

Medical Ethics and Law
Research Center

Faṣḥnāmah-i akhlāq-i pizishkī i.e., Quarterly Journal of Medical Ethics

2023; 17(48): e7

Shahid Beheshti
University of Medical Sciences

Promoting dignity Through Normalization: Using the Word "Mahinegi" to Describe the Natural and Biological Part of Women's Lives

Nassimeh Setayesh Valipour¹, Farnaz Farnam¹, Mahmoud Abbasi², Maryam Damghanian^{3*}

1. Reproductive Health and Midwifery Department, School of Nursing and Midwifery, Tehran University of Medical Sciences, Tehran, Iran.
2. Medical Ethics and Law Research Center, Shahid Beheshti University of Medical Sciences, Tehran, Iran.
3. Reproductive Health, Nursing and Midwifery Care Research Center, School of Nursing and Midwifery, Tehran University of Medical Sciences, Tehran, Iran.

ABSTRACT

Background and Aim: Using non-scientific, vague and wrong words to describe the reproductive cycle of women is a common thing in Iranian culture and this can lead to negative taboos, followed by an adverse effect on the quality of life and health of half of the population. Using a word that is phonetically, structurally and conceptually worthy of describing this natural part of women's life with dignity is considered one of their rights.

Methods: This research is descriptive-analytical (theoretical analysis) in which the words used in research, medical and daily literature for women's bleeding cycles and the effect of these words on the formation of taboos or false beliefs in this field.

Ethical Considerations: Throughout all the stages of writing this research, authenticity, honesty and integrity have been observed.

Results: The words that are used to describe "mahinegi" in Persian culture and language mainly mean repetition and emphasis on being a rule or custom, which on the contrary does not emphasize the reproductive health needs of women in this era. Some words are reminiscent of cultural or social prohibitions or even have a negative literal meaning. The word "mahinegi" has unified the description of the life cycle of women in research, medical and social literature. In terms of phonetics and structure, it is suitable for contemporary culture, in terms of lexical meaning; it is normative and dignity-oriented for women's reproductive health rights.

Conclusion: In this article, the philosophy of replacing the word "mahinegi", which is derived from its connection with the moon, is discussed. Using the word "mahinegi" with a metaphor of the moon as a celestial body that has many structural similarities in its evolution cycle with egg development and also using the moon as a symbol of reproductive can be a dignified description of women's Menstruation. In addition to these cases, the use of this beautiful and magnificent symbolization can facilitate the start of families' conversations with their children in this field.

Keywords: "Mahinegi"; Menstruation; Normalization; Word Choice; Period; Reproductive Health

Corresponding Author: Maryam Damghanian; **Email:** maryamdamghanian@gmail.com

Received: August 27, 2023; **Accepted:** October 01, 2023; **Published Online:** October 28, 2023

Please cite this article as:

Valipour NS, Farnam F, Abbasi M, Damghanian M. Promoting dignity Through Normalization: Using the Word "Mahinegi" to Describe the Natural and Biological Part of Women's Lives. *Faṣḥnāmah-i akhlāq-i pizishkī*, i.e., Quarterly Journal of Medical Ethics. 2023; 17(48): e7.



مجله اخلاق پزشکی


دوره هفدهم، شماره چهل و هشتم، ۱۴۰۲



مرکز تحقیقات اخلاق و حقوق پزشکی

هنجارسازی کرامت‌محور: به کارگیری واژه «ماهینگی» برای توصیف بخش طبیعی و

زیستی زندگی زنان

نسیمه ستایش ولی‌پور^۱، فرناز فرنام^۱، محمود عباسی^۲، مریم دامغانیان^{۳*} 

۱. گروه مامایی و بهداشت باروری، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی تهران، تهران، ایران.
۲. مرکز تحقیقات اخلاق و حقوق پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، تهران، ایران.
۳. مرکز تحقیقات مراقبت‌های پرستاری و مامایی، گروه مامایی و بهداشت باروری، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی تهران، تهران، ایران.

چکیده

زمینه و هدف: به کاربردن واژگان غیر علمی، مبهم و اشتباه در توصیف چرخه باروری زنان در فرهنگ ایرانی امری رایج است. هدف مطالعه معرفی واژه ای است که از لحاظ آوایی، ساختاری و مفهومی شایسته توصیف با کرامت این بخش طبیعی از زندگی زنان، همراه با انگ زدایی می‌باشد که جزء حقوق باروری آنان محسوب می‌شود.

روش: در این پژوهش تحلیلی به بررسی واژگانی که در ادبیات روزمره، پژوهشی و پزشکی برای چرخه‌های خونریزی زنان استفاده می‌شود و تأثیر این واژگان بر شکل‌گیری باورهای غلط در این زمینه پرداخته می‌شود. همچنین، مطالعه فلسفه جایگزینی واژه قاعدگی یا پرپود با ماهینگی که برگرفته از ارتباط آن با ماه است، تبیین می‌شود.

ملاحظات اخلاقی: در تمام مراحل نگارش پژوهش، صداقت و امانتداری رعایت شده است.

یافته‌ها: واژگانی که برای توصیف ماهینگی در فرهنگ و زبان فارسی از آن استفاده می‌شود عمدتاً به معنای تکرار و تأکید بر قاعده یا رسم بودن دارد که بر عکس تأکیدی برای نیازهای سلامت باروری زنان در این دوران نیست. بعضی واژگان نیز یادآور ممنوعیت‌های فرهنگی یا اجتماعی و یا حتی معنای لغوی آن بارمنفی دارد. واژه «ماهینگی» موجب یکسان‌سازی توصیف چرخه زیستی زنان در ادبیات پژوهشی، پزشکی و اجتماعی شده، از لحاظ آوایی و ساختاری مناسب فرهنگ معاصر، از لحاظ معنای لغوی هنجارساز و کرامت‌محور برای حقوق سلامت باروری زنان می‌باشد.

نتیجه‌گیری: به کارگیری واژه ماهینگی با استعاره‌ای از ماه به عنوان یک جرم آسمانی که تشابهات ساختاری متعددی در چرخه تکامل آن با تکامل تخمک وجود دارد و همچنین استفاده از ماه به عنوان نمادی از باروری می‌تواند توصیفی با کرامت از ماهینگی زنان باشد. علاوه بر این موارد، استفاده از این نمادسازی زیبا و باشکوه می‌تواند تسهیل‌گر شروع تعامل خانواده‌ها با فرزندان‌شان در این زمینه و آماده‌سازی آنان برای ازدواج و فرزندآوری باشد.

واژگان کلیدی: ماهینگی؛ قاعدگی؛ انگ؛ هنجارسازی؛ واژه‌گزینی؛ پرپود؛ سلامت باروری

نویسنده مسئول: مریم دامغانیان؛ پست الکترونیک: maryamdamghanian@gmail.com

تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۰۶/۰۵؛ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۷/۰۹؛ تاریخ انتشار: ۱۴۰۲/۰۸/۰۶

خواهشمند است این مقاله به روش زیر مورد استناد قرار گیرد:

Valipour NS, Farnam F, Abbasi M, Damghanian M. Promoting dignity Through Normalization: Using the Word "Mahinegi" to Describe the Natural and Biological Part of Women's Lives. *Fašlnāmah-i akhlāq-i pizishkī*, i.e., Quarterly Journal of Medical Ethics. 2023; 17(48): e7.

مقدمه

ریزش دیواره رحم و خروج خون از رحم زنان در هر ماه بخشی از فرآیند زیستی زندگی آن‌ها است (۱-۲) که در فرهنگ لغت به آن قاعدگی یا عادت ماهانه و برابر پارسی به آن دشتان، ماهانگی، ماهانه، ورتکی، حیض گفته می‌شود. کلمات مترادف مصطلح دیگر آن در جامعه بی‌نمازی، رگل، طمث، عادت زانه، عادت و یا پیروید می‌باشد، حتی در اصطلاحات عوام خون دیدگی، عذرشدن، لک‌دیدن، مریضی نیز برای توصیف این بخش طبیعی از زندگی زنان به کار می‌رود (۳). قاعدگی یک فرآیند فیزیولوژیکی است که به طور متوسط از ۱۳ تا ۵۰ سالگی، هر ماه برای حدود ۱/۸ میلیارد نفر در سراسر جهان اتفاق می‌افتد؛ این چرخه به طرق مختلفی بر زندگی همه افراد تأثیر می‌گذارد (۴). تغییرات هورمونی که مسئول علائم و نشانه‌های زیادی از جمله دردهای قاعدگی، نوسانات خلقی، خستگی، سردرد و نفخ می‌باشد، بر کیفیت زندگی، رفاه، جنبه‌های اجتماعی و فرهنگی زنان، تأثیر منفی می‌گذارد (۵). تابوها و انگ‌های قاعدگی در بسیاری از فرهنگ‌ها موجب تبعیض و حتی محرومیت از دستیابی به مراقبت‌های بهداشتی شده و تهدید جدی بر سلامت باروری و جنسی می‌باشد (۶). از سال ۲۰۱۳ به بعد، قرارگرفتن سلامت قاعدگی در دستور کار سلامت جهانی، رشد چشم‌گیری داشته است، به گونه‌ای که می‌توان به افزایش سرمایه‌گذاری و توجه متمرکز بر تحقیقات و مداخلات در خصوص بهبود سلامت قاعدگی اشاره کرد. کالج آمریکایی زنان و مامایی در سال ۲۰۱۵ اشاره‌ای به سلامت قاعدگی به عنوان یک علامت حیاتی داشت (۷) که در سال ۲۰۲۲ رسماً آن را به عنوان پنجمین علامت حیاتی برای بررسی سلامت عمومی دختران اعلام کرد (۸). بر اساس نتایج یک مطالعه مروری سیستماتیک در سال ۲۰۲۳ درباره تجارب قاعدگی زنان و دختران نوجوان در جهان می‌باشد، مداخلات باید به گستره وسیعی از مشکلات، شامل برچسب ننگ، عدم دانش کافی و حمایت اجتماعی، انتظارات رفتاری محدودکننده و فقر قاعدگی بپردازند (۹).

