

COVID-19 Pandemisinde Gün Yüzüne Çıkan Bir Sorun: Regl Yoksulluğu ve Halk Sağlığı Hemşiresinin Sorumlulukları

A Problem Coming Forth in The Covid-19 Pandemic:
Period Poverty and Responsibilities of the Public Health Nurse

Ebru Sönmez Sarı¹, Handan Terzi²



Geliş/Received : 21.10.2021
Kabul/ Accepted : 15.04.2022

DOI: 10.17942/sted.1013011

Öz

Menstrüasyon, bireyler için bedensel, ruhsal ve toplumsal uyum gerektiren bir konudur. Regl olan bireylerin büyük çoğunluğu, aylık menstrual döngülerini sağlıklı ve saygın bir şekilde yönetme konusunda ciddi sorunlar yaşamaktadır. Menstrüel ürünlere erişimin olmaması durumu olarak tanımlanan regl yoksulluğu, dünyanın birçok ülkesinde bireylerin eğitim, iş ve sosyal yaşamları gibi pek çok alanda dezavantaj yaratan önemli bir halk sağlığı sorunudur. Bu konuda tüm dünyada toplum farkındalığını artıran sosyal medya kampanyaları ve vergilerin kaldırılması veya azaltılmasına yönelik bir takım girişimler yapılmaktadır. Regl yoksulluğu, COVID-19 pandemisi ile günümüzde daha görünür hale gelmiştir. Regl yoksulluğu kaynaklı ortaya çıkan eşitsizliklerin yönetiminde, toplum sağlığının korunması ve geliştirilmesinin birincil sorumlusu olan halk sağlığı hemşirelerinin eğitim, rehberlik, danışmanlık, savunuculuk ve işbirlikçi rollerini etkin kullanması bir gerekliliktir. Bu derleme çalışmasında ihmal edilmiş ve COVID-19 pandemi sürecinde bireysel ve toplumsal etkileri daha da görünür boyuta ulaşan bir halk sağlığı sorunu olan regl yoksulluğu kavramının, halk sağlığı hemşiresinin rol ve sorumlulukları özelinde proaktif pencereden ele alınması amaçlanmıştır.

Anahtar sözcükler: hemşire; halk sağlığı; korona virüs; menstrüasyon; regl yoksulluğu

Abstract

Menstruation is an issue which requires physical, mental and social adaptation for individuals. Most menstruating individuals face with serious problems in managing their monthly menstrual cycles in a healthy and respectable way. Period poverty, defined as the lack of access to menstrual products, is a noteworthy public health problem in the world which creates disadvantages in education, work and social life of individuals. In this regard, social media campaigns which increase public awareness and some attempts to repeal or reduce taxes are carried out across the globe. Period poverty has become more evident by the COVID-19 pandemic. In the management of inequalities arising from period poverty, it is a necessity for public health nurses, who are primarily responsible for the protection and promotion of public health, to use their education, guidance, counselling, advocacy and collaborative roles effectively. In this review, it was aimed to deal with the concept of period poverty, a neglected public health problem and whose individual and social effects have become more perceptible during the COVID-19 pandemic, from a proactive perspective in terms of the roles and responsibilities of the public health nurse.

Key words: coronavirus; menstruation; nurse; period poverty; public health

¹ Dr. Öğr. Üyesi, Bayburt Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü, Halk Sağlığı Hemşireliği AD (Orcid No: 0000-0001-7337-4853)

² Dr. Öğr. Üyesi, Ufuk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu, Halk Sağlığı Hemşireliği AD (Orcid No: 0000-0001-8450-4481)

Giriş

Menstruasyon (regl, adet) üreme sisteminin fizyolojik ve doğal bir sürecidir. Dünya genelinde her gün 300 milyondan fazla bireyin regl olduğu bildirilmektedir (1). Menstruasyon, bireyler için bedensel, ruhsal ve toplumsal uyum gerektiren önemli bir konudur. Regl olan bireylerin büyük çoğunluğunun aylık menstrual döngülerini sağlıklı ve saygın bir şekilde yönetme konusunda ciddi sorunlar yaşadıkları bilinmektedir (2, 3). Bu bağlamda menstrual sağlık ve hijyen yönetimi kavramı küresel boyutta önemli bir halk sağlığı sorunu olarak karşımıza çıkmaktadır.

