

Lietuvos Respublikos Prezidentui
Lietuvos Respublikos Vyriausybei
Lietuvos Respublikos Seimo frakcijoms (pagal sąrašą)
Lietuvos Respublikos socialinės apsaugos ir darbo ministerijai
Lietuvos Respublikos švietimo, mokslo ir sporto ministerijai
Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerijai
Lietuvos Respublikos teisingumo ministerijai
Lietuvos žurnalistų sąjungai

REZOLIUCIJA

DĖL VALSTYBĖS FINANSUOJAMŲ MENSTRUACINIŲ HIGIENINIŲ PRODUKTŲ

LiJOT Asamblėja Nr. 59

2024 m. balandžio 20 d.

Druskininkai

Norint užtikrinti moteriškosios lyties asmenų sveikatą, svarbu kalbėti apie natūralų moterų kūną, fiziologinius procesus bei juos supančias stigmas, tvirtai išsilaikiusias Lietuvos valstybėje. Pasaulio sveikatos organizacija (PSO) įvardija tris tikslus moteriškos lyties asmenų menstruacinei sveikatai užtikrinti, vienas jų – pripažinti menstruacijas kaip sveikatos, o ne higienos, problemą, kuri apima fizinės, psichologinės ir socialinės dimensijas. Reikalingų menstruacinių higienos produktų prieinamumą PSO pabrėžia kaip svarbų komponentą, siekiant užtikrinti menstruacinį ciklą patiriančiųjų kokybišką įsitraukimą į mokslo, darbo bei socialinę aplinką [1]. Atsižvelgus į socialinius, finansinius, psichologinius ir sveikatos priežiūros komponentus, svarbu pasirūpinti menstruacinių higienos produktų prieinamumu, taip užtikrinant visapusišką sveikatos priežiūrą, galimybę moterims nevaržomai įsitraukti į visuomenę, palaikant lygias teises ir galimybes visiems, kuriems yra aktuali menstruacinės sveikatos problema.

Lietuvos jaunimo organizacijų tarybos pozicija

Lietuvos jaunimo organizacijų taryba (toliau – LiJOT) – didžiausia skėtinė nevyriausybinė jaunimo organizacija Lietuvoje, šiuo metu vienijanti 62 nacionalines jaunimo ir su jaunimu dirbančias organizacijas, savivaldybių jaunimo organizacijų tarybas, pripažįsta, kad menstruacinių higieninių produktų prieinamumas yra tiesiogiai susijęs su sveikatos priežiūra, t. y. geros menstruacinės sveikatos palaikymu. Lietuvos medicinos studentų asociacija (LiMSA), atstovaujanti būsimų

medicinos srities specialistų požiūrį, vadovaujasi PSO darnaus vystymosi tikslais, kurių trečiasis – gera sveikata ir gerovė. Siekdama prisidėti prie šio tikslo įgyvendinimo, lygių teisių bei galimybių palaikymo, LiMSA palaiko valstybės finansuojamų menstruacinių produktų užtikrinimą Lietuvoje.

Apibrėžimas ir problematika

Menstruaciniai higieniniai produktai – tai higieniniai paketai, tamponai, įklotai, menstruacinės taurelės ir kelnaitės, skirti menstruacijų surinkimui. Šie produktai nėra pasiekiami kiekvienai moteriai Lietuvoje dėl finansinių galimybių trūkumo. Valstybinės mokesčių inspekcijos duomenimis, minimali mėnesinė alga Lietuvoje 2023 metais buvo 840 eurai, 2024 m. – 924 eurai neatskaičius mokesčių, o atskaičius mokesčius – 608-633 eurai bei 649-677 eurai atitinkamai 2023 metais bei 2024 metais [2, 3]. Lietuvoje vyraujanti infliacija (2023 m. tarp 10-20 proc. [4]) rodo kainų ir pragyvenimo išlaidų didėjimą bei asmens perkamosios galios sumažėjimą. Asmenims, uždirbantiems minimalią mėnesinę algą ar išlaikantiems kelis vaikus su mažomis pajamomis, yra iššūkis kiekvieną mėnesį užtikrinti menstruacinių higienos priemonių įsigijimą.

Nemokamų menstruacinių higienos produktų užtikrinimas viešosiose įstaigose ir erdvėse leistų užtikrinti kiekvienai moteriai, nepaisant finansinės padėties, vienodą prieigą prie šių produktų, sumažinti sveikatos ir psichologinių problemų, susijusių su menstruacinių higieninių produktų trūkumu, tikimybę, mažintų skurdą, socialinę nelygybę bei prisidėtų prie visuomenės gerovės ir moterų diskriminacijos lyties pagrindu mažinimo.

Kitų šalių pavyzdžiai

Įgyvendinant rezoliucijoje nurodytus reikalavimus dėl nemokamų menstruacinių higieninių produktų viešose įstaigose Lietuvoje užtikrinimo, svarbu atkreipti dėmesį į tarptautinę praktiką ir pasisemti įžvalgų iš sėkmingų iniciatyvų kitose šalyse. Šiame skyriuje aptariami pastebimi pavyzdžiai iš viso pasaulio.

Škotijos pirmaujantis teisės aktas

Škotija tapo pirmąja šalimi, kuri teisės aktais įtvirtino valstybės finansuojamų menstruacinių produktų tiekimą. Period Products (Free Provision) (Scotland) Act 2021 užtikrina prieigą prie šių produktų viešose įstaigose [5]. Tyrimas, publikuotas žurnale „British Medical Journal“, pabrėžia šio įstatymo teigiamą poveikį, mažinant finansines kliūtis ir skatinant menstruacinę lygybę [6].

Naujosios Zelandijos mokyklų programa

Naujoji Zelandija įgyvendino programą, teikiančią nemokamus menstruacinius produktus mokyklose. Ši iniciatyva pripažįsta švietimo institucijas kaip pagrindinius platinimo taškus. Ankstyvieji vertinimai rodo teigiamą koreliaciją tarp programos ir padidėjusio mokyklų dalyvavimo, prisidedant prie pagerintos mokinių gerovės [7].

Vokietijos palaikymas mokesčių sumažinimui

Vokietijoje sumažinti mokesčiai menstruacinio laikotarpio produktams. Šalis sėkmingai sumažino pridėtinės vertės mokesť (PVM) šiems produktams, taip padarydama juos prieinamesniais. PVM sumažinimas buvo tiek teisės aktų pakeitimų, tiek aktyvaus vartotojų palaikymo rezultatas, rodantis derinamų pastangų poveikį [8]. PVM tarifo lengvata taip pat galioja Prancūzijoje ir Nyderlanduose.

Kanados įtraukimo požiūris

Britų Kolumbijos provincija Kanadoje įvedė bendruomenės dozatorius, teikiančius nemokamus menstruacinius produktus. Šis įtraukimas siekia spręsti finansinių iššūkių patiriančių asmenų poreikius. Bendruomenės vedamos iniciatyvos, į kurias įtraukiamos vietos organizacijos, prisideda prie programos sėkmės ir tvarumo [9].

Šie tarptautiniai pavyzdžiai atkreipia dėmesį į įvairius būdus, kuriuos šalys naudoja, siekdamos užtikrinti nemokamą prieigą prie menstruacinių higienos produktų. Pritaikant ir įgyvendinant individualią strategiją, paremtą šiais sėkmingais modeliais, Lietuva turi galimybę žengti žingsnį į priekį, skatindama menstruacinę lygybę ir remdama savo piliečių gerovę.

Finansai

Užtikrinti nemokamą prieigą prie higienos produktų moterims yra ne tik sveikatos ir higienos užtikrinimo, bet ir finansinių išteklių reikalaujantis klausimas. Šiame skyriuje nagrinėjami finansiniai aspektai, susiję su nemokamų higienos produktų moterims viešosiose vietose įgyvendinimo Lietuvoje rezoliucija, remiantis atitinkamais šaltiniais.

