

Kvindens cyklicitet — en underkendt rigdom

Jytte Willadsen

Den medicinske verdens opfattelse af menstruationscyklus og et normalt kvindelivs store forandringer både psykisk og somatisk søges i artiklen kritisk belyst. En tidssvarende omtale af graviditet, fødsel og ammeperiode forsøges ud fra feminologiske synspunkter.

Jytte Willadsen er overlæge ved Københavns Amts Psykiatriske Sygehus Nordvang i Glostrup.

Cyklicitet, dvs. stadigt tilbagevendende svingninger, er et særkende for kvindens liv. Fra puberteten oplever hun, at hendes organisme hvert eneste øjeblik ændrer sig lige så stille. I rolig månetakt forskydes hendes indre balance, både sjæleligt og legemligt, og hun lever i stadige svingninger i overensstemmelse med sin roligt skiftende hormonbalance. Regelmæssigt kommer menstruationsblødningen, og midt i perioden kan hun mærke ægløsning. Nogle kvinder har præmenstruelt særlige fornemmelser med mod og energi, som kan føre til løsning af problemer og måske kreativ udfoldelse.

Menstruationen

Menstruationscyklus er den grundlæggende del af kvindens cyklicitet, som imidlertid rummer en lang række andre betydningsfulde svingninger i hendes liv. Den vigtigste er måske orgasmen, fordi den i det daglige giver inspiration og indhold i tilværelsen. Den kvindelige orgasme er detaljeret beskrevet af Masters og Johnson (1966). Den er præget af rytmiske muskelkontraktioner i uterus, vagina og bækkenmuskulatur, og samtidig er der først til højdepunktet øgende, og derefter aftagende skøn blod-

fylde i regionen. I modsætning til manden har kvinden mulighed for multiple orgasmer, således at orgasmen i mange svingninger kommer igen og igen over længere tid. I orgasmen er legeme og sjæl i helt enestående grad ét, og der kan opstå en følelse af, at tid og sted er forsvundet, og kosmos med urkræfter er kommet nær.

Graviditeten

Graviditeten er en ny stor svingning i kvindens liv, hvor hun oplever stadige forandringer. Midt i graviditeten kommer barnets bevægelser til hendes bevidsthed, og vi siger, at hun mærker liv, hvilket jo på det mest dybsindige er sagen. De stadigt tilbagevendende små spark og til tider endda hele rundture, som barnet foretager i uterus, minder hender intimt og fortroligt om, hvad der er i gang.

En skønne dag når graviditeten sin afslutning, og atter nye svingninger sætter ind. Lidt plukveer er begyndt forinden, men efterhånden kommer de egentlige veer, som vokser i styrke i timerne, der går. Imellem veerne kan kvinden hver eneste gang hengive sig til en vidunderlig afslappet tilstand. Til sidst kommer der kraftige presseveer, og barnet fødes. Kvinden kan under hele fødselsforløbet være i en ganske særlig tilstand med stærke følelser og kosmiske oplevelser, der af nogle opfattes som en slags orgasme. Her er det nok værd at huske på, at Masters og Johnson (1966) har vist, at kontraktionerne ved den sædvanlige orgasme er af samme natur som veer.

Leboyer (1976) er mest kendt for at tale barnets sag, når han kæmper for en fødsel uden vold, men han har også beskrevet, hvordan nogle kvinder kan opleve fødslen som noget enestående vidunderligt i

pagt med naturens skaberkræfter. For øvrigt taler jeg af personlig erfaring.

Straks efter fødslen begynder en ny lang fase med svingninger, amningen. Ganske langsomt fyldes brysterne med mælk, for gang på gang roligt at tømmes, når den på det tidspunkt bedste i verden sutter sig mæt og tilfreds. Kvindens på en gang sjælelige og legemlige velvære under amningen er af en særlig værdi, både for hende selv og barnet. Det tidlige mor-barn forhold præges afgørende af kontakten under amningen. Vi ved meget om, hvad det betyder for barnets personlighedsudvikling, men skal ikke glemme, at det også betyder meget for kvindens egen sjælelige vækst og senere livsudfoldelse.

Efter ammeperioden kommer de velkendte menstruationssvingninger tilbage, og måske afbrudt af flere graviditeter, fødsler og ammeperioder fortsætter de til klimakteriet.

Klimakteriet

Klimakteriet er endnu en stor, ny, og denne gang meget lang svingning i kvindens liv, og det kommer nu om stunder som regel i de første år efter 50 årsalderen. På dette ret sene tidspunkt i hendes liv oplever hun, at hendes krop og sind atter en gang omstiller sig til nye forhold med nye muligheder for livsudfoldelse. Normalt står hun med store ressourcer, fordi hun er rig på erfaring og stadig har kræfter og mod på livet. Hun værdsætter i særlig grad sin frihed, fordi yngelplejen er fra hånden, og samtidig kan hun bruge af den store viden og erfaring, som hun har opbygget. Therese Benedek (1950) har indgående og klart beskrevet klimakteriet som en udviklingsfase, og hun lægger vægt på, at kvinden netop på grund af sin cyklicitet er vant til at omstille sig og opnå personlig vækst i forbindelse med de mange forskellige svingninger.

Kropp og sjæl

Legeme og sjæl er en helhed, og forsøg på at splitte dem ad, som det sker i det patriarkalske samfunds udbredte dualisme, er farligt for helbredet. Den kvindelige helhedsoplevelse af cykliciteten er af afgørende betydning, for at hun trives som kvinde og

.....
Kvinnan är just på grund av sin cyklicitet van vid att ställa om sig och uppnå personlig växt i samband med de många olika svängningarna
.....

opnår den styrke og indsigt, som hun har rige muligheder for.

Desværre må vi erkende, at den kvindebeskrivelse, som jeg her har givet, ikke svarer til den dominerende opfattelse i vores dagligdag. Der har kvinder jo mange problemer, og det ser ud som om der tit er noget i vejen med dem. Hvad angår cykliciteten har Strindberg (se Ekenvall, 1972) beskrevet den traditionelle negative indstilling uhyggeligt ramende: "At være kvinde er at være et sygt barn. Tretten gange om året er hun underbegavet, enten af blodmangel eller prokreationsraseri. Under svangerskabet er hun nær vanviddet i 9 måneder, under amningen er det endnu værre, og omkring klimakteriet må hun anses for at være utilregnelig." I det

FAGLIGT OG SOCIALT

Kræfternes bekæmpelse



22/2 -80: Et medicinalfirma reklamerer med et hormonpræparat, som påstås at hindre kvinder i at opføre sig kriminelt før menstrationen.

— Kunne De ikke være rar og opfinde noget lignende til min mand? Men det skulle gerne virke hver dag.

(Ovenstående tegning er velvilligst stillet til rådighed af tegneren Bo Bojesen).

Från Ugeskrift för läge's kvinnonummer jan -85.

store og hele deler mange mennesker Strindbergs opfattelse den dag i dag. De vil nemlig sige, at kvinder er da uligevægtige i tilslutning til deres svingninger, og at det ikke kan nytte noget, at jeg kommer med min positive, og måske endda romantiske opfattelse af kvindelighed. For at diskutere det nærmere synes jeg, at det er nødvendigt at fremdrage nogle bastante kendsgerninger.

Fakta om kvinnor och män

Mænds hormonforhold er jo stabile i forhold til kvinders, og de har ingen cyklicitet. Vil det sige, at vi kender dem som ligevægtige og afbalancerede til enhver tid? Kan vi stole på, at de vil reagere roligt og velovervejet i vanskelige situationer? Ser vi på samfundslivet, må vi svare nej, fordi der er meget alvorlige tegn på mændenes uligevægtighed. Vold og overgreb på medmennesker og andre hensynsløse kriminelle handlinger må være udtryk for manglende sjælelig balance.

I Danmark ses i Statistisk Årbog (1982), at der ved domfældelser til højere straf end bøde i 1978 var 10953 mænd og 967 kvinder, det vil sige kun 7% kvinder. Som undergruppe ses voldsforbrydelser, hvor kvinderne tegner sig for 2%. Af Kriminalstatistik 1977 (1979) fremgår, at der kun var 2% kvinder blandt dem, der blev indsat i statsfængslerne i 1977.

I storbyområder er kriminaliteten blandt unge mænd så udbredt, at man ikke kan betragte den som et undtagelsesfænomen. Det diskuteres ofte, hvad man skal stille op med den voksende kriminalitet. Løsningen er ligetil: Mænd må lære at opføre sig lige som kvinder. Når det sker, er problemet så godt som løst. I hvert fald spiller kriminaliteten kun en meget lille rolle, når vi udelukkende ser på den kvindelige del af befolkningen.

I trafikken er det mændene, der bærer hovedansvaret for ulykkerne, også når det tages i betragt-

Av kriminalstatistiken framgår det att det endast fanns 2% kvinnor bland dem som blev intagna på statsfängelser år 1977

Barnuppfostran är av mycket stor betydelse för könsens mycket olika beteende

ning, at de færdes mest. Per kørt kilometer ligger kvinderne betydeligt lavere i ulykkestal end mændene. Det må være endnu et udtryk for, at mænd er mere uligevægtige og ubeherskede end kvinder.