UNICEF, menstrual sağlık ve hijyen yönetiminin, menstruasyon ile sağlık, iyilik hali, cinsiyet eşitliği, eğitim, toplumsal alanda eşitlik, bireyleri güçlendirme politikaları ve insan haklarını bağdaştırarak, daha geniş bir çerçevede incelenmesi gerektiğinin altını çizmektedir (4). Güncel literatürde, düşük ve orta sosyoekonomik düzeydeki ülkelerde yaşayan 15-49 yaş grubu kadınların menstrual hijyen yönetiminde karşılaştıkları sorunların sağlık, eğitim, iş yaşamına katılım ve iyilik hallerini olumsuz etkilediği bildirilmektedir (3, 5, 6). Menstruasyonun pek çok kültürde halen büyük bir tabu olarak algılanması ve kadınların damgalamaya maruz kalmasının, menstrual sağlık ve hijyen yönetimini zorlaştırdığı bilinmektedir (2, 7, 8). Yapılan bir çalışmada, orta adölesan dönemdeki kızların menstrual sağlık ve hijyen yönetimi ile ilgili konuşma konusunda desteklenmediklerini ve kızların adet dönemlerinde kendilerini "pis" ve "kirli" hissettiklerini ifade ettikleri belirlenmiştir (8). Başka bir çalışmada, okulların menstrual sağlık ve hijyen yönetimi konusundaki önerilerinin sınırlı olmasının adölesan kızların konuyla ilgili uygulamalarını gizlemelerine ve böylece tabu kültürünün büyümesine neden olduğu bulunmuştur (9). ABD'de yapılan bir çalışmada, toplum içerisinde menstruasyon hakkında konuşmanın bir tabu olarak görülmesinin, kadınların menstrual sağlık ve hijyen yönetiminde yaşadıkları zorlukları arttırdığı belirlenmiştir (7).

Tüm dünyada kadınların karşılanmamış menstrual hijyen ihtiyaçlarının oldukça fazla olduğu bilinmektedir (10, 11). Bu ihtiyaçlar arasında,

bilgili sağlık ve eğitim profesyonellerine erişim, olumlu sosyal normlar ve menstrual sağlık ve hijyen savunuculuğu ve politikaları, uygun su kaynaklarına, güvenli ve temiz tesislere ve düşük maliyetli menstrual ürünlere erişimin ilk sıralarda geldiği bildirilmektedir (4, 7, 10). Bu bağlamda menstrual sağlık ve hijyen yönetiminin, su kaynakları, sanitasyon ve hijyen (WASH), eğitim, halk sağlığı, cinsel sağlık ve üreme sağlığı ve hakları, şehir gelişimi ve özel sektör çalışanları ve hizmet sunucularının iş birliği yoluyla etkili bir şekilde ele alınması gereken sektörler arası bir konu olduğu söylenebilir (12).

Literatürde, eğitim ve refah durumunun menstrual sağlık ve hijyen yönetimindeki en önemli faktörler olduğu bildirilmektedir (2). Bununla birlikte, engellilik, yaş, cinsiyet kimliği, yaşanan yer, evsizlik, göçebe yaşam, tutukluluk, afetler, din, etnik köken, sosyal sınıf, kültür gibi pek çok faktörün menstrüel deneyimleri etkilediği bilinmektedir (2, 3). Menstrüel sağlık ve hijyen yönetiminin bireysel boyutta istenik düzeyde olmamasının, 2030 Sürdürülebilir Kalkınma Hedeflerinden ikinci, üçüncü, dördüncü, beşinci, altıncı, sekizinci ve 12. hedeflere ulaşmayı olumsuz etkilediği düşünülmektedir. Ayrıca, 2030 Sürdürülebilir Kalkınma Hedefleri ve ilişkili amaçlarda menstrüel sağlık ve hijyen yönetiminden açıkça bahsedilmemiş olmasının, konunun gelişen dünyada göz ardı edilmesine ve yeterince finanse edilmemesine zemin hazırladığı bildirilmektedir (4, 13). Bu durumun, ülkelerin sosyoekonomik düzeylerine bağlı olmaksızın regl yoksulluğuna neden olduğu belirtilmektedir (3, 11).