یکی از نیازهای قرن بیست و یکم، پایان‌دادن به هنجارهای مضر اجتماعی - فرهنگی (مانند باورهای ناپاک‌بودن، تلقی

قاعدگی به عنوان بیماری، نگرانی از لکه‌دارشدن لباس و خرافات سنتی)، پیرامون این موضوع است (۱۱-۱۰)، در حالی که تابوهای قاعدگی یک پدیده جهانی هستند، نحوه تجلی آن‌ها و معانی نسبت داده‌شده به دلیل تنوع آن بین زمینه‌های اجتماعی، مذهبی و فرهنگی، چند ظرفیتی است (۱۲). در کشور ما یکی از زمینه‌های تابوساز، استفاده از عناوین نامفهوم، ناقص و یا انگ زانه برای توصیف این دوران است. یکی از مداخلات در راستای انگ‌زدایی و هنجارسازی، به کاربردن واژه‌ای است که از لحاظ آوایی، ساختاری و مفهومی مناسب توصیف این دوران باشکوه زندگی که تجلی آفرینش خداوند است، باشد. بنابراین هدف مطالعه این است که با در نظرگرفتن حق اساسی سلامت باروری زنان به بررسی ریشه واژه‌های ایرانی برای توصیف چرخه‌های خونریزی بپردازد تا واژه‌های درخور این پدیده زیستی بر اساس فرهنگ معاصر برگزیند، این در حالی است که بیش از ۱۰ واژه معادل قاعدگی در فرهنگ ما وجود دارد که علاوه بر سرگردانی خصوصاً در ادبیات پژوهشی، پزشکی و اجتماعی، اغلب از نظر لغوی نیز بیشتر کنایی و ناکامل و ناقص کرامت انسانی زنان هستند.

ملاحظات اخلاقی

تحقیق حاضر از سوی کمیته اخلاق دانشگاه علوم پزشکی تهران به تأیید رسیده است (کد کمیته اخلاق: IR.TUMS.FNM.REC.1400.003).

اطلاعات جامع در رابطه با دلایل تحقیق، نتایج، حفظ محرمانگی و نحوه انجام تحقیق به افراد داده شد و رضایت آگاهانه از شرکت‌کنندگان اخذ گردید.

روش

در این پژوهش تحلیلی به بررسی واژگانی که در ادبیات روزمره، پژوهشی و پزشکی برای چرخه‌های خونریزی زنان استفاده می‌شود و تأثیر این واژگان بر شکل‌گیری باورهای غلط در این زمینه پرداخته می‌شود. همچنین مطالعه فلسفه جایگزینی واژه قاعدگی یا پیروید با ماهینگی که برگرفته از

نتایج مطالعات در ایران نشان داده است که تجربه اولین خونریزی ماهانه برای اکثر زنان یک تجربه منفی در رابطه با اطلاعات ناکافی، احساس ترس و وحشت و ایجاد یک رابطه سخت با مادرانشان بوده است. علاوه بر این، مادران از واژگان و عباراتی برای توصیف ماهینگی استفاده می‌کنند که بسیار غیر علمی، مبهم و حتی اشتباه بوده است. در جامعه ایران، ماهینگی کاملاً یک مسأله زنانه است که معمولاً از دید پدران و برادران پنهان است. ادبیات مربوط به آماده‌سازی دختران برای ماهینگی نشان می‌دهد که کیفیت اطلاعاتی که آن‌ها دریافت می‌کنند، در شکل‌گیری نگرش‌ها و چگونگی دریافت تجربه ماهینگی بسیار مهم است (۱۸). زنان بزرگسال ایرانی حتی در بیان نیازهای ماهینگی خود احساس شرم و خجالت می‌کنند که نتیجه آن تجربه منفی از یک پدیده طبیعی و فیزیولوژیک برای اکثر زنان و دختران در ایران است (۱۹).

بنابراین یکی از حقوق ماهینگی در ایران هنجارسازی در خصوص تصورات غلط درباره این حقیقت بیولوژیک زندگی زنان و دختران است. آغاز گفت‌وگو بدون شرم درباره ماهینگی در خانواده‌ها، مدارس، جوامع، دولت‌ها و رسانه‌ها یکی از حقوق سلامت باروری تعریف می‌گردد (۱۱-۱۰).

یافته‌ها

واژگانی که برای توصیف ماهینگی در فرهنگ و زبان فارسی از آن استفاده می‌شود عمدتاً به معنای تکرار و تأکید بر قاعده یا رسم‌بودن دارد که بر عکس تأکیدی برای نیازهای سلامت باروری زنان در این دوران نیست. این واژگان عبارتند از عادت ماهانه، قاعدگی، ماهانگی، ماهانه و حتی واژه «پریود (Period)» که در ادبیات فرهنگ معاصر رایج است. بعضی واژگان مانند دشتان، عذرشدن، مریضی، لک‌دیدن نیز یادآور ممنوعیت‌های فرهنگی یا اجتماعی و یا حتی معنای لغوی آن بار منفی دارد. واژه «ماهینگی» موجب یکسان‌سازی توصیف چرخه زیستی زندگی زنان در ادبیات پژوهشی، پزشکی و اجتماعی شده، از لحاظ آوایی و ساختاری مناسب فرهنگ

ارتباط آن با ماه است، تبیین می‌شود. بر اساس آخرین به روزرسانی فرهنگستان زبان و ادب فارسی، در ادامه مقاله برای توصیف این پدیده از واژه ماهینگی و ماهینه‌شدن استفاده می‌شود.