Det er oplagt, at hormonforholdene er meget forskellige hos de to køn, men de er ikke eneansvarlige for adfærd og livsstil. Børneopdragelsen, som fører frem til det traditionelle kønsrollemønster, er så vidt jeg kan skønne af stor betydning for kønnenes meget forskellige adfærd. Drengene opdrages til at tage initiativ og være aktive, og især når de har problemer, tilskyndes de til at handle og gøre noget ved dem. De skal kunne slås for deres synspunkter og interesser og hævde sig blandt andre. De må ikke vise følelser og være bløde af sig, og søde drenge er der slet ikke noget, der hedder. Man må sige, at de opdrages til at blive selvhævdende karakterafvigere, og det er da også nødvendigt, hvis de skal blive til noget i det fallokratiske konkurrencesamfund, som vi har levet med i hele den historiske tid. Da mange af dem nødvendigvis må tabe i konkurrencen, har de store problemer med at finde sig til rette i samfundet, og da de er opdraget til at være aktive og udadrettede, er det forståeligt, at deres aktivitet og selvhævdende i en hel del situationer tager overhånd og kan føre ud i de kriminelle handlinger, som mænd relativt har så mange af. Kort sagt den traditionelle manderolle er det samme som en selvhævdende karakterafvigelse.

Piger skal i modsætning til drenge opdrages til at være søde og blide, og når de har problemer, må de gerne græde over dem, men de må ikke gå for aktivt i lag med dem, og de må slet ikke som drengene slås og prøve på at hævde sig. Det er nemlig meget slemt, fordi det er ukvindeligt, og hverken det ene eller det andet køn vil bryde sig om pige, der opfører sig sådan. På den måde fremelskes pigens passivitet, og stillet over for vanskeligheder vil hun ofte komme ud i at bruge passiviteten som et forsvaret, og den vil da kunne føre så vidt, at hun er opgivende, hjælpeløs og den har mistet sit livsmod.

Den traditionella kvinnorollen är detsamma som en depression

Hun opfattes da af både andre og sig selv som deprimeret og bliver ofte lægeligt behandlet for det. I virkeligheden lider hun af at være indfanget af den traditionelle kvinderolle og trænger til behandling af den. Kort sagt den traditionelle kvinderolle er det samme som en depression. (Willadsen 1983). Det passer godt med, at kvinder ca 4 gange så hyppigt som mænd lider af depression (Weissmann og Klerman, 1977) og behandles lægeligt for det.

Kvindens passivitet viser sig alvorligt i seksuallivet, hvor det hos de færreste er lykkelige, multiple orgasmer, der dominerer. Ikke mindst her dirigeres kvindens liv af mandens ønsker og behov. Karin Garde og Inge Lunde (1982) har vist, at blandt danske 40-årige kvinder er det reglen, at de føler sig forpligtet til at leve op til mandens forventninger eller det de forestiller sig, at han forventer. De har vist, at det almindelige for kvinderne i undersøgelsen var, at de havde samleje 2 gange ugentligt, samtidig med at de kun havde lyst til samleje 2 gange månedligt. To trediedele af kvinderne havde mindst én gang simuleret orgasme, og de forklarede det med, at det var for mandens eller husfredens skyld. Karin Garde skriver i Agrippa (1982): "Der er ikke meget, der tyder på, at kvinder generelt føler sig jævnbyrdige med mænd på det seksuelle område. Det er ikke kun de gamle psykoanalytikere, som mener, at kvinder ikke har nogen primær selvstændig sexualitet – kvinderne mener det også, og det er meget værre. De lader sig i stor udstrækning definere i stedet for at definere sig selv".

Når man analyserer kvindens passivitet, kommer man ikke uden om hendes passive holdning i seksuallivet. Freud beskrev kvinden som masokistisk, og en hel del tyder på, at han på en måde har set rigtigt. Vi må erkende, at vi er ude af stand til frit og direkte at se på vores sexalliv, og derfor er det ikke afklaret, om det er masokistisk, eller hvad det i det hele taget er. Vi kan ikke blot spørge hinanden og få svar. Vi kan ikke engang svare os selv åbent og ærligt. Kvindens sexalliv hænger sammen, eller

måske snarere bundet i hendes understrykkelse, og begge dele er underlagt massive fortrængninger.