Menstrüel ürünlere erişimin olmaması durumu Regl Yoksulluğu (period poverty) olarak ifade edilmektedir (14). ABD'de yapılan bir çalışmada, kadınların %14,2'sinin bir yıl içerisinde, %10'unun ise her ay regl yoksulluğunu deneyimlemiş olduğu bulunmuştur (11). Sosyoekonomik düzeyi yüksek olan bir ABD eyaletinde yaşayan düşük gelirli 183 kadına yapılan başka bir çalışmada, kadınların %64'ünün bir önceki yıl menstrual ürünleri satın alamadıkları belirlenmiştir (10). Hindistan'da yapılan bir çalışmada, lisede okuyan kız öğrencilerin

% 12,5'inin COVID-19 pandemisi nedeniyle ülke genelinde uygulanan karantina sürecinde hijyenik petlere erişimde zorluklar yaşadıkları belirlenmiştir (6). Gana'da yapılan bir çalışmada, çalışmaya katılan adölesan kızların %46'sının marketten hijyenik ürün alamadıkları, buna en önemli nedenin hijyenik ürünlerin maliyeti olduğu (%75,7) saptanmıştır (8). Bu bağlamda, menstrual sağlık ve hijyen yönetiminde maliyet etkin politikalar gözetilerek çözüm üretilmesinin önemli olduğu düşünülmektedir.

Regl yoksulluğu konusu ile ilgili bireysel farkındalığın artmasıyla, konunun küresel önem kazandığı belirtilmektedir (15). Birleşmiş Milletler İnsan Hakları Konseyi, ilk kez 2014 yılında kötü menstrüel hijyen ve sağlık yönetimi ve menstrüasyonla ilişkili damgalanmanın, cinsiyet eşitliğini olumsuz etkilediğini bildirmiştir (16). Aynı yıl, Almanya'daki "WASH United" kuruluşu tarafından 28 Mayıs "Uluslararası Menstrüel Hijyen Günü" olarak ilan edilmiştir. Bu gelişme ile menstrual sağlık ve hijyen yönetiminin regl olan tüm bireylerin temel bir ihtiyacı ve bir insan hakkı olduğu göz önünde bulundurulduğunda, regl yoksulluğu tüm dünyada çözüme ulaştırılması gereken bir konudur (10).

Bu derlemede, ihmal edilmiş toplumsal bir sorun olan ve çözümünü için sektörler arası iş birliği gereken regl yoksulluğunun proaktif bakış açısıyla ele alınması ve halk sağlığı hemşiresinin rol ve sorumluluklarının tartışılması amaçlanmıştır.

Regl Yoksulluğu

Bu kavram ilk defa Crichton ve arkadaşları tarafından, Kenya'da adölesan kızların menstrüasyon deneyimlerine ilişkin yapılan niteliksel çalışmada, menstrüel hijyen yönetiminde yaşanan ekonomik ve psikososyal yoksulluğu ifade etmek için kullanılmıştır (17). Regl yoksulluğu, menstrüel hijyen ürünlerini karşılayamama, menstrüel hijyen için ihtiyaç duyulan malzeme ve hizmetlere yetersiz erişim, menstrüasyon ile ilgili bilgi eksikliği, menstrüasyon ile ilişkili damgalanma ve utanç durumunun birleşimi olarak da tanımlanmaktadır (15). Regl yoksulluğu literatürde menstrüel eşitsizlik (menstrual inequality), menstrüel yoksulluk (menstrual poverty) ve üreme hakkı ihlali

(reproductive injustice) gibi kavramlar olarak da karşımıza çıkmaktadır (18).

Regl Yoksulluğunun Etkileri

Regl yoksulluğu dünyanın birçok ülkesinde bireylerin eğitim, iş ve sosyal yaşamları da dahil olmak üzere hayatın birçok alanında dezavantaj yaratan önemli bir halk sağlığı sorunudur (11, 12, 19).

Regl yoksulluğu, başlarda düşük gelirli ülkeleri etkileyen bir sorun olarak görülmüş olsa da, günümüzde birçok gelişmiş/gelişmekte olan ülke regl yoksulluğu ile büyük mücadele vermektedir (3, 10, 11). Regl yoksulluğunun adölesan kızların eğitim hakkından, ülkelerin ekonomik kalkınmalarına kadar çeşitli etkilerinin olduğu bildirilmektedir (3, 5, 8, 9). Regl yoksulluğunun özellikle okul çağında olan adölesan kızların regl dönemlerini yönetmelerinde birçok zorluk yaşamalarına neden olduğu bilinmektedir (9). Menstrüasyonla ilgili bilgi kaynağının anneler, ablalar ve yakın arkadaşlar olması, okullarda bu konunun tabu olarak görülerek adölesan kızlara yeterli bilginin ve sosyal desteğin verilmemesi, okullarda hijyen ve sanitasyon imkanlarının yetersizliği gibi nedenlerin, bu grupta regl yoksulluğuna zemin hazırlayan önemli faktörler olduğu saptanmıştır (5, 8). Yaşanılan bu zorluklar, adölesan kızların eğitim haklarından mahrum kalmalarına neden olmaktadır (4). UNESCO, dünya genelinde yaklaşık 130 milyon kızın okula gidemediğini ve bunun en önemli nedenlerinden birinin regl yoksulluğu olduğunu ifade etmektedir (20, 21). Etiyopya'da yapılan bir çalışmada, çalışmaya katılan kız öğrencilerin büyük çoğunluğunun dismenore yaşaması, regl sıvısının giysiye bulaşması ile ilgili korkularının olması, menstrual ürünlere ve temiz ve kullanıma uygun tuvalet/lavabolara erişim olanaklarının olmaması nedenleriyle yaklaşık iki gün okula devam edemedikleri bulunmuştur (5). Yeni Zelanda'da yapılan bir çalışmada yoksulluğun, adölesan kızların okula gidememelerinin yanı sıra, uygun fiyatlı hijyenik ürünleri bulamamalarına ve regl sıvısını gizlemek için güvenli olmayan materyalleri (bez parçası, yaprak, çorap, not defteri ve gazete kağıdı gibi) kullanmalarına sebep olduğu saptanmıştır (19).

Bununla birlikte, kadınların ev/iş ortamında regl döneminde kullandığı menstrüel hijyen ürünlerini değiştirmek ve atmak için temiz ve kullanıma uygun su ve tuvalet/lavabo olanaklarına erişimden yoksun olduğu bilinmektedir (2, 10).

ABD’de yapılan bir çalışmada kadınların menstrüel sağlık ve hijyen yönetimindeki engellerinin hijyen ürünlerini satın almak için yeterli maddi güçlerinin olmaması, ucuz marketlere ulaşımında yaşadıkları sorunlar ve tuvalet tesislerini kullanmada karşılaştıkları güvenlik ve gizlilik sorunları olduğu saptanmıştır (10). Bu bağlamda regl yoksulluğu hem menstrüasyon döneminde bireylerin hijyenik olmayan malzemeleri kullanmasına hem de temiz ve kullanıma uygun su ve tuvalet/lavabo olanaklarının olmamasına bağlı üreme sistemi ve idrar yolu enfeksiyonları gelişmesine yol açarak, yaşam kalitesini etkileyen önemli bir sağlık sorunu olarak da ele alınmalıdır (3).

