

Šedesát způsobů, jak neříct menstruace

Magdaléna Ordeltová

(esej byla v srpnu 2026 publikována [na webu časopisu Respekt](#))

Mám na stole šedesát způsobů, jak v současné češtině neříct slovo „menstruace”. Sesbírala jsem je z reklamních spotů, instagramových příspěvků, rozhovorů a komentářů pod nimi pro účely své bakalářské práce zaměřené na lingvistiku. Dvacet čtyři oficiálních komunikátů pěti značek menstruačních potřeb, osmdesát komentářů uživatelů, materiál z let 2021 až 2025. A jsem si jistá, že šedesát zdaleka není konečné číslo.

Nejsem totiž první, kdo počítá. Britští lingvisté Keith Allan a Kate Burridge nasbírali pro knihu *Forbidden Words* desítky anglických označení pro menstruaci: někdy jde o návštěvu (Aunt Flo is here), občas o nevolnost (under the weather), jinde o červenou (the Red Sea's in) a místy rovnou o prokletí (the curse, the plague). V ghanské akanštině o menstruuující ženě řeknou, že si zlomila ruku (nesmí totiž vařit), a pojmenování tak zachycuje zákaz místo příčiny. V ruštině přijíždějí hosté. Na každém kontinentu, nezávisle na sobě, lidé vymýšlejí totéž: říct cokoli, jen ne to pravé slovo. Lingvistika těmto krycím slovům říká noa.

Přitom menstruace je proces biologicky banální: odloučení sliznice dělohy, opakující se zhruba jednou měsíčně. Podle průzkumu agentury NMS Market Research z roku 2022 by o ní na veřejnosti nemluvalo čtyřicet procent Čechů; padesát procent mužů ji považuje za tabu, a pro muže i ženy je to větší tabu než homosexuální partnerství, neplodnost, nebo rovnost pohlaví.

Šelma na obzoru

Kořeny sahají hluboko. Allan a Burridge upozorňují, že menstruuující ženy jsou nebo byly tabuizovány ve většině známých společností. Menstruace přitom spadá hned do tří z pěti tabuových okruhů, které autoři vymezují: do oblasti těla a jeho procesů, sexuality a konečně nemoci a smrti. V řadě archaických společností byla menstruační krev vnímána jako očistný, ale zároveň kontaminující výtok; ve středověku lidé věřili, že obsahuje nečisté duchy a že se jejím prostřednictvím přenáší ty nejobávanější nemoci – lepra a syfilis. Dnes víme, že nepřenáší nic. Jazyk ale tuto vrstvu strachu a stigmatu stále nese.

Vyhýbání se přímému pojmenování ale není žádná novinka. Staletí před Instagramem řešili totéž Praslované. Zatímco Indoevropané říkali medvědovi něco jako *rkso-*, slovo zachované dodnes v latině (*ursus*), řečtině (*arktos*) i staroindičtině (*rkša*); ve slovanských jazycích bylo toto jméno z tabuových důvodů potlačeno a nahrazeno popisnou přezdívkou: *medvědъ*, doslova „jedlík medu”. Litevci udělali totéž jinak: jejich *lokys* je „lizoun”, německý *Bär* zase

„hnědouš“. Na medvěda se tak napříč jazyky díváme, ale nesmíme ho pojmenovat přímo, a tak ho popisujeme – co dělá, jak vypadá, čím se živí. Obcházíme ho slovy, protože přímou cestou jít nesmíme.

A přesně ten stejný princip, tisíciletí starý a otištěný hluboko ve stavbě jazyka, funguje dodnes v komentářích pod instagramovými posty o menstruačních potřebách. Změnila se jen motivace: ze strachu, že slovo přivolá šelmu, na pocit, že slovo narušuje slušnost a decentnost. Každé z těch šedesáti pojmenování je malý příběh o tom, jak daleko je jazyk ochoten zajít, aby se vyhnul jednomu slovu.

Tanec se slovy

Komentátorka pod videem o menstruaci ve sportu napíše: „To není žádné tabu. Týká se to poloviny lidstva.“ Ve větě, která trvá na tom, že menstruace tabu není, je menstruace pojmenována slovem *to*, dvěma písmeny, jedním ukazovacím zájmenem. Stejnou práci odvedlo ukazovací zájmeno již mnohem dřív: v ruských dialektech zastupovalo *ona* slovo pro choleru. Jiné století, jiná země, stejné chození po špičkách.