Karen Horney gjorde tidligt opmærksom på, at vores kultur fremtvinger kvindens følelsesmæssige afhængighed af manden, og modvirker en uadrettet selvstændig udvikling. Hun skriver, "at det faktisk er svært at se, hvordan nogen kvinde i vor kultur skal kunne undgå at blive til en vis grad masokistisk, alene som en konsekvens af selve kulturen", citat fra Maria Marcus (1974).

I Danmark gik Maria Marcus i 1974 meget vidt i åbenhed om kvindelig masokisme i bogen Den frygtelige sandhed. Hun talte selv om emnet ved vores første danske seminar om medicinsk kvindeforskning i Helsingør i 1980. Jeg synes, at hendes synspunkter er så vigtige, at det er nødvendigt at komme ind på dem igen her. I bogen gennemgår hun en del litteratur og fortæller om sine egne erfaringer. Hun har fra sin tidligste tid kun kunnet opnå orgasme ved hjælp af masokistiske fantasier, og hun redegør for, hvor vanskeligt det har været for hende at forstå, og efterhånden prøve at acceptere sin egen masokisme. Hun fremhæver, at der ikke har været megen hjælp at hente i lærebøger, hvor hun overvejende har kunnet finde fænomenet i de psykiatriske bøger. Der er det altid beskrevet som sygeligt og anbragt blandt en række andre såkaldte perversiteter, alt sammen omtalt med negativt ladede ord. De store væsentlige spørgsmål om, hvad kvindens masokisme er for noget, hvor udbredt den er, og hvilken sammenhæng den har med vores kultur, for slet ikke at tale om den deri allesteds nærværende kvinderundertrykkelse, står der ingenting om.

Maria Marcus lægger lige som Karen Horney megen vægt på kvindens underordnede stilling i samfundslivet, og hun arbejder med den autoritære masokisme, som forårsager, at kvinden elsker sin egen undertrykkelse og hylder de mandlige autoriteter, som holder hende nede. Det er interessant, at reaktionen på bogen har været ret beskeden, og der har

Kvinnans passivitet visar sig starkt i sexallivet

.....
Desværre är bekvämligheten i kvinnorollen populär
.....

ligefrem været tale om reaktionen, der udeblev. Hvorfor? Tiden har ikke været moden, fortrængningerne er endnu for stærke. Jeg mener, at Maria var kommet for langt i sin erkendelse til, at ret mange kunne følge hende. De massive kollektive fortrængninger omkring kvindens egentlige seksualliv kræver en hel del tid og arbejde endnu. Kvinderne må selv tage fat på det, hvis der skal komme noget ud af det. Umiddelbart er det måske mest bekvemt at lade det ligge, men det kan umuligt være rigtigt på længere sigt.

Desværre er bekvæmmeligheden i kvinderollen populær, men det er snæversynet at bygge for meget på den, og desuden er det direkte farligt for kvindens helbred. Underkendelsen af den kvindelige cyklicitet er i høj grad akcepteret af kvinderne selv. Det ses tydeligt af, at store mængder raske kvinder indtager kønshormoner, der ordineres for at afhjælpe følger af cykliciteten. Jeg tænker på menstruationsforhold, PMS med mere, og på klimakteriebehandling. P-pillerne må også vurderes i denne forbindelse. I mange tilfælde er det menneskelige og sociale problemer, som kvindens biologi fejlagtigt får skylden for. Ved at behandle med hormontabletter fastlåses den problematiske situation, og både kvinden og hendes omgivelser slår deres lid til tabletterne, i stedet for at gøre noget ved problemerne. Desuden tabes rige muligheder for glæde og inspiration ved rigtigt at leve som kvinde og opleve cykliciteten uden at være hæmmet af nedslående forestillinger om den og malplaceret hormonbehandling. Den kan give indsigt og en skøn sjælelig balance, og derfor er det en alvorlig sag at tilsløre og problematisere den.

Mange gynækologiske operationer viser også en undervurdering af kvinden. Det store og stigende antal hysterektomier fortæller, at uterus ikke regnes for meget, og noget lignende gælder oophorektomierne. Både kvinder og mænd må mene, at en kvinde, der har fået de børn, som hun skal have, ikke behøver ret mange indre kvindelige dele. Men,

.....
Stora mängder friska kvinnor intar könshormoner
.....

hvor længe vil vi blive ved med at tro på det? Hvad med orgasmen uden livmoderens rytmiske kontraktioner, som vitterligt er en væsentlig del af den? Er ovarierne ikke rare at have? Måske endda ikke bare først i livet, men også resten af det med.