Birçok ülkede menstrüel ürünler üzerinden toplanan “lüks vergisi”nin yaşanan regl yoksulluğunu artırdığı bilinmektedir (8, 10). Menstrüel ürünlerin uygun fiyatlı olmamasının özellikle yoksul olan bireylerin bu ürünleri satın alma durumlarını daha da zorlaştırdığı bildirilmektedir (14, 19). Menstrüel ürünler Birleşik Krallık, Kenya, Avustralya, Kanada, Hindistan, Jamaika, Nikaragua, Nijerya, Tanzanya, Lübnan, Malezya, Kolombiya, Güney Afrika, Namibya, Ruanda ve bazı AB ülkelerinde vergiden muaf tutulmaktadır. Almanya’da menstrüel ürünlerin vergi oranı %7 iken, ülkemizde lüks ürün kategorisinde sayılan bu ürünlerden alınan vergi oranı %18’den 29 Mart 2022 tarihli Resmî Gazetede yayımlanan 5359 sayılı Cumhurbaşkanlığı Kararı ile %8’e düşürülmüştür (22, 23). Menstrüel ürün vergilerini kaldırmaya yönelik politikaların, bu ürünlerin satın alınabilirliğini artırmada ve kadınlar ve aileleri üzerindeki ekonomik yükü azaltmada etkili olacağı düşünülmektedir. Böylece, regl yoksulluğu ortadan kaldırılarak menstrüel sağlık ve hijyen yönetiminde eşitsizliklerin kontrol altına alınabileceği ön görülmektedir (3).

Regl yoksulluğu, COVID-19 pandemisi ile daha görünür hale gelmiştir (15, 24).

COVID-19’un Regl Yoksulluğuna Etkileri
COVID-19 pandemisi, dünyadaki tüm dengeleri

etkilemiş ve etkilemeye devam etmektedir. Pandeminin bireylerin menstrüel sağlık ve hijyen yönetimi konusunda yaşadıkları zorlukları da artırdığı bilinmektedir (6, 25).

Pandemi ekonomik boyutta bireylerin ve ailelerin diğer temel ihtiyaçlara (gıda, elektrik, su vb. faturaları) öncelik vermesine neden olmuştur (12). Uygun fiyatlı menstrüel ürünlere erişimde yaşanan güçlükler, sorunlardan biri olarak belirtilmiştir (14). Pandeminin menstrüel hijyen ürünlerini satın alabilecek durumda olanlar için bile bu sorunu görünür hale getirdiği ifade edilmiştir. Pandeminin ilk haftalarında bireylerin hijyen ürünlerini stoklama amaçlı satın aldıkları ve bu durumun dünya genelinde genel hijyen ürünleri ve menstrüel hijyen ürünlerinin kıtlığı sorununa yol açtığı bildirilmiştir. Bu kıtlık durumunun hem bu ürünlere ulaşamamasına hem de fiyatların artmasına neden olduğu belirtilmiştir (15). Sokağa çıkma kısıtlaması da menstrüel ürünlere erişime engel olan bir durum olarak bildirilmiştir (6). Pandemi sırasında bazı ülkelerde umumi tuvalet veya lavaboların kapatılmış olmasının sorun olduğu ve bazı yerlerde de su veya sabuna erişimi engel teşkil ettiği belirtilmiştir (6, 25). Ayrıca salgın sırasında bireylerin menstrüasyonla ilgili bilgi ve destek kaynaklarının azalmış olması bir başka sorun olarak ifade edilmiştir (6). Çoğu menstrüel ürüne daha fazla erişimin olmasını sağlayan okulların pandemi sürecinde kapatılması, bu süreci olumsuz etkilemiştir (6, 25).

Menstrüel hijyen ürünlerine erişim, COVID-19 pandemisinde yoğun mesai harcayan sağlık çalışanları için de sorun olmuştur (26). Sağlık personelinin özellikle yoğun çalışma saatleri nedeniyle menstrüel hijyen ürünleri için alışveriş yapma durumlarının önemli ölçüde engellendiği, Çin’de bazı sağlık çalışanlarının pandemi sürecinde regl olmayı durdurmak için oral kontraseptif ilaçlar aldığı bildirilmiştir (26).