A někdy se to chození po špičkách rozroste do celé choreografie. Jak píše jiná komentátorka pod instagramovým postem: „dny ženské posvátné očisty“ a dodá: „moc hezký způsob, jak o tom přemýšlet.“ Je to nejkomplexnější výraz v celém mém materiálu; nakupí se v něm tři mechanismy najednou: obecné „dny“ místo konkrétního názvu, zjemňující „posvátné“ místo nepříjemného a „očista“ místo krváčení. V Bibli přitom zněl verdikt pro menstruujiící ženu jinak: nečistá, po sedm dní, a nečistý i každý, kdo se jí dotkl. Překlopit tradičně vnímanou „nečistotu“ v „posvátnou očistu“ je to, čemu lingvisté říkají antifráze: vyslovit přesný opak toho, co míníte.

Antifráze také není výmyslem moderní doby a Instagramu. V srbských dialektech pojmenovávali vřed *dobrić*, tedy ten dobrý. Roku 2024 píše česky mluvící komentátorka „je to tady, můj super čas“ – a obě strany vědí, že super to teda určitě není.

Ne každá náhrada ale míří ke zjemnění. Jsou tu i slova jako „krámy“, „vopruz“, „mensky“, záměrně zhrubělá a zároveň odlehčující. Slova, která ukazují, že škála tabuových náhrad nesahá jen od mlčení ke zdvořilosti. Organicky použité je najdete výhradně v komentářích, nikdy v reklamě; reklamní komunikace si je nemůže dovolit.

Když pojmenování menstruace seřadím, nejčastěji (v třiceti šesti případech) se opakuje generalizace: „to“, „ten cyklus“ – říct co nejméně a doufat, že kontext postačí. Dvacet osm sahá k nápodobě – „teta“, „měsíčky“, „červená“ – naznačují, ale nevyslovují. Dvanáct je čistých elips – tedy míst, kde slovo prostě chybí. Produktivní jsou i výpůjčky z cizích jazyků a

eufemismy. Většina pojmenování ale nespadá do jedné škatulky. *Ceremoniál a měsíčky* se řadí mezi nápořád i eufemismus, *daný týden* obsahuje znaky nápořádí a generalizace.

Tabu nekončí v jazyce

Čísla a kategorie ale neřeknou všechno. V Brooklynu si chasidští Židé zřídili soukromý autobus, aby se na veřejných linkách vyhnuli kontaktu s menstruujícími ženami. V některých společnostech muži odmítají projít místem, kudy mohla kráčet menstruující žena. Tabu nezačíná v jazyce a ani tam nekončí. Přetéká do ulic a autobusů, do pravidel, která určují, kdo smí kam. A nezmizí ani ve chvíli, kdy se ho reklama pokusí prolomit. V roce 2025 slovo „menstruace” říkají nahlas značky Snuggs, Ria, o.b., Kotex i Always. Jenže pod jejich reklamami komentující dál píšou „to”, „ten cyklus”, „teta”. Značka o.b. v téže kampani, která slovo *menstruace* vysloví, napíše: „tvé tajemství nikdy neprozradí.” Jako by výrobce deštníků slíbil, že váš deštník neprozradí, že venku prší.

Sama pocházím z prostředí, kde se o menstruaci nemluví. Slovo „menstruace” jsem se naučila vyslovit bez pocitu, že říkám sprosté slovo, až letos. Jako téma kvalifikační práce jsem si menstruaci vybrala právě proto, že jsem chtěla blíže nahlédnout něco, co se mě celý život dotýkalo. Nejsem v tom ale sama. Pod instagramovým postem komentátorka napíše: „Že dospělé ženské ještě v dnešní době říkají menstruaci ‚holčičí dny’, mi fakt hlava absolutně nebere.” A pokračuje: „Místo menstruace bude pořád TO, holčičí dny, přijela teta, červená, stopka.” Sbírá, třídí, kritizuje – dělá přesně to, co já ve své bakalářce. Jen intuitivně a našťvaně. Těch šedesát pojmenování je důkazem, že téma menstruace obcházíme; a když je konečně na stole, nevíme, jak o něm mluvit.

Převléct nebo odhalit?

Slova se dynamicky mění. Nikdo dnes v „medvědovi” neslyší krycí jméno. Ta přezdívká, jedlík medu, se po tisíciletích stala prostě jménem; převlek tak zdomácněl, že přestal být převlekem.

S menstruací se to zatím nestalo. A co je důležité – I ona sama je převlekem – latinské *mensis* (měsíc) říká, že to je něco, co se opakuje každý měsíc. Nepojmenovává přímo. Gebauerův Staročeský slovník z roku 1903 ji definuje jako „měsíčky ženské” a „panie nemoc”. Ani slovníkář se tedy neobešel bez eufemismu. Stará čeština přitom měla vlastní slovo: čmýra. V případě menstruace ale nezdomácněl ani převlek. A tak se pod ním vrší dalších šedesát vrstev zastírání.

Možná prvním krokem k detabuizaci není říct víc. