

女事續群



月經認知與經驗問卷調查

2016 年 5 月

引言

「女事續群」由不同的個人及團體組成，以關注和推動女性自主、性別平等及永續生活為目標，成員包括：天水圍社區發展網絡、習慣 X 自然、小刺蝟 happeriod。我們相信每個人都可以「做女事」，同時透過群策群力，一起用溫柔而堅定的意志去建立合乎生態公義，永續自主的生活方式。

女性的月事在很多社會文化中屬於禁忌，即使在很多發達國家的文化中，月事也被視為尷尬事，屬女性個人的私事，因此鮮有在公共領域被公開談論。對華人社會來說，經血因為代表不潔及污穢，以致正值經期的女性亦被視作不祥，月事亦是令人感到尷尬的話題。

藉著 5 月 28 日世界月事日(Menstrual Hygiene Day - Global)，這個國際社會提倡月經衛生、促進公眾討論月經文化、打破月事禁忌的節日，「女事續群」為了解香港擁有月事經驗的女性，她們對月經的態度、身體經驗，以及如何接收月事資訊等情況，針對香港女性進行了一次《月經認知與經驗問卷調查》。

是次調查活動目的是為了讓各界更了解香港女性對月經的認知與誤解，促進社會討論及提供適切的關注與支援。希望藉此為月經去除污名，喚起社會關注女性每月需要！

一. 調查背景及方法

甲、 調查目的

1. 了解本地女性如何對待月事
2. 了解本地女性如何接收月事相關知識

乙、 調查對象

調查對象為 10 歲或以上有月事經驗的女性

丙、 調查時間

調查於 2016 年 4 月 28 日至 5 月 23 日期間進行。

丁、 調查方法

調查以方便抽樣(*convenience sampling*)的方式，透過問卷進行量化研究。發放問卷的方法有二，一為透過「女事續群」邀請會員及服務使用者接受問卷調查；二為透過網上問卷，發放到各個友好及團體的社交群組，公開邀請合適的對象填寫。

戊、 調查結果

有關調查成功收到 437 份問卷，當中所有均為有效問卷。

二. 調查結果

A. 受訪者基本資料

- i. 受訪者當中有超過三成(33.6%)為「21-25 歲」女性，而「16-20 歲」、「26-30 歲」及「31-35 歲」受訪女性則各佔約一成半。

P1 受訪者年齡	人數	%
10—15 歲	3	0.69%
16—20 歲	63	14.42%
21—25 歲	147	33.64%
26—30 歲	70	16.02%
31—35 歲	57	13.04%
36—40 歲	36	8.24%
41—45 歲	23	5.26%
46 歲或以上	38	8.70%
總數	437	100.00%

B. 受訪者在初經來臨前對月經的認知

- i. 七成(70.5%)受訪者在初經來臨前曾得到有關月經的教育或獲取相關的知識，沒有得到有關月經的教育或獲取相關的知識則約佔三成(29.1%)。

Q1 受訪者在初經來臨前有否得到有關月經的教育或獲取相關的知識？	人數	%
有	308	70.48%
沒有	127	29.06%
未有填寫	2	0.46%
總數	437	100.00%

- ii. 問到受訪者在初經來潮前對月經的想法，34.3%的受訪女性表示「沒有任何感覺」，另亦有 32.5%的受訪女性表示對於覺得「討厭」。

Q2 受訪者在初經來潮之前對於經期的想法	人數	%
期待	64	14.65%
害怕	53	12.13%
討厭	142	32.49%
沒有任何感覺	150	34.32%
其他	27	6.18%
未有填寫	1	0.23%
總數	437	100.00%

C. 受訪者的月經知識狀況

- i. 有關月經知識的問題共分為七題題目，正確為 1 分，錯誤為 0 分，滿分為 7 分。
(正確答案：1.是 2.否 3.是 4.是 5.否 6.否 7.否)
- ii. 接近一半(48.3%)受訪者的分數為 5 分，兩成(21%)受訪者的得分為 4 分及 6 分。