اصطلاح «مدیریت بهداشت ماهینگی (MHM: Menstrual Health Management)» اولین بار در سال ۲۰۱۳ مطرح شد و به دنبال آن در سال ۲۰۱۸ «مدیریت بهداشت و سلامت ماهینگی (MHM: Menstrual Health and Hygiene Management)»، «فقر ماهینگی (Menstrual Poverty)»، «عدالت ماهینگی (Menstrual Equity)» و «حقوق ماهینگی (Menstrual Rights)» شکل گرفت که همچنان در حال تکمیل هستند. طی مطالعه‌ای با همکاری ۵۰ سازمان، «سلامت ماهینگی» با تعریفی مشخص برای یک‌دست کردن ادبیات پژوهشی بدین صورت ارائه شده است: «حالتی از رفاه کامل جسمی، روانی و اجتماعی، نه صرفاً عدم وجود بیماری یا ناتوانی در رابطه با چرخه ماهینگی» (۱۳). برای زنان، سلامت ماهینگی بخشی جدایی‌ناپذیر از سلامت عمومی و باروری آن‌ها است، زیرا در فاصله بین بلوغ و یائسگی، اکثر زنان ماهینه می‌شوند و این موضوع می‌تواند تأثیر قابل توجهی بر سلامت جسمی، روانی و اجتماعی آنان داشته باشد (۱۴). سازمان جهانی بهداشت در پنجاهمین جلسه شورای حقوق بشر (۲۰۲۲)، خواستار آن شد که سلامت ماهینگی به عنوان یک موضوع مهم سلامتی و حقوق بشری به رسمیت شناخته شده و چارچوب‌بندی شود. بر اساس نظر این سازمان، سلامت ماهینگی به مثابه حقوق بشر امروزه به طور جدی در دستور کار جهانی قرار دارد (۱۵).

«سلامت ماهینگی» و «عدالت ماهینگی» به این ایده اشاره دارد که جامعه باید آشکارا (بدون شرم و انگ) ماهینگی را بشناسد و این واقعیت را در نظر بگیرد که تقریباً یک‌دوم از جمعیت انسانی، بخش مهمی از زندگی خود را ماهینه می‌شوند (۱۶). افرادی که ماهینگی را تجربه می‌کنند، اغلب به عنوان هیستریک، غیر قابل اعتماد و نامناسب برای تصمیم‌گیری برچسب زده می‌شوند (۱۷).

معاصر، از لحاظ معنای لغوی هنجارساز و کرامت‌محور برای حقوق سلامت باروری زنان می‌باشد.

بحث

در ابتدا، واژگانی که برای توصیف این دوره استفاده می‌شود، معرفی و علل نامناسب بودن آن‌ها بررسی می‌شود. واژگان عادت ماهانه، قاعدگی، ماهانگی، ماهانه و حتی واژه «پریود (Period)» که امروز در فرهنگ گفتاری مردمان رایج است (۲۰)، به معنای تکرار یا دوره است. واژه پریود در زبان انگلیسی به معنای «یک دوره یا گستره زمان؛ چرخه عود یک بیماری»، با ریشه لاتین قرون وسطی به معنای «قسمت تکرارشونده»، «چرخه (Periodus)»، با ریشه یونانی «چرخه، مدار، دوره زمانی (Periodos)» است. عبارت کامل آن «دوره‌ای از قاعدگی (Period of Menstruation)» بوده که بخش دوم آن حذف شده و در زبان امروزی نیز از قسمت پریود این عبارت برای توصیف سیکل‌های زنان استفاده می‌شود (۲۱). این واژه در زبان انگلیسی از سال ۱۷۱۲ به عنوان «بخش نامشخصی از هر حالت ادامه‌دار یا مجموعه‌ای از رویدادها» به کار برده شده است (۲۲) و تقریباً سه دهه است که میان فارسی‌زبانان رایج شده است (۲۰). واژه قاعدگی نیز به نظر می‌رسد ترجمه واژه «رگل (Regle)» ترجمه واژه فرانسوی به معنای قاعده، قانون و رسم است (۲۰) که در متون پزشکی بیشتر کاربرد دارد.

واژگان پیشگفت عمده‌تاً بر مفهوم تکرار یا دوره‌ای بودن یک پدیده یا بر قاعده و رسم بودن آن تأکید دارند. این تکرار و دوره‌ای بودن هرگز به معنای توجه به نیازهای زنان در این دوران نبوده است. از چالش‌های مفهومی، علمی و فنی در خصوص توجه به این موضوع، تکراری بودن و عادی‌سازی درد و انگ حول این بخش از زندگی زنان بوده است که موانع قابل توجهی را برای مراقبت و تشخیص مشکلاتشان و همچنین توانمندسازی زنان در کسب دانش برای مدیریت این دوره ایجاد نموده است (۲۳). این تکرار و تأکید بر قاعده یا رسم بودن آن صرفاً برای یادآوری این نکته است که اگر

ماهینگی رخ ندهد، احتمال بارداری یا بیماری وجود دارد که سرمنشأ اضطراب و کاهش اعتماد به نفس برای زنان و دختران است (۲۴) و این موضوع تأکیدی برای نیازهای آن‌ها برای این دوران نیست. دوره ماهینگی مجموعاً ۸ سال از زندگی زنان را تشکیل می‌دهد که یادآور ۸ سال از ناپاکی عمر آنان است. به نظر می‌رسد این تکرار، نمادی از عادی بودن شده است که توجه به نیازهای این دوران پرتکرار (۴۰۰ بار در طول عمر زنان) را به فراموشی سپرده است. از سوی دیگر ماهینگی از این جهت اهمیت دارد که ماهینه شدن سرمنشأ آفرینش می‌باشد و فرآیند ضروری برای ادامه نسل‌ها است (۲۵) و قطع این سیکل‌های طبیعی برای یک زن جوان هم از لحاظ زیستی نامناسب است و خطرات سلامتی را به دنبال دارد و هم فرصت فرزندآوری را از او می‌گیرد (۲۴). به نظر می‌رسد واژگان مورد بحث نمی‌تواند معنای دوره و تکراری بودن از حیث اهمیت این دوران را بیان کند و از لحاظ مفهومی ناقص می‌باشد.