Pagrindinė išlaidų dalis, susijusi su nemokamų higienos produktų tiekimu, yra šių produktų įsigijimas. Reikia apsvarstyti įvairius variantus, tokius kaip higieniniai įklotai, tamponai ir

menstruacinės taurelės, kurių kiekvienas turi savo kaštų struktūrą. Pagal Moterų aplinkos ir plėtros organizacijos (WEDO) ataskaitą, vidutinė metinė išlaidų suma vienam asmeniui gali svyruoti nuo 30 iki 100 eurų, priklausomai nuo regiono ir produkto tipo [10].

Sėkmingo programos įgyvendinimo dalis yra susijusi su platinimo ir prieinamumo kaštais. Reikia skirti lėšų viešųjų tualetų įrengimui ir nuolatiniam produktų tiekimui. Europos lygybės instituto (EIGE) atlikto tyrimo duomenimis, programų įgyvendinimas ir pradinės higieninių produktų distribucinės įrangos įrengimas reikalauja investicijų, tačiau ilgalaikiai sveikatos ir gerovės pranašumai teisina šį investavimą [11].

Vienas pagrindinių šios iniciatyvos finansavimo šaltinių gali būti Vyriausybės biudžetas ir PVM tarifo lengvata. Skiriant tam tikrą biudžetą menstruacinių higienos produktų tiekimui, Vyriausybė parodo savo įsipareigojimą tenkinti piliečių menstruacinės sveikatos poreikius.

Viešojo ir privataus sektoriaus partnerystės bei korporacinė parama gali atlikti svarbų vaidmenį menstruacinės higienos produktų finansavime. Bendradarbiaujant su privačiomis įmonėmis, kurios dalijasi interesu viešajai sveikatai ir moterų gerovei, galima gauti papildomų lėšų programai paremti.

Investicija į menstruacinius higienos produktus gali būti naudinga ir kitose socioekonominėse sferose. Britų medicinos žurnale paskelbti tyrimo rezultatai rodo, kad pagerėjusi prieiga prie menstruacinių higienos produktų teigiamai veikia darbo produktyvumą ir mokyklų lankomumą [14]. Tai rodo, kad nemokamų menstruacinės higienos priemonių užtikrinimas prisideda ne vien prie menstruacinės nelygybės mažinimo, bet ir visuomenės gerovės.

Apibendrinant galima teigti, kad nemokamų higienos produktų moterims viešose vietose Lietuvoje įgyvendinimas turi potencialios naudos visuomenės sveikatai ir gerovei, taip pat ilgalaikiai ekonominiai pranašumai daro šią investiciją vertinga. Pasitelkiant Vyriausybės lėšas, privačias paramos formas ir pripažįstant ekonominius tokios iniciatyvos privalumus, Lietuva gali žengti žingsnį link menstruacinės lygybės ir visuomenės gerovės.

Period poverty

Apie 500 milijonų moterų pasaulyje susiduria su mėnesinių higieninių priemonių trūkumu ir nepakankamomis lėšomis joms įsigyti [15]. Šią problemą patiria ne tik moterys besivystančiose šalyse, bet taip pat ir mažas pajamas gaunančios moterys stiprios ekonomikos valstybėse. Tyrimų duomenimis, Jungtinėse Amerikos Valstijose 14,2 procentų jaunų moterų susidūrė su higieninių priemonių ir lėšų joms įsigyti trūkumu kartą per metus, o dar 10 procentų susidūrė su negalėjimu įsigyti higienos priemonių kiekvieną mėnesį. Pastebėta, kad moterys, susiduriančios su higienos priemonių stoka, kiekvieną mėnesį yra linkusios dažniau patirti depresiją [16]. Prie psichologinės būklės prisideda ir pasaulyje paplitę stereotipai apie mėnesines bei vengimas apie jas kalbėti. Dėl to tiek bręstančios mergaitės, tiek suaugusios moterys negauna pakankamai žinių apie menstruacijas ir jų higieną. Netinkamai naudojamos higieninės priemonės gali sukelti toksinio šoko sindromą, kuris gali būti mirtinas, ir kitas reprodukcinės sistemos ligas. Dėl žinių stokos įvairiose kultūrose menstruacijas patiriančios moterys yra laikomos užterštomis, negali dalyvauti pamokose, paskaitose, darbe ir kitose socialinėse veiklose [15, 17]. Taigi, nemokamų mėnesinių higieninių priemonių suteikimas padėtų moterims ne tik įveikti finansinius bei psichologinius sunkumus, bet ir edukacijos stoką.