有關月經知識之問題	是	否	沒有填寫	總數
1. 女性停經只是由於年紀已長	158 36.16%	278 63.62%	1 0.23%	437 100%
2. 月經是一種疾病	0 0%	436 99.77%	1 0.23%	437 100%
3. 懷孕中的女性不會來經	400 91.53%	36 8.24%	1 0.23%	437 100%
4. 哺乳中的女性不會來經	76 17.39%	360 82.38%	1 0.23%	437 100%
5. 經血含有有害的物質	39 8.92%	397 90.85%	1 0.23%	437 100%
6. 經痛基於疾病	63 14.42%	372 85.13%	2 0.46%	437 100%
7. 經期中時進行跑步及跳舞等有激烈的運動會為身體來負面的影響	114 26.09%	322 73.68%	1 0.23%	437 100%

受訪者之月經知識分數	人數	%
0 分	0	0%
1 分	0	0%
2 分	3	0.69%
3 分	21	4.81%
4 分	92	21.05%
5 分	211	48.28%
6 分	9	21.51%
7 分	15	3.43%
未有填寫	1	0.23%
總數	437	100.00%

D. 受訪者的月經經驗（家庭方面）

- i. 約五成半(54.2%)受訪者表示她們的家人不會主動向她們提起月經相關事項，四成半(45.1%)受訪者則表示會。

Q1 受訪者的家人會主動向她們提起月經相關事項嗎？	人數	%
會	198	45.31%
不會	237	54.23%
未有填寫	2	0.46%
總數	437	100.00%

- ii. 約六成半(64%)受訪者表示，當家人主動向她們提起月經相關事項時，她們是抱著學習的態度，而 17%受訪女性則表示當時是感到尷尬。

Q2 受訪者當時的感覺如何？	人數	%
抱學習的態度	128	64.00%
尷尬	34	17.00%
想要逃避	6	3.00%
拒絕對話	2	1.00%
其他	25	12.50%
未有填寫	5	2.50%
總數	200	100.00%

iii. 超過九成半(97.3%)受訪者表示她們的家人不會慶祝她們的初經來潮。

Q3 受訪者的家人對於她的初經來潮家中有否慶祝？	人數	%
有	7	1.60%
沒有	425	97.25%
未有填寫	5	1.14%
總數	437	100.00%

iv. 問到受訪者會否與家人分享她們的月經經驗，約四成半(46.2%)的受訪女性表示她們只會與同性家人分享月經經驗，而約三成(33.9%)受訪者則不會與家人分享。

Q3 受訪者會否與家人分享她的月經經驗？	人數	%
會，與家人分享	76	17.39%
會，與同性家人分享	202	46.22%
會，與異性家人分享	9	2.06%
不會	148	33.87%
未有填寫	2	0.46%
總數	437	100.00%

E. 受訪者的月經經驗（生活經歷）

i. 超過八成(81.7%)受訪者表示自己在月經來時會告訴同性或異性之同學、朋友及同事，18.1%受訪女性則表示不會。

Q1 受訪者在月經來時會告訴同學/朋友/同事(包括同性、異性)嗎？	人數	%
會	357	81.69%
不會	79	18.08%
未有填寫	1	0.23%
總數	437	100.00%

- ii. 在回答「有」的受訪者中，五成半(55.3%)不會使用委婉的方式告訴他/她們，而約四成半(43.3%)則會使用委婉的方式（例如代號，「那個」來、「姨媽」）。

Q2 如會，受訪者會使用委婉的方式（例如代號，「那個」來、「姨媽」）告訴他/她們嗎？	人數	%
會	155	43.30%
不會	198	55.31%
未有填寫	5	1.40%
總數	358	100.00%

- iii. 在回答「有」的受訪者中，接近一半(49.2%)受訪者表示她們的同學、朋友或同事會與自己分享個人經驗，約三成半(34.9%)受訪女性則表示她們的同學、朋友或同事會在她們月經來時表現關心。

Q3 當受訪者告訴他/她們時，他/她們的反應如何？	人數	%
關心	125	34.92%
分享個人經驗	176	49.16%
尷尬	13	3.63%
避開話題	6	1.68%
其他	34	9.50%
未有填寫	4	1.12%
總數	358	100.00%