واژه حیض در متون اسلامی - عربی کاربرد دارد. در لغت‌نامه دهخدا در برابر حیض می‌نویسد: «زن خون دیده، بی‌نمازی، طمث (۳)، زن ناپاک» (۲۰). واژه طمث در متون دینی و پزشکی قدیم کاربرد داشته است. در کتاب قانون فی طب، بوعلی سینا در باب طمث فصلی نوشته است (۲۰، ۲۶). در لغت‌نامه دهخدا واژه طمث به معنای حیض، ریمناکی یا چرکین شدن و البته برداشتن دوشیزگی و بکارت‌بردن نیز می‌باشد (۳).

استفاده از تعابیر مناسب و محبوب در کلام، روشی برای اجتناب از تابوها در این حوزه است و استفاده از این روابط معنایی و استعاری در گفتار جامعه باعث تغییرات اجتماعی در تابوهای ماهینگی شده است (۲۷). در نقد این واژگان می‌توان گفت آن‌ها تعابیری دارند که بر ناپاک بودن زنان تأکید دارد. اغلب فرهنگ‌ها، زنان را در دوران ماهینگی ناپاک می‌دانند و در راستای آن محدودیت‌هایی را برای آنان در ورود به مکان‌ها، تبعید از خانه و... تعریف کرده‌اند (۲۸). در بعضی فرهنگ‌ها نیز اولین ماهینگی دختران مفهومی معادل با زن شدن دارد، کلیشه جنسیتی از زن بودن نیز به معنای برداشتن بکارت یا آمادگی برای شوهرکردن دختران می‌باشد که موجب اضطراب

دختران و از دست‌رفتن فرصت ادامه تحصیل می‌باشد (۲۹). ریشه مفهومی این واژه می‌تواند سرمنشأ این باور در دختران و زنان امروز جامعه ما نیز باشد.

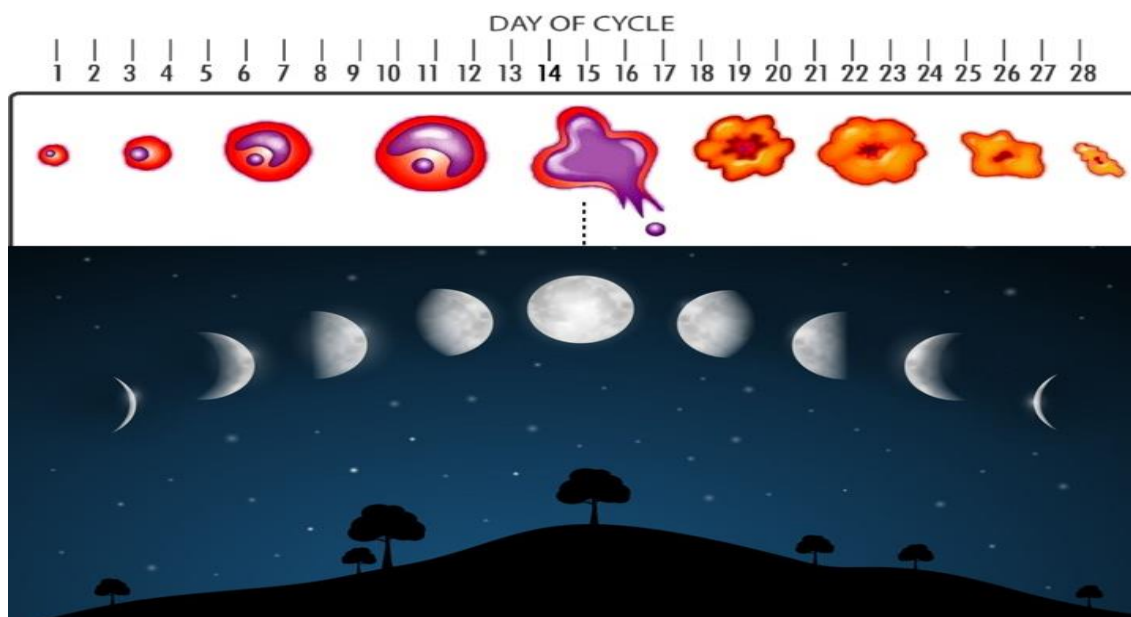
واژگانی مانند عذرشدن، مریضی، لک‌دیدن نیز مصطلح هستند که به صورت کاملاً مشخص با بار مفهومی منفی همراه هستند. واژه دشتان در لغت‌نامه دهخدا به معنای حیض و زنی که خون از وی می‌آید، است. این واژه از حیث مشتقاتی که دارد غنای شگفتی دارد، زیرا مشتقات آن به حالت‌های مختلف برای توصیف این دوران اشاره داشته است. بعضی از مشتقات عبارتند از دشتانومند (زن دشتان‌شده)، دشتانیک (زنی که در روزهای دشتان است)، دشتانیستان (محل مخصوص زندگی زنان در روزهای دشتان) (۲۰، ۳۰). دشتان در دانش‌نامه ایران باستان به عنوان خونی که از زنان در ایام معین هر ماه روانه می‌شود، توصیف شده است. این واژه به معنای داغ و نشان، آلت و ابزار نیز در اوستا آمده است (۳۰). در فرهنگ ایرانی، خونریزی ماهانه زن یک نشانه و علامت است. علامتی که به بسیاری از ممنوعیت‌ها و باید‌ها و نبایدها اشاره دارد (۲۰).