Visuomenės švietimo stoka

Nemokamų menstruacinių higieninių produktų įteisinimas yra vienas iš būdų, siekiant užtikrinti lygybę, teisingumą ir sveikatą visuomenėje.

Menstruacijos yra natūralus fiziologinis reiškinys, kuris vyksta kiekvienos moters, paauglės ar mergaitės kūne. Kiekviena iš jų turėtų turėti prieigą prie reikiamų higienos priemonių nepaisant amžiaus, finansinės būklės ir socialinės padėties. Nors Lietuvoje kol kas nėra tikslių duomenų, remiantis tik kitais duomenimis galima daryti išvadą, kad bent kokie 300 tūkst. moterų Lietuvoje gali susidurti su finansinėmis problemomis įsigyti kokybiškų higienos priemonių (Dovilė Šakalienė 2017 m.) [18]. Vaikų labdaros kampanija „Plan International“ 2017 metais apskaičiavo, kad apie 10 proc. mergaičių Didžiojoje Britanijoje negalėjo įpirkti higieninių produktų. Nemokamos menstruacinės higienos priemonės padėtų sumažinti socialinius skirtumus ir užtikrinti lygias galimybes visoms moterims, nepriklausomai nuo jų socialinės padėties ar finansinės būklės.

Neįperkami menstruaciniai higienos produktai gali turėti neigiamų pasekmių sveikatai. Toksinio šoko sindromas (TŠS) – vis dažniau pasitaikanti infekcija, kuri yra tiesiogiai siejama su neteisingu tamponų naudojimu [19]. Tamponus vidutiniškai keisti reikia kas 2-3 val., vidutiniškai 5-6 tamponai per dieną, 30 tamponų per vieną mėnesinių ciklą. Kai kurios moterys negali sau leisti brangių, kokybiškų priemonių, ypač tokiais kiekiais, jas reguliariai keisti ir taip išvengti infekcijų, todėl renkasi pigesnes alternatyvas, higieninius produktus „taupo“ ir taip gali pakenkti savo sveikatai. Nemokamos higienos priemonės padėtų užtikrinti, kad visos moterys galėtų laikytis tinkamos higienos praktikos.

Prieiga prie menstruacinių higienos priemonių yra žmogaus teisė. Užtikrinant nemokamą prieigą, užtikrinama teisė į asmens orumą ir gerbiamos asmens sveikatos teisės. Tai taip pat yra žingsnis, siekiant panaikinti tabu ir stigmą, susijusią su menstruacijomis.

Įskaitant paminėtus argumentus, svarbu pridėti, kad, įteisinant nemokamus menstruacinius higieninius produktus, mes prisidėtume ir prie aplinkosaugos. Šiomis dienomis ypač populiarėja perdirbamos arba aplinkai draugiškos menstruacinės higienos priemonės (pvz., menstruacinės taurelės, menstruacinės kelnaitės, daugkartiniai higieniniai įklotai ir kt.). Visgi, šios priemonės gali būti brangesnės ir ne kiekvienai reprodukcinio amžiaus moteriai prieinamos. Vidutinė menstruacinių taurelių ar kelnaičių kaina yra 30 eurų [20-22]. Pagal Europos komisijos finansuojamo skirtingų Europos Sąjungos šalių maisto krepšelio projekto 2017 metų duomenis [23], Lietuvoje vienam asmeniui sveikai mitybai per mėnesį reikia 120 eurų. Dažna moteris negali sau leisti ketvirtadalio savo maisto lėšų brangiems menstruaciniams produktams, todėl renkasi pigesnes alternatyvas. „Fridays for Future Kaunas“ įkūrėja Elzė Drūlytė LRT.lt interviu teigė, kad geriausias variantas – dalinti menstruacines taureles vietoje paketų, tamponų ar įklotų, „kurias naudojant apskritai nepaliekama jokių šiukšlių, na bent jau iki tol, kol susidėvi taurelė, nors ji tikrai ilgaamžė“ [18]. Nemokamų produktų teikimas galėtų paskatinti naudoti aplinkai draugiškesnes alternatyvas ir prisidėti prie tvarios vartojimo praktikos.