- iv. 接近七成半(74.1%)受訪女性認為月經使她們的活動力下降，不能如常進行日常活動如學習、家務，25.4%受訪者則認為沒有。

Q4 月經有否讓受訪者的活動力下降，令她不能如常進行日常活動，例如學習/家務？	人數	%
有	324	74.14%
沒有	111	25.40%
未有填寫	2	0.46%
總數	437	100.00%

- v. 超過九成(91.5%)受訪者未有因為害怕他人知道自己正值經期而避免上班、上學或出席活動，只有 8%受訪者曾有以上經歷。

Q5 受訪者有否因為害怕他人知道自己正值經期而避免上班/上學/出席活動？	人數	%
有	35	8.01%
沒有	400	91.53%
未有填寫	2	0.46%
總數	437	100.00%

- vi. 八成半(86.3%)受訪者認為月經沒有為她們帶來任何好處，只有 12.4%受訪者認為月經有為她們帶來好處。

Q6 月經有為受訪者帶來好處嗎？	人數	%
有	54	12.36%
沒有	377	86.27%
未有填寫	6	1.37%
總數	437	100.00%

- vii. 最多受訪者聽過的月事用品為即棄衛生巾，高達 98.9%，而衛生棉條亦有接受九成(88.3%)受訪者聽過。布衛生巾及月事杯則分別有 73.5%及 61.3%受訪女士聽過，而海綿則只有不足一成(9.8%)受訪者聽過。

Q8 受訪者曾聽過什麼月事用品？	有	沒有	總數
即棄衛生巾	432 98.86%	5 1.14%	437 100%
衛生棉條	386 88.33%	51 11.67%	437 100%
布衛生巾	321 73.46%	116 26.54%	437 100%
月事杯	268 61.33%	169 38.67%	437 100%
海綿	43 9.84%	394 90.16%	437 100%
其他	17 3.89%	420 96.11%	437 100%

- viii. 超過八成(82.1%)受訪女性表示她們最常使用的月事用品為即棄衛生巾，另分別有不足一成的受訪者表示她們最常使用的月事用品為衛生棉條(6.4%)、布衛生巾(4.8%)及月事杯(5.7%)。

Q9 受訪者最常使用什麼月事用品？	人數	%
即棄衛生巾	359	82.15%
衛生棉條	28	6.41%
布衛生巾	21	4.81%
月事杯	25	5.72%
其他	3	0.69%
未有填寫	1	0.23%
總數	437	100.00%

- ix. 八成(80.6%)受訪者選用月事用品時是按照產品的舒適度，而六成半(66.1%)受訪者是根據用品的防漏程度。另有分別四成受訪女性是按照月事用品的價錢(42.6%)和方便度(46.0%)，只有不足兩成半(24.0%)的受訪者會考慮用品是否容易購買。

Q10 受訪者選用月事用品時是按照什麼準則？(可選多於一項)	是	否	總數
價錢	186 42.56%	251 57.44%	437 100%
舒適度	352 80.55%	85 19.45%	437 100%
方便度	201 46.00%	236 54.00%	437 100%
防漏程度	289 66.13%	148 33.87%	437 100%
是否容易購買	105 24.03%	332 75.97%	437 100%
其他	30 6.86%	407 93.14%	437 100%

- x. 問到購買衛生用品，八成(80.3%)受訪者表示在購買衛生用品時不會想把它遮蓋住，但仍有接近兩成(19.5%)受訪者在購買時想把衛生用品遮蓋。

Q11 受訪者購買衛生用品時，會想把它遮蓋住嗎？	人數	%
會	85	19.45%
不會	351	80.32%
未有填寫	1	0.23%
總數	437	100.00%

- xi. 約九成半(95.0%)受訪女性的信仰沒有對於月經有所禁忌，但仍有 4.8%的受訪者表示自己的信仰對於月經有所禁忌。

Q13 受訪者的信仰有否對於月經有所禁忌？ (例如像是可以做什麼事，不能去做什麼)	人數	%
會	21	4.81%
不會	415	94.97%
未有填寫	1	0.23%
總數	437	100.00%