دشتان با مفهوم نشان‌دارشدن اشاره بر آغاز محدودیت‌ها و شروع دوره ناپاکی است. همچنین نشان‌دارشدن می‌تواند تداعی انگ لکه‌دار و قرمزشدن لباس زنان باشد که خود این موضوع، از جمله انگ‌هایی است که زنان را مورد تمسخر قرار می‌دهد و این لکه، لکه‌ای بر شخصیت زنان است (۲۵). به نظر می‌رسد واژه دشتان برای استفاده عموم جامعه، در فرهنگ معاصر، هم از لحاظ آوایی و هم از نظر مفهومی مناسب نباشد، زیرا معنای نشان‌دارشدن که یادآور ناپاکی، نجاست یا تشدید انگ قرمزشدن لباس در دوره ماهینگی است، نمی‌تواند در راستای هنجارسازی برای این بخش زیستی زندگی زنان که مورد هدف مداخلات در زمینه بهبود سلامت ماهینگی است، کمک کند.

ماهینگی: در خصوص واژه «Menstruation» که برای توصیف ماهینگی در زبان انگلیسی مورد استفاده قرار می‌گیرد، Sanjana Gandhi می‌نویسد: «با قدم‌گذاشتن در داستان منشأ کلمه ماهینگی، بلافاصله می‌بینیم که مستندات در مورد دوره‌های زنان در دوران باستان وجود ندارد. این می‌تواند به

دلیل تعداد نسبتاً بیشتر کاتبان مردی باشد که از این موضوع طفره رفته‌اند یا به دلیل تابوی قابل توجهی باشد که دوره‌های باستانی را احاطه کرده است. آنچه ما می‌دانیم، این است که کلمه «Menstruation» به طور تصادفی در نظر گرفته نشده است (۲۲). کلمه «Menstruation» از نظر ریشه‌شناسی با کلمه انگلیسی «Moon» مرتبط است که با داستان‌های شگفت‌انگیز این کلمه و تکه‌هایی از تاریخ عجیب و غریب پشت آن، آنقدر محبوب است که در طول ۳۰۰ سال گذشته، علیرغم دنیای علمی ما، بدون تغییر باقی مانده است و هنوز هم استفاده می‌شود (۲۲). این کلمه در واقع از کلمه لاتین «Mensis» به معنای ماه گرفته شده است که آن نیز به نوبه خود از کلمه یونانی «Mene» به معنای ماه گرفته شده است (۲۲، ۳۱).

ماه در اغلب فرهنگ‌ها نماد جنس مؤنث است. ماه نماد نور در تاریکی، معرفت باطنی، شهودی و تخیلی و نیز منطق بشری است (۳۲). از آنجایی که میانگین طول دوره‌های ماهینگی زنان با چرخه‌های افزایش و کاهش اندازه ماه مطابقت دارد، بسیاری از فرهنگ‌ها ماه را با باروری مرتبط می‌دانند (۳۳). ماه نماد الگوی چرخه‌ای است؛ از زمانی که بزرگ و گرد است تا زمانی که کوچک‌تر می‌شود و این پدیده مدام در طبیعت تکرار می‌شود. تقویم را از روی رفتار ماه می‌نویسند، زیرا نظم دقیقی دارد که بیش از هر عنصر دیگری در طبیعت قابل اعتماد است. همانطور که فازهای ماه شامل رشد و زوال است، در فرآیند هر سیکل باروری نیز تخمک چرخه‌ای از تکامل و از بین‌رفتن را تجربه می‌کند. ماه و ماهینگی زنان هر دو منشأ تقویم بوده‌اند و هر دو زمان بندی مشابهی دارند. هر دو چرخه‌ای ۲۸ روزه دارند و همانطور که ماه در روز ۱۴ ماه کامل است، تخمک نیز به طور متوسط در روز ۱۴ سیکل زنان کامل می‌شود (۲). این شباهت از لحاظ ساختاری (شکل ۱) دلیل مناسبی برای برگزیدن واژه ماهینگی می‌باشد، زیرا یادآوری ارتباط ماهینگی با ماه می‌تواند به فراموشی ناپاکی و بی‌منطقی زنان در این دوران کمک کند.



شکل ۱: شباهت ساختاری تکامل ماه و تخمک (تصویر مذکور برگرفته از تصویر موجود در گوگل و ترکیب آن‌ها برای شفافیت موضوع است).

اخیر فازهای ماه را با خواب و خلق و خوی انسان مرتبط دانسته‌اند (۳۳). به نظر می‌رسد در گذشته، رفتار تولید مثلی انسان با ماه همزمان بوده، اما سبک زندگی مدرن، قرارگرفتن در معرض نور مصنوعی و کم‌برخورداری از نور ماه، فیزیولوژی و رفتار تولید مثلی را تغییر داده است و طول دوران ماهینگی را تحت تأثیر قرار داده است (۳۴).

نتیجه‌گیری

نظر به اهمیت تقویت، نیرومندسازی و گسترش زبان فارسی و تجهیز آن برای برآوردن نیازهای روزافزون فرهنگی و علمی (۳۶)، اهمیت توسعه در واژه‌شناسی سلامت ماهینگی در دنیا (۱۴) و ایران بر اساس فرهنگ بومی و همچنین بر اساس نتایج به دست‌آمده بخشی از رساله دکتری تخصصی انجام‌شده با عنوان «تبیین مفهوم حقوق قاعدگی» نیاز به جایگزینی واژه «قاعدگی» و معادلات آن با واژه‌ای بود که از لحاظ آوایی، ساختاری و مفهومی دربرگیرنده مفهوم زیستی و با کرامتی از بخش طبیعی زندگی زنان باشد، لذا با تمام ویژگی‌های پیشگفت برای واژه ماهینگی، این واژه پس از پیشنهاد به فرهنگستان زبان و ادب فارسی در تیر ماه ۱۴۰۲ تصویب شد.