Kvietimas imtis iniciatyvos

Atsižvelgdami į šiuolaikinės visuomenės iššūkius ir siekdami užtikrinti piliečių sveikatą bei lygybę, turime suprasti, kad prieiga prie menstruacinių higienos produktų yra ne tik sveikatos, bet ir lygybės klausimas. Tarptautiniai pavyzdžiai rodo, kad valstybės finansuojami menstruaciniai produktai yra

žingsnis link visuomenės sveikatos stiprinimo ir socialinio teisingumo. Taigi, Lietuvos jaunimo organizacijų taryba skatina:

LR Vyriausybę, Seimą ir valstybės bei savivaldybių institucijas:

- Informuoti visuomenę apie šios programos privalumus, skatinant sveiką požiūrį į menstruacijas ir stigmos mažinimą;
- Aktyviai ieškoti galimybių gauti paramą iš Europos Sąjungos fondų šiai socialinei programai įgyvendinti;
- Skatinti Vyriausybę finansuoti tyrimus apie valstybės finansuojamų menstruacinių produktų poveikį sveikatai, ekonomikai ir socialinei gerovei;
- Kviesti Seimą kurti teisinį pagrindą ir priimti rezoliuciją, kurioje būtų numatyta valstybės finansuojamų menstruacinių produktų programos įgyvendinimo tvarka;
- Skatinti Vyriausybę ir Seimą bendradarbiauti su savivaldybėmis, siekiant patvirtinti vieningas gaires ir užtikrinti programos veiksmingumą.

Švietimo sektorių:

- Įtraukti temą apie menstruacijas į bendrojo ugdymo programą, taip skatinant sveiką požiūrį ir atsakingą požiūrį į higienos produktus;
- Kurti edukacines kampanijas su tikslu teikti tikslią ir naudingą informaciją apie menstruacijas, prieinamumą ir sveiką higieną;
- Skatinti mokinius, mokytojus ir socialinius darbuotojus kaip ambasadorius: siekti sukurti programą, kurioje būtų galima tapti „lytinio švietimo ambasadoriais“, skatinančiais sveiką požiūrį ir teikiančiais informaciją bendraamžiams.

Nevyriausybines organizacijas:

- Raginti nevyriausybines organizacijas aktyviai prisidėti prie švietimo veiklų ir skatinimo iniciatyvų, didinant visuomenės supratimą apie šią problemą;
- Skatinti nevyriausybines organizacijas dalyvauti ir teikti paramą socialiniams projektams, siekiant užtikrinti, kad valstybės finansuojami menstruaciniai produktai taptų tikrove;
- Informuoti apie socialinę reikšmę: raginti žiniasklaidą informuoti visuomenę apie menstruacinės higienos svarbą ir jos prieinamumo įtaką moterų gyvenimui;

- Viešinti sėkmingus tarptautinius modelius: akcentuoti kitų šalių sėkmingus pavyzdžius, kur valstybės finansuoja menstruacinius produktus, skatinant lietuvius įsitraukti į šią teigiamą socialinę kaitą;
- Panaudoti socialinius tinklus: išnaudoti socialinių tinklų įtaką populiarinant ir informuojant apie valstybės finansuojamą programą. Organizuoti kampanijas, skatinti žmones dalintis savo nuomonėmis ir patirtimi.