COVID-19 pandemisi ile daha görünür hale gelen regl yoksulluğu sorunun çözümü için hem dünyada hem de ülkemizde birtakım girişimler yapılmaktadır.

Dünyada ve Ülkemizde Regl Yoksulluğu ile İlgili Aktiviteler

Regl yoksulluğu, daha önce düşük gelirli ülkeleri etkileyen bir sorun olarak görülse de birçok gelişmiş/gelişmekte olan ülke regl yoksulluğu ile büyük mücadele vermekte ve bu durum ile ilgili kampanyalar düzenlemektedir (20). İskoçya Hükümeti 2017 yılının Temmuz ayında, menstrüel ürünleri ihtiyaç sahibi bireylere ulaştırmak için ülkedeki çeşitli okullar ve üniversitelerde ücretsiz hijyen ürünleri sağlamaya yönelik bir girişim başlatmıştır (27). Bu girişim ile tıpkı tuvalet kağıdı ve sabun gibi menstrüel hijyen ürünlerinin de tuvaletlerde bulunması sağlanmıştır. Bu, dünyadaki regl yoksulluğunu ele almak ve regl dönemindeki damgalanma ve utanç ortadan kaldırmaya yönelik çok önemli adımlardan biri olarak kabul edilmektedir (18, 20, 27). Ülkemizde ise, regl yoksulluğu ile mücadele eden ve tabuları yıkmaya çalışan “Konuşmamız Gerek” isimli bir sivil toplum kuruluşunun olduğu bilinmektedir. Faaliyetlerine devam eden bu kuruluş sosyoekonomik düzeyi düşük genç kızlar, tarım işçisi ve mülteci kadınlar gibi regl yoksulluğu açısından dezavantajlı gruplarla birçok saha çalışması ve proje gerçekleştirmiştir (28).

Regl yoksulluğunun çözümü için yapılan projelere ek olarak toplumun sağlığını koruma ve geliştirme ile ilgili önemli sorumluluğu olan halk sağlığı hemşiresinin toplumsal farkındalık çalışmalarına aktif olarak katılması önem arz etmektedir.

Regl Yoksulluğunun Yönetilmesinde Halk Sağlığı Hemşiresinin Rolü

Eğitim, rehberlik ve danışmanlık, savunuculuk, işbirlikçi gibi rolleri olan hemşirelerin temel amacı; sağlığın korunması, geliştirilmesi ve hastalıkların önlenmesidir. Toplumla iç içe olan halk sağlığı hemşiresi olumsuz bir durumun bireylerin sağlığı ve refahı üzerindeki etkilerini doğrudan gözlemleyebilmektedir. Bu nedenle özellikle sağlık eşitsizlikleri ve yoksulluk gibi sorunlarda halk sağlığı hemşiresinin aktif rol alması gerektiği yapılan çalışmalarla gösterilmiştir (29, 30). Dünyanın birçok ülkesinde bireylerin eğitim, iş ve sosyal yaşamları da dahil olmak üzere hayatlarının birçok alanını olumsuz etkileyen regl yoksulluğu, toplumun sağlığını koruma ve geliştirme ile ilgili önemli sorumluluğu olan halk sağlığı hemşiresi tarafından ele alınması gereken

önemli bir konudur (19). Regl yoksulluğu özellikle okul çağında olan genç kızları etkilemekte ve devamsızlık yapmalarına neden olmaktadır (20, 21). Bu bağlamda özellikle okul hemşireleri regl yoksulluğunun boyutunu tespit etmede anahtar bir roledir. Bununla birlikte, halk sağlığı hemşiresi menstrüasyon döneminde menstrüel ürünlere erişmenin bir lüks olmadığı konusunda toplumdaki farkındalığın artırılmasına yönelik çalışmalar yapmalı ve regl yoksulluğunu ortadan kaldırmaya yönelik yapılacak çalışmalarda aktif görev almalıdır.