در خصوص تأثیر ماه بر زیست‌شناسی انسان، در مطالعه‌ای که در Science Advances منتشر شده است، محققان داده‌های بلندمدت مربوط به زنان را تجزیه و تحلیل کردند و دریافتند که برخی از دوره‌های ماهینگی آن‌ها با نور ماه و چرخه‌های گرانش در زمان‌های خاصی همگام می‌شود. با در نظرگرفتن این واقعیت، جالب است که چرخه ماهینگی انسان دارای دوره‌ای نزدیک به چرخه قمری است و چندین مطالعه قدیمی ارتباط بین این چرخه‌ها را این‌گونه گزارش می‌دهند که زنانی که سیکل آن‌ها به دوره ۲۹/۵ روزه ماه نزدیک می‌شود، بیشترین احتمال باردارشدن دارند، البته حدس می‌زنند که همزمانی تولید مثل انسان با چرخه‌های ماه ممکن است در دوران باستان قوی‌تر بوده باشد، چراکه قرارگرفتن در معرض نور مصنوعی در زندگی مدرن تأثیر ماه را کاهش داده است (۳۴). در مطالعه‌ای که در Molecular Psychiatry منتشر شده است، Thomas Wehr روان‌پزشک مؤسسه ملی سلامت روان گزارش نموده که چرخه‌های شیدایی - افسردگی در بیماران مبتلا به اختلال دوقطبی با چرخه‌های گرانشی ماه در نوسان است (۳۵). تأثیر جسم آسمانی بر زیست‌شناسی انسان تا حد زیادی به عنوان افسانه رد شده بود، اما چندین مطالعه

تأمین مالی

این تحقیق توسط دانشگاه علوم پزشکی تهران تأمین مالی شده است (شماره اعتبار: IR.TUMS.FNM.REC.1400.003).

ماه منبع الهام، تخیل، فکر و اندیشه انسان‌های خلاق، هنرمند و متفکر بوده است (۱۲) که استفاده از این واژه می‌تواند در اصلاح باورهای هم‌چون بی‌منطقی ادواری زنان به دلیل تغییرات هورمونی مؤثر باشد. ماه همواره با عشق، معصومیت و زیبایی مرتبط بوده است. چیزی که موجب شده که ماه مرموزتر گردد، چهره و ظاهر همیشه در حال تغییر آن بوده که در تاریکی آسمان درخشندگی بسیاری دارد. این واژه که با هدف استفاده در کلمات روزمره در نظر گرفته شده است، می‌تواند حتی در آموزش کرامت‌محور دوران بلوغ برای دختران و حتی پسران با تشریح چرخه ماه و ادامه آن به سمت چرخه‌های ماهینگی، تداعی شروع زیباتری از وارد شدن به مرحله جدیدی از زندگی باشد و به نظر می‌رسد می‌تواند منجر به شروع آسان‌تر تعامل و گفتمان خانواده‌ها با فرزندان خود درباره ماهینه‌شدن و آمادگی آن‌ها برای ازدواج و فرزندآوری باشد و با کرامت انسانی آن‌ها انطباق بیشتری داشته باشد.

مشارکت نویسندگان

نسیمه ستایش ولی‌پور و مریم دامغانیان: نگارش مقاله، ارائه ایده، جمع‌آوری و تحلیل داده‌ها، اصلاحات مقاله. فرناز فرنام و محمود عباسی: ارائه ایده، جمع‌آوری و تحلیل داده‌ها. نویسندگان نسخه نهایی را مطالعه و تأیید نموده و مسئولیت پاسخگویی در قبال پژوهش را پذیرفته‌اند.

تشکر و قدردانی

نویسندگان مراتب سپاسگزاری خود را از دانشگاه علوم پزشکی تهران برای صدور مجوزهای لازم و همچنین فرهنگستان زبان و ادب پارسی برای تصویب واژه ماهینگی اعلام می‌دارند.

تضاد منافع

نویسندگان هیچ‌گونه تضاد منافع احتمالی را در رابطه با تحقیق، تألیف و انتشار این مقاله اعلام نکرده‌اند.