Prezidentas

Umberto Masi

Šaltiniai

1. World Health Organization. WHO statement on menstrual health and rights. In: www.who.int [Internet]. 2022 [cited 2024 Jan 23]. Prieiga internetu: <https://www.who.int/news/item/22-06-2022-who-statement-on-menstrual-health-and-rights>.
2. Valstybinė mokesčių inspekcija. Dėl minimaliosios mėnesinės algos dydžio 2023 metais - Dėl minimaliosios mėnesinės algos dydžio 2023 metais - VMI. In: www.vmi.lt [Internet]. 2023 [ŽIŪRĖTA 2024-01-23]. Prieiga internetu: <https://www.vmi.lt/evmi/-/d-c4-97l-minimaliosios-m-c4-97nesin-c4-97s-algos-dyd-c5-beio-2023-metais>.
3. Lietuvos Respublikos socialinės apsaugos ir darbo ministerija. Nuo 2024 m. MMA – 924 eurai. In: socmin.lrv.lt [Internet]. 2023 [ŽIŪRĖTA 2024-01-23]. Prieiga internetu: <https://socmin.lrv.lt/lt/naujienos/nuo-2024-m-mma-924-eurai?lang=lt>.
4. Valstybės duomenų agentūra. Verslas Lietuvoje (2023 m. leidimas). Infliacija (VKI). In: osp.stat.gov.lt [Internet]. 2023 [ŽIŪRĖTA 2024-01-23]. Prieiga internetu: <https://osp.stat.gov.lt/verslas-lietuvoje-2023/infliacija>.
5. Scottish Government. Period Products (Free Provision) (Scotland) Act 2021: Equality Impact Assessment. In: www.gov.scot [Internet]. 2022 [2024-01-23]. Prieiga internetu: <https://www.gov.scot/publications/period-products-free-provision-scotland-act-2021-equality-impact-assessment/>.
6. Martin J, Babbar K, Maschette U. Menstrual health for all requires wider high level commitment. *BMJ*. 2022; o2222. <https://www.bmj.com/content/378/bmj.o2222>
7. New Zealand Ministry of Education. Ikura | Manaakitia te whare tangata: Period products in schools. In: Education in New Zealand [Internet]. 2020 [ŽIŪRĖTA 2024-01-23]. Prieiga internetu: [https://www.education.govt.nz/our-work/overall-strategies-and-policies/wellbeing-in-education/ikura-manaakitia-te-whare-tangata-period-products-in-schools/#:~:text=Providing%20free%20ikura%20\(period\)%20products](https://www.education.govt.nz/our-work/overall-strategies-and-policies/wellbeing-in-education/ikura-manaakitia-te-whare-tangata-period-products-in-schools/#:~:text=Providing%20free%20ikura%20(period)%20products).

8. Koschyk M, Hansen L, Hammerstein L von, Levine K. Germany scraps “tampon tax,” as menstrual products not a “luxury” | DW | 07.11.2019. In: DW.COM [Internet]. 2019 [ŽIŪRĖTA 2024-01-23]. Prieiga internetu: <https://www.dw.com/en/tampon-tax-germany-menstruation/a-51154597>.
9. British Columbia. Provision of Menstrual Products - Province of British Columbia. In: Gov.bc.ca [Internet]. 2020. Prieiga internetu: <https://www2.gov.bc.ca/gov/content/education-training/k-12/administration/legislation-policy/public-schools/provision-of-menstrual-products>.
10. European Capacity Building Initiative (ecbi). 2020 Pocket Guide to Gender Equality under the UNFCCC. In: WEDO [Internet]. 2020 [ŽIŪRĖTA 2024-01-23]. Prieiga internetu: <https://wedo.org/2020-pocket-guide-to-gender-equality-under-the-unfccc/>.
11. European Institute for Gender Equality. Gender Equality Index 2021: Fragile gains, big losses. In: eige.europa.eu [Internet]. 2023 [ŽIŪRĖTA 2024-01-23]. Prieiga internetu: https://eige.europa.eu/newsroom/news/gender-equality-index-2021-fragile-gains-big-losses?language_content_entity=en.
12. Brooks L. Scotland Becomes First Nation to Provide Free Period Products for All. In: The Guardian [Internet]. 2020 [ŽIŪRĖTA 2024-01-23]. Prieiga internetu: <https://www.theguardian.com/uk-news/2020/nov/24/scotland-becomes-first-nation-to-provide-free-period-products-for-all>.
13. BMJ. Menstrual symptoms linked to nearly 9 days of lost productivity through presenteeism every year. In: www.bmj.com [Internet]. 2019 [ŽIŪRĖTA 2024-01-23]. Prieiga internetu: <https://www.bmj.com/company/newsroom/menstrual-symptoms-linked-to-nearly-9-days-of-lost-productivity-through-presenteeism-every-year/>.
14. The World Bank. Menstrual Hygiene Management Enables Women and Girls to Reach Their Full Potential. In: World Bank [Internet]. 2018 [ŽIŪRĖTA 2024-01-23]. Prieiga internetu: <https://www.worldbank.org/en/news/feature/2018/05/25/menstrual-hygiene-management>.

