkring 1980 registrerede epidemiologer i USA en pludselig stigning af registrerede tilfælde af TSS, hvoraf de fleste patienter var menstruerende kvinder. Dette faktum fik Centers for Disease Control

and Prevention (CDC) til at lave en nærmere undersøgelse af sygdomstilfældene, og konklusionen var, at brugerne af Procter and Gambles tampon Rely havde en større risiko for at udvikle *Staphylococcus aureus* relateret TSS end andre kvinder. Deraf opstod navnet tamponsyge. Efter CDC's rapport trak Procter and Gamble frivilligt Rely tilbage fra markedet.

Tamponsyge skyldes, at bakterierne overføres fra brugeren til tamponen via hænder eller inficerede sår. Hovedbestanddelen i Rely tamponerne var Carboxymethylcellulose (CMC) og sammenpressede polyesterkugler. Materialerne gjorde, at tamponerne kunne suge næsten 20 gange deres egen vægt. Undersøgelsen tydede på, at kombinationen af stor sugsevne (stor ophobning af blod) samt selve materialernes egenskaber sammenlagt skabte særligt gunstige forhold for formering af stafylokokker, da bakterien bl.a. har brug for et proteinholdigt miljø til at formere sig.

På NYU Medical School i USA lavede Dr. Philip Tierno og Bruce Hanna desuden nogle undersøgelser, der pegede på, at enzymer fra stafylokokkerne kunne nedbryde den CMC, der var i Rely, til glukose som bakterierne kunne ernære sig af og dermed udvikle sig så eksplosivt.

Siden starten af 1980'erne er antallet af tamponrelaterede TSS tilfælde faldet til kun 1/10 i forhold til 1980 på grund af ændringer i tamponernes sammensætning. Nogle forskere mener dog, at mange milde tilfælde af TSS ikke registreres, så tallet reelt er langt større end hidtil antaget. Det skal her nævnes, at der er registreret enkelte tilfælde af TSS hos menstruerende kvinder, hvor smitten er overført fra hygiejnebind.

Som menstruerende kvinde kan man tage nogle enkle forholdsregler for at mindske sandsynligheden for at blive ramt af sygdommen. Man bør vælge tamponer eller bind af ren, økologisk bomuld, have en god håndhygiejne, kun bruge tamponer ved decideret blødning, skifte hver 4-6 time og undlade at bruge tamponer om natten.



En kvinde bruger omkring 125 – 150 kg. menstruationsbeskyttelse på et helt liv. Det er ca. 11.500 tamponer. Det giver næsten sig selv, at alle de kemikalie-rester, syntetiske stoffer m.v. som findes i de konventionelle produkter vil have en indvirkning på kvindekroppen, da skedens slimhinder let kan optage dem.

Tamponen under lup

Udover stofferne nævnt i forbindelse med Rely tamponerne har producenterne brugt bomuld, rayon, viskose-rayon, et bomulds-rayonmix, polyakrylat rayon og højteknologisk skum i fremstillingen af tamponer. De fleste af de meget absorberende syntetiske materialer blev udfaset af markedet i slutningen af 1970'erne og starten af 1980'erne.

Dr. Philip Tierno og Bruce Hannas undersøgelser viser, at rayon øger sandsynligheden for at udvikle TSS i modsætning til bomuld. Viskose-rayon er det mest brugte tamponmateriale nu om dage og er svært at komme udenom i supermarkedet.

Uønskede stoffer

Selvom bomuldstamponer og bind anbefales af flere grunde, må man som forbruger være klar over, at bomuld også kan være en potentiel kilde til sygdom.

Konventionel bomuld dyrkes med op til 35 forskellige kemikalier til bekæmpelse af svampe, ukrudt og skadedyr. I efterbehandlingen af bomuld bruges blegemidler for at få den hvide farve, forbrugerne så gerne vil have. Det kan dog ikke undgås, at der efterlades spor af de mange kemiske stoffer i menstruationsbeskyttelsen. Dertil skal lægges coating, parfume og hvad der ellers puttes i en tampon.