F. 受訪者的月經經驗（異性的態度）

- i. 六成(62.5%)受訪者會在異性同輩面前提起月經的相關議題，37.5%受訪者則表示自己不會在異性同輩面前提起月經的相關議題。

Q1 受訪者會否在異性同輩面前提起月經的相關議題？	人數	%
會	273	62.47%
不會	164	37.53%
總數	437	100.00%

- ii. 在以上「會在異性同輩面前提起月經相關議題」的受訪者中，接近一半(49.8%)的受訪女性認為異性同輩在談及月經相關議題時表現關心，另 17.2%受訪者則表示異性同輩在面對月經相關議題時表現尷尬。

Q2 當受訪者在異性同輩面前提起月經的相關議題時，他們的態度如何？	人數	%
關心	136	49.82%
尷尬	47	17.22%
討厭	2	0.73%
避開話題	25	9.16%
其他	56	20.51%
未有填寫	7	2.56%
總數	273	100.00%

G. 受訪者的月經經驗（媒體）

- i. 51.7%受訪者認為她們容易在媒體(包括電視節目、刊物、社交媒體)取得有關月經的資訊，47.8%受訪者則認為不容易。

Q1 受訪者容易在媒體(包括電視節目、刊物、社交媒體) 取得有關月經的資訊嗎？	人數	%
容易	226	51.72%
不容易	209	47.83%
未有填寫	2	0.46%
總數	437	100.00%

- ii. 超過一半受訪者認為她們較容易從網頁(50.1%)及社交網站(56.1%)取得有關月經的資訊，另有約兩成(21.3%)認為雜誌亦較容易取得月經資訊。

Q2 哪個/哪些媒介較容易取得月經的資訊？(可選多於一項)	是	否	總數
報章	56 12.81%	381 87.19%	437 100%
雜誌	93 21.28%	344 78.72%	437 100%
網頁	219 50.11%	218 49.89%	437 100%
社交網站	245 56.06%	192 43.94%	437 100%
其他	25 5.72%	412 94.28%	437 100%

H. 受訪者對月經的態度

- i. 八成(81.2%)受訪者表示不喜歡月經，只有 17.9%受訪女性表示喜歡。

Q1 受訪者喜歡月經嗎？	人數	%
喜歡	78	17.85%
不喜歡	355	81.24%
未有填寫	4	0.92%
總數	437	100.00%

I. 問題交叉分析

- i. 不論使用何種月事用品，大部份受訪者均表示不喜歡月經，佔整體超過八成 (81.2%)；
- ii. 有接近三成 (27.3%) 使用非即棄衛生巾(即使用衛生棉條、布衛生巾、月事杯或其他月事用品)的受訪者表示喜歡月經，而使用即棄衛生巾的受訪者只有約一成半 (15.9%) 表示喜歡月經。

1. 你喜歡月經嗎？ * 9. 你最常使用什麼月事用品？ Crosstabulation

			9. 你最常使用什麼月事用品？		Total
			即棄衛生巾	非即棄衛生巾	
1. 你喜歡月經嗎？	喜歡	Count	57	21	78
		% within 9. 你最常使用什麼月事用品？	15.9%	27.3%	17.8%
	不喜歡	Count	300	55	355
		% within 9. 你最常使用什麼月事用品？	83.6%	71.4%	81.2%
	9.0	Count	2	1	4
		% within 9. 你最常使用什麼月事用品？	0.6%	1.3%	0.9%
Total		Count	359	77	437
		% within 9. 你最常使用什麼月事用品？	100.0%	100.0%	100.0%

- iii. 絕大部份受訪者均認為月經沒有為她帶來好處，佔整體 86.3%
- iv. 有 16.9% 使用非即棄衛生巾(即使用衛生棉條、布衛生巾、月事杯及其他月事用品)的受訪女性認同月經有為她們帶來好處；而只有 11.4%使用即棄衛生巾的受訪女性認同月經有帶來好處。

