

# DEN MEGASTORE BLODIGE MENSTRUATIONSQUIZ

– HVOR MANGE RIGTIGE KAN DU SCORE?



Omkring halvdelen af jordens befolkning får, har eller har haft menstruation, men hvad ved du egentlig om menstruation? Tjek din viden i den megastore menstruationsquiz.

## Spørgsmål

1. Hvor lang tid bløder man som regel, hver gang man har menstruation?
  - a 1 times tid
  - b 3-7 dage
  - c 1 måned
2. Når man har menstruation, kan man bruge forskellige produkter, der kan suge eller opsamle blodet, så det ikke løber ud i trusser og bukser, hvis man vil undgå det. Man kan fx bruge et engangsbind, som man klistrer fast i sine trusser. Hvis man bruger engangsbind, hvor ofte skal man så skifte det?
  - a Det kommer an på, hvor meget man bløder. Nogle dage skal man måske skifte hver anden time, andre dage kun én gang i løbet af en skoledag.
  - b Man skal skifte én gang om dagen, når man tager rene underbukser på.
  - c Man skal kun bruge ét bind i hele sin menstruationsperiode. Næste gang, man får menstruation, skal man bruge et nyt bind.
3. Hvis man bruger engangsbind eller tamponer, hvor skal man så gøre af de brugte bind og tamponer?
  - a Man skyller dem ud i toilettet.
  - b Man smider dem i skraldespanden.
4. Man kan også vælge et mere bæredygtigt menstruationsprodukt, som man genbruger menstruation efter menstruation. Man kan bruge stoffind, menstruationstrusser eller menstruationskop. Hvis man bruger menstruationskop, hvor placerer man så koppen?
  - a Man klistrer koppen fast til sine trusser.
  - b Man sætter koppen op i sin skede.



## DEN MEGASTORE BLODIGE MENSTRUATIONSQUIZ

– HVOR MANGE RIGTIGE KAN DU SCORE?



5. Hvor gamle er de fleste, når de får deres første menstruation?

- a 8-10 år
- b 10-15 år
- c 15-20 år

6. De første år, man har menstruation, kommer menstruationen som regel hulter til bulter. Nogle gange går der flere måneder imellem hver menstruation, andre gange går der 14 dage. Men på et tidspunkt kommer menstruationen for de fleste mere regelmæssigt – altså den følger en bestemt rytme. Når man har fået regelmæssig menstruation, hvor lang tid går der så typisk fra første menstruationsdag til første dag i næste menstruation?

- a Cirka 28 dage
- b Cirka 3 måneder
- c Cirka et halvt år



7. Kan man blive gravid, før man får sin allerførste menstruation?

- a Ja, det kan godt ske.
- b Nej, selvfølgelig ikke.

8. Hvad er ægløsning?

- a Det er noget, man får et par uger før, man får menstruation. Her bliver et lillebitte æg modnet inde i kroppen.
- b Det er noget, man får, når man bliver gravid, så babyen kan spise ægget, mens den ligger i maven.

9. Er menstruationsblod det samme som det blod, du ser, hvis du fx slår hul i hovedet?

- a Ja
- b Nej

10. Hvorfor får man menstruation?

- a Fordi man ikke er blevet gravid
- b Fordi man er blevet gravid

# DEN MEGASTORE BLODIGE MENSTRUATIONSQUIZ

– HVOR MANGE RIGTIGE KAN DU SCORE?



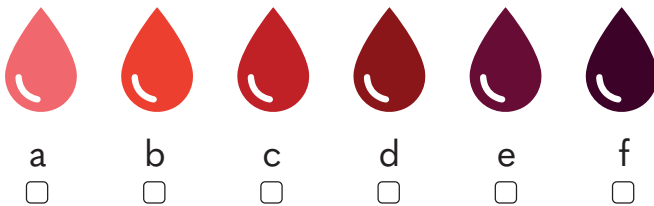
11. Hvad er en livmoder?

- a En person, der hjælper under en fødsel.
- b Et organ mellem blæren og endetarmen, hvor menstruationen kommer fra.
- c En man kan ringe til, når man gerne vil være mor.

12. Den ene halvdel af jordens befolkning er født med en penis og testikler. Den anden er født med en livmoder og med huller mellem benene, hvor menstruationsblodet siver ud af ét af dem. Men hvor mange huller er der?

- a 2
- b 3
- c 4

13. Hvilke farver kan menstruationsblod have? (Der er flere svarmuligheder)



14. Hvor meget bløder man, hver gang man har menstruation?

- a Cirka det, der kan være i låget af en skolemælk
- b Cirka 1/5 af en skolemælk
- c Cirka en halv skolemælk

15. Hvad er udflåd?

- a Udflåd er en hvid, klar eller gullig væske, der siver ud af skeden.
- b Udflåd er en sygdom, man kan få i forbindelse med menstruation.
- c Udflåd er det samme som menstruation.

16. Når ens bryster begynder at vokse, hvor lang tid går der så som regel, før man får sin første menstruation?

- a 1 uge
- b 1,5 - 2 år
- c 5 - 6 år



## DEN MEGASTORE BLODIGE MENSTRUATIONSQUIZ

– HVOR MANGE RIGTIGE KAN DU SCORE?



17. I alt får man menstruation omkring 500 gange i sit liv. Hvis man fik alle sine menstruationer i træk, hvor mange år ville man så have menstruation uafbrudt?

- a 2 år
- b 6 år
- c 15 år

18. Er det normalt at have små klumper i sit menstruationsblod?

- a Ja
- b Nej

19. Langt de fleste, der har menstruation, har prøvet at bløde igennem – det vil sige, at man fx kan se menstruationsblod på bukserne, eller der kommer en blodplet, hvor man sidder. Hvordan får man bedst menstruationsblod vasket af?

- a Med varmt vand
- b Med koldt vand

20. Hvad er en menstruationscyklus?

- a Det er et cykelhold for dem, der har menstruation.
- b Det er de dage, man har menstruation.
- c Det er en betegnelse for den periode, som går fra første menstruationsdag til første dag i den næste menstruation.

21. Bliver man altid skide sur og er i dårligt humør, når man snart skal have menstruation?

- a Ja
- b Nej

22. Nogle føler ubehag eller har ondt i maven i dagene op til eller under deres menstruation. Hjælper det at dyrke motion, hvis man har menstruationssmerter?

- a Nej
- b Ja