References

1. McLaren MA, Padhee M. A sexual and reproductive health rights approach to menstruation. *Gender & Development*. 2021; 29(1): 131-150.
2. Monis CN, Tetrokalashvili M. Menstrual cycle proliferative and follicular phase. Treasure Island: Study Guide from StatPearls Publishing; 2019.
3. Dehkhoda AA. Dehkhoda dictionary. Tehran: Amir Kabir Publishers; 1998. [Persian]
4. Carneiro MM. Menstrual poverty: enough is enough. *Women & Health*. 2021; 61(8): 721-722.
5. Sumpter C, Torondel B. A systematic review of the health and social effects of menstrual hygiene management. *PloS One*. 2013; 8(4): e62004.
6. Wilson E, Haver J, Torondel B, Rubli J, Caruso BA. Dismantling menstrual taboos to overcome gender inequality. *The Lancet Child & Adolescent Health*. 2018; 2(8): e17.
7. Care CA. Menstruation in girls and adolescents: Using the menstrual cycle as a vital sign. *Obstet. Gynecol*. 2015; 126: e143-6.
8. Hillard PJA. Using the Menstrual Cycle as a Vital Sign: What We Still Want to Know about Adolescent Menstrual Cycles. *Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology*. 2022; 35(4): 413-414.
9. 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 Medicine*. 2019; 16(5): e1002803.
10. Hennegan J, Winkler IT, Bobel C, Keiser D, Hampton J, Larsson G, et al. Menstrual health: A definition for policy, practice and research. *Sexual and Reproductive Health Matters*. 2021; 29(1): 31-38.
11. Critchley HO, Babayev E, Bulun SE, Clark S, Garcia-Grau I, Gregersen PK, et al. Menstruation: science and society. *American Journal of Obstetrics and Gynecology*. 2020; 223(5): 624-664.
12. WHO. WHO statement on menstrual health and rights. 50th session of the Human Rights Council Panel discussion on menstrual hygiene management, human rights and gender equality. 2022. Available at: <https://www.who.int/news/item/22-06-2022-who-statement-on-menstrual-health-and-rights>.
13. Crawford BJ, Johnson ME, Karin ML, Strausfeld L, Waldman EG. The ground on which we all stand: A conversation about menstrual equity law and activism. *Mich. J. Gender & L.* 2019; 26: 341.
14. Winkler IT. Menstruation and Human Rights: Can We Move beyond Instrumentalization, Tokenism and Reductionism?. *Colum. J. Gender & L.* 2021; 41: 244.
15. Seyed Hosseini AS. Unpreparedness, impurity and paradoxical feeling: Menstruation narratives of Iranian women. *International Journal of Adolescent Medicine and Health*. 2018; 32(6): 20180008.
16. Omani Samani R, Almasi Hashiani A, Razavi M, Vesali S, Rezaeinejad M, Maroufizadeh S, et al. The prevalence of menstrual disorders in Iran: A systematic review and meta-analysis. *Int J Reprod Biomed*. 2018; 16(11): 665-678.
17. Setayesh NV, Farnam F, Abbasi M, Damghanian M. Dimensions of Menstrual Rights for Menstruators: A Systematic Review. *International journal of women health and reproductive sciences*. 2023; 10(10): 1-11.
18. Seyed Hosseini AS. Unpreparedness, impurity and paradoxical feeling: Menstruation narratives of Iranian women. *International Journal of Adolescent Medicine and Health*. 2018; 32(6): 20180008.
19. Buckley T, Gottlieb A. Blood magic: The anthropology of menstruation. California: University of California Press; 1988.
20. Zarleki SH. Women, Dashtan and monthly madness (a study of historical and cognitive mythology about menstruation and the symptoms before it). 6th ed. Tehran: Chakh Publishing House; 2013. National Bibliography Number: 3665748. [Persian]
21. Gandhi S. The Etymology of 'PERIOD'. 2020 Available at: <https://www.etymonline.com/search?q=period>.
22. Gandhi S. The Etymology of 'Menstruation'. 2020 Available at: <https://www.rutuchakra.org/post/the-etymology-of-menstruation>.
23. As-Sanie S, Black R, Giudice LC, Valbrun TG, Gupta J, Jones B, et al. Assessing research gaps and unmet needs in endometriosis. *American Journal of Obstetrics and Gynecology*. 2019; 221(2): 86-94.
24. Shah S, Madiha G. Menstruation: A social dilemma in developing countries. *Reprod Syst Sex Disord*. 2017; 6(4): 220.
25. Johnston-Robledo I, Chrisler JC. The menstrual mark: Menstruation as social stigma. *The Palgrave Handbook of Critical Menstruation Studies*. 2020; 181-199. PMID: 33347160 DOI: 10.1007/978-981-15-0614-7_17.
26. Inati S. Ibn Sina. History of Islamic Philosophy. Milton Park: Routledge; 1996.

27. Gottlieb A. Menstrual taboos: Moving beyond the curse. *The Palgrave handbook of critical menstruation studies*. Singapore: Registered Company Springer Nature; 2020. p.143-162.
28. MacLean K, Hearle C, Ruwanpura KN. Stigma of staining? Negotiating menstrual taboos amongst young women in Kenya. *Women's Studies International Forum*. 2020; 78: 102290.
29. 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.
30. Bateni MR. Recent advances in Persian lexicography. *Aspects of Iranian linguistics*. New Castel: Publishing Cambridge Scholars; 2008. p.3-18.
31. Madondo SH. "Old Devil Moon": Time, memory and oblivion in the narratives of catabasis and Abduction. *Incursiuni în Imaginar*. 2021; 1(12): 75-92.
32. Mojāhedi H, Sarfi MR, Modabberi M. The Lunar Symbols in an Iranian Legend. *Journal of Mytho-Mystic Literature*. 2020; 15(57): 219-240.
33. Dickerson AL, Hall ML, Jones TM. Effects of variation in natural and artificial light at night on acoustic communication: A review and prospectus. *Animal Behaviour*. 2023; 198: 93-105.
34. Helfrich-Förster C, Monecke S, Spiouzas I, Hovestadt T, Mitesser O, Wehr T. Women temporarily synchronize their menstrual cycles with the luminance and gravimetric cycles of the Moon. *Science Advances*. 2021; 7(5): eabe1358.
35. Wehr TA. Bipolar mood cycles and lunar tidal cycles. *Molecular Psychiatry*. 2018; 23(4): 923-931.
36. Alimova ZV. The role of borrowings in the growth of language vocabulary. *Asian Journal of Multidimensional Research (AJMR)*. 2021; 10(3): 261-297.