6. 月經有為你的帶來好處嗎？ * 9. 你最常使用什麼月事用品? Crosstabulation

		9. 你最常使用什麼月事用品?		Total
		即棄衛生巾	非即棄衛生巾	
6. 月經有為你的帶來好處嗎？	有	Count 41 11.4%	Count 13 16.9%	Count 54 12.4%
	沒有	Count 314 87.5%	Count 63 81.8%	Count 377 86.3%
	漏答	Count 4 1.1%	Count 1 1.3%	Count 6 1.4%
Total		Count 359 100.0%	Count 77 100.0%	Count 437 100.0%

- v. 有一成半 (14.6%)在初經來臨前獲取過相關教育或知識的受訪女性表示在初經來潮之前有期待的想法；只有 6.3% 沒有得到過相關知識的受訪女性會有期待。
- vi. 有三成 (30.5%)在初經來臨前獲取過相關教育或知識的受訪女性表示在初經來潮之前會感到害怕；而沒有得到過相關知識的女性則有三成七 (37%)會感到害怕。

2.初經來潮之前對於經期的想法是什麼？ * 1.在初經來臨前你有否得到有關月經的教育或獲取相關的知識？ Crosstabulation

			1.在初經來臨前你有否得到有關月經的教育或獲取相關的知識？			Total
			有	沒有	漏答	
2.初經來潮之前對於經期的想法是什麼？	期待	Count % within 1.在初經來臨前你有否得到有關月經的教育或獲取相關的知識？	45 14.6%	8 6.3%	0 0.0%	53 12.1%
	害怕	Count % within 1.在初經來臨前你有否得到有關月經的教育或獲取相關的知識？	94 30.5%	47 37.0%	1 50.0%	142 32.5%
	討厭	Count % within 1.在初經來臨前你有否得到有關月經的教育或獲取相關的知識？	48 15.6%	16 12.6%	0 0.0%	64 14.6%
	沒有任何感覺	Count % within 1.在初經來臨前你有否得到有關月經的教育或獲取相關的知識？	104 33.8%	46 36.2%	0 0.0%	150 34.3%
	其他	Count % within 1.在初經來臨前你有否得到有關月經的教育或獲取相關的知識？	17 5.5%	10 7.9%	0 0.0%	27 6.2%
	漏答	Count % within 1.在初經來臨前你有否得到有關月經的教育或獲取相關的知識？	0 0.0%	0 0.0%	1 50.0%	1 0.2%
Total		Count % within 1.在初經來臨前你有否得到有關月經的教育或獲取相關的知識？	308 100.0%	127 100.0%	2 100.0%	437 100.0%

vii. 月經來時會告訴同學 / 朋友 / 同事的受訪者當中，會以委婉方式告訴他人的多為 36 歲或以上受訪者，約佔整體三成(27.7%)；相反，不會以委婉方式告訴他人的多為 16-35 歲受訪者，約佔整體近九成(89.9%)。

3. 你的年齡是？ *2. 如會，你會使用委婉的方式（例如代號「那個」來、「姨媽」）告訴他/她們嗎？ Crosstabulation

			如會，你會使用委婉的方式(例如代號，「那個」來、「姨媽」)告訴她/他們嗎？			Total
			會	不會	漏答	
3. 你的年齡是？	10-15歲	Count	1	1	0	2
		% within 2. 如會，你會使用委婉的方式告訴他/她們嗎？	0.6%	0.5%	0.0%	0.6%
	16-20歲	Count	17	34	1	52
		% within 2. 如會，你會使用委婉的方式告訴他/她們嗎？	11.0%	17.2%	20.0%	14.5%
	21-25歲	Count	49	84	0	133
		% within 2. 如會，你會使用委婉的方式告訴他/她們嗎？	31.6%	42.4%	0.0%	37.2%
	26-30歲	Count	27	32	1	60
		% within 2. 如會，你會使用委婉的方式告訴他/她們嗎？	17.4%	16.2%	20.0%	16.8%
	31-35歲	Count	18	28	1	47
		% within 2. 如會，你會使用委婉的方式告訴他/她們嗎？	11.6%	14.1%	20.0%	13.1%
	36-40歲	Count	18	8	1	27
		% within 2. 如會，你會使用委婉的方式告訴他/她們嗎？	11.6%	4.0%	20.0%	7.5%
	41-45歲	Count	12	5	0	17
		% within 2. 如會，你會使用委婉的方式告訴他/她們嗎？	7.7%	2.5%	0.0%	4.7%
	46歲或以上	Count	13	6	1	20
		% within 2. 如會，你會使用委婉的方式告訴他/她們嗎？	8.4%	3.0%	20.0%	5.6%
Total		Count	155	198	5	358
		% within 2. 如會，你會使用委婉的方式告訴他/她們嗎？	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%