15. Cardoso LF, Scolese AM, Hamidaddin A, Gupta J. Period poverty and mental health implications among college-aged women in the United States. BMC Women's Health [Internet]. 2021 [ŽIŪRĖTA 2024-01-23]; 21(14). Prieiga internetu: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7788986/>.
16. Vinod A, ResmiS Kaimal. Perceptions and practices related to menstruation and reproductive health in adolescent girls in an urban population - A cross sectional study. Journal of family medicine and primary care. Medknow; 2023; 12(4):717–7. DOI: 10.4103/jfmpe.jfmpe_1752_22
17. Sagaitytė G, Kalinkaitė-Matuliuskienė V. Kiek kainuoja mėnesinės: Škotijos pavyzdžiu dalinti nemokamai menstruacijų reikmenis siūlo sekti ir Lietuvos politikės. In: lrt.lt [Internet]. 2020 [ŽIŪRĖTA 2024-01-23]. Prieiga internetu: <https://www.lrt.lt/naujienos/verslas/4/1285854/kiek-kainuoja-menesines-skotijos-pavyzdziu-dalinti-nemokamai-menstruaciju-reikmenis-siulo-sekti-ir-lietuvos-politikes>.
18. Delfi.lt. straipsnis. Ką moterys privalo žinoti apie tamponus? In: Delfi gyvenimas [Internet]. 2014 [ŽIŪRĖTA 2024-01-23] Prieiga internetu: https://www.delfi.lt/gyvenimas/grozis_ir_sveikata/ka-moterys-privalo-zinoti-apie-tamponus-65911100.
19. Nula. Daugkartinis higieninis įklotas (3 dydžiai). In: Nula | Priemonės tvaresnei Tavo kasdienai [Internet]. [ŽIŪRĖTA 2024-01-23]. Prieiga internetu: https://nula.shop/products/daugkartiniai-higieniniai-iklotai-bambaw?gad_source=1&gclid=Cj0KCQiA-62tBhDSARIsAO7twbYZjqCJsxk8iVYacJmFo9OhFfpj1LVid_avSfCmgaZ4WFJZLs7NlecaAt5LEALw_wcB.
20. THATDAY. Heavy flow HIGH-rise period proof panties. In: THATDAY [Internet]. [ŽIŪRĖTA 2024-01-23]. Prieiga internetu: <https://thatday.eu/product/heavy-flow-high-rise-period-proof-panties-2/>.
21. UAB „AAAA Europe Distribution“. Menstruacinė taurelė. In: Gentle Day [Internet]. [ŽIŪRĖTA 2024-01-23]. Prieiga internetu: <https://www.gentleday.lt/products/menstruacine-taurele-medium>.

22. Savickas E. Infografikas. Kuriuose Europos šalyse prasimaitinti pigiausia. In: Delfi verslas [Internet]. 2017 [ŽIŪRĖTA 2024-01-23]. Prieiga internetu: <https://www.delfi.lt/verslas/verslas/infografikas-kuriuose-europos-salyse-prasimaitinti-pigiausia-73833650>.