Eksempelvis efterlader klorblegning dioxinrester i bomulden. Dioxin forbindes med kræft, lav sædkvalitet, endometriose og nedsættelse af immunforsvaret.

Superabsorberende tamponer kan forårsage usund tørhed i skeden, som forstyrrer det naturlige mikromiljø.

Dr. Philip Tierno og Bruce Hanna påpeger, at små trevler af tamponmateriale er fundet indkapslet i vaginale sår og væv. Man kan nemt lave en lille test hjemme på køkkenbordet ved at lægge en tampon i et glas vand og se hvor mange små fibre, der afgives frit i vandet. Mængden af frit-flydende fibre svarer til den mængde, der efterlades i kvinden hver gang, hun skifter tampon.

Hygiejnebind og trusseindlæg kan indeholde polypropylene, polyacrylater, binde midler, plastik og klorbleget cellulose.

Kemikaliegener

Vore dages udfordring i henhold til menstruationsbeskyttelse er de mange gener, der er opstået i kølvandet på de moderne bind og tamponer. Allergisk Feminin Irritation (AFI) er en af de nyere sygdomme, som rigtig mange kvinder lider af uden at vide det.

Symptomer som hudkløe, irritation i underlivsområdet, ømhed, øget udflåd og ændret intimlugt opleves af mange. Underlivssygdomme som svamp og underlivsbetændelse er forklaringen i nogle af tilfældene, men rigtig mange kvinder



Menstruationsbeskyttelse af ren, ubleget, økologisk bomuld kan købes i helsekostbutikker, Irma og på internettet.

forlader lægens konsultation med besked om, at de intet fejler. Alligevel ved de, at deres underliv ikke føles som det plejer, og de er generet af de nævnte symptomer, der kan virke hæmmende på sexlivet og selvfølelsen. I England rapporterer gynækologer, at 1/3 af de kvinder, der oplever ovenstående symptomer lider af AFI.

Behandlingen vil i de fleste tilfælde være ganske ligetil; nemlig at udskifte alle bind, tamponer og trusseindlæg med mærker, der er lavet af økologisk, ubleget bomuld, som er fri for kemikalierester, syntetiske stoffer og plastic.

Sæbevask af de nedre regioner bør undgås. En meget mild og parfumefri sæbe kan dog bruges i begrænset omfang.

Mange moderne bind og trusseindlæg er så kompakte i deres opbygning, at de ikke lader huden ånde. Det øger sandsynligheden for svamp, og når først en kvinde har fået sygdommen, kan den være svær at komme af med igen. Undertøj, strømpebukser o.l. af syntetiske stoffer gør kun

ondt værre, så det anbefales at bruge undertøj af ren uld eller bomuld, der lader huden ånde.

De senere år er der sket en opblomstring af sygdomme som endometriose, fibromer, underlivscancer og PCOS (polycystisk ovarie syndrom). Mange par lider også af uønsket barnløshed og det er derfor nærliggende at stille sig selv spørgsmål om, hvorvidt de mange kemikalier, vores underliv udsættes for, har en finger med i spillet med hensyn til udviklingen af de mange underlivssygdomme.

Moderne kvinder

Ingen i det moderne samfund ønsker formentlig at gå tilbage til de gamle græske metoder med lærredsstrimler om en pind. Alligevel kan vi lære lidt af historien, da nutidens kvinder er nødt til at forholde sig til den moderne verden og de tusindvis af kemikalier, vi udsættes for i det daglige gennem kost, kosmetik, luftforurening, tekstiler samt meget andet.

Enkelheden i menstruationsbeskyttelsen gennem de seneste årtusinder kan lære os, at det sagtens kan lade sig gøre at undvære den komplicerede moderne teknologi i håndteringen af kvindekroppens månedlige hyldest til frugtbarheden. Og hvis enkeltheden i nogle af de nyere produkter kan forebygge de mange lidelser, forskere knytter til meget af den gængse menstruationsbeskyttelse, er det vigtigt, at nutidens kvinder erfarer budskabet.

Forfatter Rikke Agersted

Biopat, phytoterapeut og shamanistisk healer

Helseklinikken

Himmelev Bygade 56 A

4000 Roskilde