三. 結果綜合分析

月事仍然是禁忌，家人沒有主動向受訪者提月事

女性獲得有關月經的資訊一般有幾個途徑，包括：一，大眾媒體、二，家人口中獲取、三，從學校性教育課，或四，從朋輩口中獲取。本調查發現，約有一半(47.8%)受訪者認為「不容易」在大眾媒體取得有關月經資訊；這可能與媒體的取向及社會整體文化有關。社會對女性月經的討論仍然是方興未艾，未有嚴肅看待成一個社會議題。

在家庭層面方面，是次調查發現三成三受訪者不會與家人分享月事經驗、五成四受訪者家人不會主動向受訪者提起月經。家庭在社會中屬於一個重要的支援系統，但卻有超過一半受訪者家人不會主動向受訪者提起月事，這結果無疑是令人感到意外及憂慮的。這可能因為月經對很多香港男女來說仍然是禁忌，是尷尬事，故就算在家庭系統中，不少家人之間均沒有就此作分享及交流。

月經印象負面，性教育效果成疑

目前香港的中學及小學均會設性教育課，為適齡學童教授各種性知識。可是，本調查發現近三成受訪者在初次月經來臨前，沒有得到任何有關月經的教育及相關知識，而四成半的受訪者在初經來潮之前對月經的想法是「害怕」或「討厭」，這兩種想法均是「負面」的想法。這結果顯示，香港的性教育工作，似未能有效為學童提供全面客觀的月經資訊，教育效果成疑。

再者，其中有一半女性受訪者在初經來潮前，已對月經抱持傾向負面的印象，這種負面印象可能是來自社會大眾、學校教育或家庭成員的言行和公眾論述影響。加上超過八成受訪者對月經表示「不喜歡」，亦認為月經沒有為她帶來好處，這亦顯示多數女性不論在初經來潮前，還是獲得月事經驗後，對月經的態度均傾向負面。

月事影響日常活動

上述分析反映月經在香港在某程度上仍是禁忌，而不少受訪者對初經來潮之前對月經的印象傾向負面。這些負面印象、被視為禁忌的態度並非突然出現，而是有物理基礎的。事實上女性會因為月經來潮而排出經血，月經亦會影響女性的情緒及身體狀況。本調查發現，74.1%受訪者表示月經讓她的活動力下降，令她不能如常進行日常活動，這顯示大部份女性都會因月經來潮而令身體產生不同程度的反應。然而，令人擔心的是，雖然月經會令女性的活動力下降，但同時女性可能因為忌諱或感到尷尬而無向其他人述說影響身體的經驗。社會亦可能因為對月經情況缺乏討論而未有正視月經為女性帶來的影響；就算是述說月事經驗，也要用委婉的方式，不能直視月事。難怪研究亦顯示，大部份女性都不喜歡月經，覺得月經沒有為女性帶來好處。

使用非即棄衛生巾的受訪者對月事的態度較正面

月經來潮使用即棄衛生巾可說是社會上的統識。不論是在大眾傳媒、超級市場，甚至是學校、醫院，都只會為女性提供這種單一產品，造成女性很多時基於習慣，或不了解其他月事用品，而使用即棄衛生巾。然而，不論甚麼品牌，即棄衛生巾的設計和質料均非常相似，女性根本欠缺選擇。而即棄衛生巾的宣傳論述，更令女性先入為主地認為月事必然會造成各種難堪場面，如異味、尷尬、不美觀等，再以「無感體驗」、「care free」等形象來銷售產品。這種「先立後破」的手法，更加深公眾對月經的負面印象，形成單向的社會文化及污名化的月經知識傳遞。