Sonuç

Regl yoksulluğu tüm dünyada ihmal edilmiş olan ve COVID-19 pandemisiyle birlikte görünürlüğü daha da artan önemli bir halk sağlığı sorunudur. Kadınların menstrüel sağlığına yatırım yapılmasının, anne ve çocuk ölümlerinin azaltılmasında uzun vadede ülkelere fayda sağlayacağı ve ekonomik büyümeye katkıda bulunacağı düşünülmektedir. COVID-19 pandemisi ile daha görünür hale gelen bu konuda toplumun farkındalığının artırılması önemlidir. Toplum sağlığını koruma ve geliştirme ile ilgili önemli sorumluluğu olan halk sağlığı hemşiresinin eğitim, rehberlik ve danışmanlık, savunuculuk, işbirlikçi rollerini etkin kullanarak eşitsizliklerle savaşması bir gerekliliktir. Halk sağlığı hemşireleri, menstrüel ürünlere erişmenin bir insan hakkı olduğu konusunda toplumsal farkındalığın artırılmasına yönelik girişimler yapmalıdır. Regl yoksulluğunu ortadan kaldırmaya yönelik yapılacak çalışmalarda politika yapımcılarla birlikte disiplinlerarası bir ekip üyesi olarak çalışmalıdır.

İletişim: Dr. Öğr. Üyesi Handan Terzi
E-Posta: handan4806@hotmail.com

Kaynaklar

1. Making the case for investing in menstrual health and hygiene. Population Services International, Global Menstual Collective. Accessed September 18, 2021, at https://menstrualhygieneday.org/wp-content/uploads/2021/01/Making-the-Case-for-Investing-in-MHH-Report_Final.pdf
2. Hennegan J, Shannon AK, Rubli J, Schwab KJ, Melendez-Torres GJ. Women's and girls' experiences of menstruation in low- and