For kvindens ligestilling er det af fundamental betydning, at først og fremmest hun får et realistisk og værdigt syn på sig selv, og det vil ikke mindst sige på sin cyklicitet. Det kan ikke komme fra mændene i vores fallokratiske samfund, og heller ikke fra de fremtrædende kvinder, fordi de nødvendigvis og i vid udstrækning har internaliseret mændenes kvindesyn. Ellers var de jo ikke kommet så vidt. Alle kvinder må bruge kræfter på at lære cykliciteten virkeligt at kende. Kommer vi først i gang, vil vi hurtigt forstå, at de kræfter er velanvendt, fordi styrken hurtigt vil vokse, og indsigt og ligevægtighed vil blive resultatet.

Avslutning

Jeg vil slutte af med at sige, at vi som kvindelige læger med blik for kvindeundertrykkelse, har en særlig indfaldsvinkel til kvindens værdifulde cyklicitet, og vi må holde godt fast ved den og bevidst modarbejde hele det fallokratiske kvindesyn, som vi er opflasket med, ikke mindst i vores uddannelse og lægeliv.

Det er almindeligt i vores kultur at dyrke dualismen, og med vold og magt adskille og dele op i godt og ondt, rigtigt og forkert, legeme og sjæl. Mary Daly (1973) taler om dikotomisering og skriver, at vi oplæres til at skelne skarpt mellem det gode og det onde, og til at identificere det gode med "os", og det onde med "dem". Hun kalder det den falliske morallære, og mener, at det samfund, som vi

.....
Många gynekologiska operationer visar också på en undervärdering av kvinnan
.....

kender, giver os et ulykkeligt behov for at gøre "den anden" til genstand for fordømmelse, så at den, der fordømmer, derved dømmes sig selv til at være god. Hun opfordrer til, at kvinder, der især er ofre for dikotomiseringen, og derved har en særlig mulighed for at blive bevidst om den, finder deres integritet ud over den slags "gode" og "onde", som vi er vant til.

Der er tale om, at en ny kvindeåndelighed (Sjørup, 1983), holismen er ved at vokse frem. Den arbejder med et helhedssyn på tilværelsen og vil bort fra dualismen, eller dikotomiseringen, om man vil. Det er vigtigt, at vi fra vores side arbejder med og bidrager til et holistisk syn på kvindens cyklicitet.

Mange vil mene, at det jeg her har talt om, ikke har noget med lægevidenskab og forskning at gøre. Til det må jeg sige, at man kan kalde det, hvad man vil, men tager man det ikke i betragtning, kommer man på vildspor i det, man plejer at kalde videnskab og forskning. Der er det nemlig reglen basalt at bruge det traditionelle kvindesyn og bygge videnskaben op på det, og derved lærer vi aldrig kvindens cyklicitet at kende, som den virkelig er.

REFERENSER

- Benedek, Therese*: Climacterium: A developmental phase. The psychoanalytic Quarterly 1950; 19: 1-27
- Daly, Mary*: Beyond God the Father. Boston: Beacon Press, 1973
- Ekenvall, Asta*: Strindberg och kvinnans fysiologi. I: Berg. Karin Westmann ed. Könsdiskrimination förr och nu. Stockholm, 1972
- Garde, Karin*: Kvinders selvakcept belyst ved en sociologisk undersøgelse. Agrippa - psykiatriske tekster 1982; 3: 290-9
- Garde, Karin, Lunde Inge*: Voksne kvinder. En undersøgelse af 40-årige danske kvinders seksuelle adfærd, oplevelse, viden og holdning. København: Lindhardt og Ringhof, 1982
- Kriminalstatistik 1977. København: Danmarks Statistik, 1979
- Leboyer, Frederick*: Fødsel uden vold. København: Gyl-dendal, 1976
- Marcus, Maria*: Den frygtelige sandhed. En brugs-bog om kvinder og masokisme. København: Tiderne skifter, 1974
- Masters, William, H, Johnson, Virginia, E*: Human sexual response. Boston: Little, Brown and Company, 1966
- Sjørup, Lene*: Du er gudinden. Forum for kvindeforskning, 1983; 3: 5-11
- Statistisk årbog 1982. København: Danmarks Statistik, 1982
- Weissmann, Myrna, Klerman, G, L*: Sex differences and the epidemiology of depression. Archives of General Psychiatry 1977; 34: 98-111.
- Willadsen, Jytte*: Depression, dit navn er kvinde. Mands-vælde og helbred. København: Lindhardt og Ringhof, 1983.
- Svensk udgave: Depression, ditt namn är kvinna. Den påtvingade kvinnorollen. Stockholm: Trevi 1984.