

Rakels första mens

Jag fick min mens precis innan jag skulle fylla 14. Vi var på badhuset med skolan. Allt var precis som vanligt och jag kände mig som vanligt. Men när jag var i omklädningsrummet kom en lärare fram till mig och sa “oj, jag tror kanske du har fått mens” för att hon såg blod på mina ben.

Min första känsla var att det var pinsamt, men läraren var snäll och frågade om det var första gången eller om jag haft mens innan. Jag svarade att det var den första och hon sa att jag skulle gå in på toaletten och lägga lite toalettpapper i trosorna.

När jag kom hem berättade jag för mamma vad som hänt. Eftersom jag har en synnedsättning plockade hon fram flera olika sorters bindor som jag kunde känna på medan hon pratade om dem. Jag fick också prova att sätta i bindorna i ett par trosor medan mamma berättade hur jag skulle göra.

Sen tog mamma fram en liten necessär som vi la några bindor i. Den kunde jag ha med mig i skolväskan så jag skulle ha bindor för nästa gång mensens skulle komma.

Mamma visade också var i toalettskåpet bindorna fanns så att jag visste och skulle slippa känna igenom alla skåpen eller fråga någon om hjälp.

Nu är jag vuxen och har haft mens i många år. För mig har det varit viktigt att lära mig vilka bindor jag gillar och vill ha eftersom det är så svårt att hitta rätt i butiken när jag inte kan läsa på förpackningarna. Nu vet jag vilket märke jag gillar och att jag vill ha sådana med vingar så när jag är i butiken letar jag bara upp någon som jobbar där och ber om den sorten.