- middle-income countries: A systematic review and qualitative metasynthesis. *PLoS Med* 2019;16(5):e1002803.
3. Rossouw L, Ross H. Understanding period poverty: socio-economic inequalities in menstrual hygiene management in eight low-and middle-income countries. *Int. J. Environ. Res* 2021;18(5):2571.
 4. Guidance on Menstrual Health and Hygiene. United Nations International Children's Emergency Fund (UNICEF). Accessed September 18, 2021, at <https://www.unicef.org/media/91341/file/UNICEF-Guidance-menstrual-health-hygiene-2019.pdf>
 5. Habtegiorgis Y, Sisay T, Kloos H, Malede A, Yalew M, Arefaynie M, et al. Menstrual hygiene practices among high school girls in urban areas in Northeastern Ethiopia: A neglected issue in water, sanitation, and hygiene research. *PLoS one*. 2021;16(6):e0248825.
 6. Garg SG, Alvi R, Gupta S, Ahmad A. Exploring college student's menstruation-related difficulties during early COVID-19 lockdown period in North India. *J Public Health Prim Care* 2020;1(1):22.
 7. DeMaria AL, Delay C, Sundstrom B, Wakefield AL, Naoum Z, Ramos-Ortiz J, et al. "My mama told me it would happen": menarche and menstruation experiences across generations. *Women Health* 2020;60(1):87-98.
 8. Mohammed S, Larsen-Reindorf RE. Menstrual knowledge, sociocultural restrictions, and barriers to menstrual hygiene management in Ghana: Evidence from a multi-method survey among adolescent schoolgirls and schoolboys. *Plos one*. 2020;15(10):e0241106.
 9. Rheinländer T, Gyapong M, Akpakli DE, Konradsen F. Secrets, shame and discipline: School girls' experiences of sanitation and menstrual hygiene management in a peri-urban community in Ghana. *Health Care Women Int* 2019;40(1):13-32.
 10. Kuhlmann AS, Bergquist EP, Danjoint D, Wall LL. Unmet menstrual hygiene needs among low-income women. *Obstet Gynecol* 2019;133(2):238-44.
 11. Cardoso LF, Scolese AM, Hamidaddin A, Gupta J. Period poverty and mental health implications among college-aged women in the United States. *BMC Women's Health*. 2021;21(1):14.
 12. Achuthan K, Muthupalani S, Kolil VK, Bist A, Sreesuthan K, Sreedevi A. A novel banana fiber pad for menstrual hygiene in India: a feasibility and acceptability study. *BMC Women's Health*. 2021;21(1):1-14.
 13. Sustainable Development Goals: 2030. United Nations Development Programme. Accessed September 18, 2021, at <https://www.undp.org/sustainable-development-goals>
 14. Singh B, Zhang J, Segars J. Period poverty and the menstrual product tax in the United States [29F]. *Obstet Gynecol* 2020;135:68S.
 15. Crawford BJ, Waldman E. Period Poverty in a Pandemic: Harnessing Law to Achieve Menstrual Equity, 98 *Washington University Law Review* 1569 (2021), Accessed September 18, 2021, at <https://ssrn.com/abstract=3692802SSRN>
 16. Birleşmiş Milletler İnsan Hakları Komisyonu. Report of the Special Rapporteur on the human right to safe drinking water and sanitation, Catarina de Albuquerque. Twenty-seventh session. 2014:1-28.
 17. Crichton J, Okal J, Kabiru CW, Zulu EM. Emotional and psychosocial aspects of menstrual poverty in resource-poor settings: a qualitative study of the experiences of adolescent girls in an informal settlement in Nairobi. *Health Care Women Int*. 2013;34(10):891-916.
 18. Withanarachchie V. Period poverty in New Zealand: the failed recognition of menstrual products as basic health necessities: ResearchSpace at Auckland; 2020.
 19. Wootton SA. Menstrual poverty and discourses of menstruation in New Zealand school girls' narratives: "It's just not a subject that comes up in talking": a thesis presented in partial fulfilment of the requirements for the degree of Master of Science in Health Psychology at Massey University, Manawatū, New Zealand: Massey University; 2018.
 20. Plan International UK, Tingle C. Break the Barriers: Girls' experiences of menstruation in the UK: 2018.
 21. Guyatt T. UNESCO: Millions of girls are out of school-but data show that gender alone is not the main culprit. Accessed September, 18, 2021, at <http://uis.unesco.org/en/blog/millions-girls-are-out-school-data-show-gender-alone-not-main-culprit>
 22. Rodriguez L. Global Citizen: The Tampon Tax: Everything You Need to Know 2021 Accessed September, 18, 2021, at <https://www.globalcitizen.org/en/content/tampon-tax-explained-definition-facts-statistics/>
 23. T.C. Resmi Gazete. Mal ve Hizmetlere Uygulanacak Katma Değer Vergisi Oranlarının Tespitine İlişkin Kararda Değişiklik Yapılmasına Dair Karar (Karar Sayısı: 5359). Accessed April, 15, 2022, at <https://www.resmigazete.gov.tr/29.03.2022>
 24. UNICEF. Periods in the pandemic: 9 things we need to know Accessed September, 18, 2021, at <https://www.unicef.org/coronavirus/covid-19-periods-in-pandemic-9-things-to-know>
 25. Bawa M, Seshu U, Rai Gupta A, Sindhu M, Arora M, Dabriwal S. COVID-19 Induced menstrual hygiene management adversities and impact

- assessment of project Baala's intervention in response to these adversities in peri-urban fringes of Delhi. SSRN 2020:3733664.
26. Li A. How China's coronavirus health care workers exposed the taboo on menstruation. South China Morning Post 2020.
 27. Zipp S, Mørk Røstvik C, Purcell C. Ending period poverty: Scotland's plan for free menstrual products shatters taboos and leads a global movement. The Conversation 2018.
 28. Konuşmamız Gerek Derneği. Accessed September, 18, 2021, at <https://konusmamizgerek.org/>
 29. Cohen BE, McKay M. The role of public health agencies in addressing child and family poverty: Public health nurses' perspectives. Open Nurs 2010;4:60.
 30. Welch D, Kneipp S. Low-income housing policy and socioeconomic inequalities in women's health: the importance of nursing inquiry and intervention. Policy Polit Nurs Pract 2005;6(4):335-42.