

## 关于西藏偏远山区中学生“月经贫困”的提案

拉孜等 西藏自治区措美县中学

### 一、背景

“月经贫困”指的是受落后观念和贫困等因素，女性在生理期无法获得充分的家庭、社会指导和卫生用品，成为了长期困扰女性生活的因素，却缺少足够社会关注度的问题。

以西藏自治区山南市措美县为例，县城海拔 4242 米，全年平均气温 7℃左右，距离山南市 130 公里，属资源匮乏的高寒偏远县，2020 年家庭人均可支配收入在 14064.4

元。全县下辖 2 乡 2 镇共 87 个自然村，截至 2021 年全县总人口 14064 人，其中女性 6728 人，占 47.8%；18 周岁以下未成年人 2893 人，其中女性 1384 人，占 47.8%。

措美县中学共 243 人，女生 108 人，占 48.5%，年龄均在 12-15 岁之间，正处于月经初潮期，即第一次月经。社会在进步，对于女性生理期健康教育也在逐渐普及，通过生产女性卫生用品企业的市值增长也不难看出卫生用品的市场在逐渐扩大，说明越来越多的女性对于经期健康的重视度有所提高，能够更科学地管理自身健康，但通过对中学

108 名女孩的调研后（其中包括 36 名还未经历生理期的女孩、22 名单亲家庭女孩），发现仍存在一些细微的问题。

### 二、问题和原因分析

一、相比于内地中学生来说资源匮乏的高寒地区中学生月经初潮年龄较晚，与地区环境因素、家庭环境因素和个人体质等因素都有关系。常年低温、单亲家庭使女孩出现的心理应激反应、家庭收入过低导致营养摄入不足等因素均可使月经初潮的时间推迟，或多或少会对中学生身体发育造成影响。

二、双亲家庭、单亲家庭、父母外出务工家庭缺乏对孩子的指导。在 72 名已经历生理期的女孩中，有 11 名女孩的父母没有进行指导，其中包括 5 名单亲家庭女孩，同时孩子也不向父母告知生理期状况，导致女孩缺乏正确的经期护理知识。

三、生理期期间卫生巾日更换次数少。根据世界卫生组织给出的数据，卫生巾应 2-3 小时更换 1 片，经期平均一天需更换至少 4-5 片。在 72 名已经历生理期的女孩中，有 31 名女孩更换次数为 3 片，2 名女孩为 2 片，这会导致经血中的细菌蔓延生长，很容易诱发各种妇科疾病。

四、生理期会影响到女孩的学习和生活，尤其是在常年低温环境下且生理期期间仍在接触冷水或喝凉水，容易导致宫寒从而痛经，在 72 名已经历生理期的女孩中，有超过 80% 的女孩因痛经在学习上受到不同程度影响，在女孩受教育情况普遍低于男孩的情况下，这会加剧性别之间的教育不平等问题。

五、在 72 名已经历生理期的女孩中，有 69 名女孩在第一次生理期时表现出紧张、害怕的情绪，侧面反映出生理期知识教育开展不深入或不全面，不能做到正确面对青春期身体发育中的正常现象。

### 三、建议

#### 一、进一步加强女性生理知识宣传普及

一是有关部门要加大生理知识宣传力度，多途径普及生理卫生预防知识，提高女孩预防妇科疾病意识；二是充分发挥小学、中学在成长阶段中的作用，在青春期前即对女孩开展生理卫生知识普及，提早的进行科学干预，避免恐慌情绪以及生理卫生的不重视的情况出现；三是有必要对监护人开展子女生理卫生知识培训，避免监护人因受教育程度、生理卫生知识缺乏、缺少陪伴，给子女造成二次伤害。政府、学校、家庭三者形成合力，达到最佳干预效果，最大程度保护女孩成长。

#### 二、强化医教结合

加强学校和医院的联合，一是卫健部门定期深入学校对女孩进行体检和进行生理卫生知识辅导，及时发现问题，及时引导家长带子女到医院进行就诊；二是强化校医岗位职责，对生理期女孩进行心理疏导，建立校医和老师的沟通机制。医教结合能够早发现、早干预，在女孩妇科疾病的早期发现上起到重要作用。

#### 三、提供物资保障

一是有关部门在宣传的同时发放合格的卫生用品；二是学校建立应急机制，校医务室应有合格的卫生用品储备，避免女孩因缺乏卫生用品和不了解生理周期而手足无措；三是社会各界伸出援手，为女孩成长保驾护航。

关注女孩的健康成长，就是实现社会可持续发展的需要。