是次調查的受訪者雖然大部份也聽過「非即棄衛生巾產品」(包括：衛生棉條、布衛生巾、月事杯、海棉等)，但八成二受訪者均表示最常使用即棄衛生巾。但諷刺的是，雖然即棄衛生巾利用傳媒大賣廣告，但調查發現，大部份受訪者仍覺得月經依然是禁忌、是尷尬的、沒有來好處的、不向人提及的、不喜歡的……可見其產品根本無法令女性對月事產生正面的態度。

是次調查亦發現了一個較有趣的現象，有接近三成 (27.3%) 使用非即棄衛生巾(即使用衛生棉條、布衛生巾、月事杯或其他月事用品)的受訪者表示喜歡月經，而使用即棄衛生巾的受訪者只有約一成半 (15.9%) 表示喜歡月經。即是說，使用「非即棄衛生巾」而表示喜歡月經的受訪者，比使用「即棄衛生巾」的受訪者人數多於超過一成(11.4%)。研究團體估計，這現象與可能跟舒適度有關外，亦可能因為一般使用非即棄衛生巾的受訪者均需要先放棄過去習慣使用的即棄衛生巾，重新適應使用新月事產品有關。因為這過程往往需要女性重新認識自己的身體，重新了解月經。

當然，大部份受訪者，不論是使用何種月事用品，均不喜歡月經，而月經卻不能避免地繼續影響每一位女性。本團體認為若社會文化對月事多一點接納、支持和尊重，將能令女性在這生理期內感受到關懷而非歧視。打破禁忌，需從家庭內、朋輩間、校園及職場裡開始，將月經話題視作自然的身體反應，而非不可告人的醜事，將影響每一位女性的日常生活及社會上各種資源分配。同時，社會上對月經知識，月事產品資訊傳播渠道，亦需突破迷思，讓兩性都可獲得更多正確而全面的月經資訊，令女性有機會正面了解月經，從而減少對月事的負面印象。社會上各機構團體，亦應積極考慮實施月事假，尊重女性生理需要，支持正向月事。畢竟，這現象確實需要整個社會，不論男女，一起正視、關注及討論。

四. 建議

月經並非污穢，更非毫無價值，月經甚至是社群健康發展的指標。女性的生理周期，顯示體內的新陳代謝，亦呼應著大自然的時間交替和能量循環。世界各地仍有不少地區保留慶祝女孩初經來潮的習俗，讓各人見證女孩進入成人階段，或一同歌頌月經的豐沛生育力量，象徵社群健康繁衍。然而，香港社會普遍對女性每月狀況仍認知不足，以致月經至今仍屬禁忌，兩性在家庭少有談論，欠缺政策支援亦間接加重月事對女性日常活動能力的影響，女性整體對月經的態度亦普遍負面。

就此，本團體作出以下建議：

1) 加強家庭、學校及公眾教育：

- 打破月經禁忌，讓兩性都可獲得正確月經資訊，帶動社會公開討論月事
- 家庭、學校、大眾傳媒角色均舉足輕重，缺一不可

2) 倡議月事友善公共政策：

- 鼓勵各公司、機構和團體主動關心女性成員需要
- 深化討論月事假的可行性，考慮實施月事假
- 建立正面討論月事的工作及學習環境

3) 推廣多元化月事產品：

- 商界銷售手法上應避免強化月經污名的文化刻板印象
- 商界應提供更多元化，非即棄衛生巾類型的月事產品予顧客選擇
- 社會各界可參考外地例子，如：台灣、印度及尼泊爾，透過凝聚社區婦女生產環保月事產品，推廣正向月事教育，同時振興地方經濟

*是次問卷調查資料整理及分析工作，有賴徐衍彤小姐及李澤培先生協助方得以完成。謹此致謝！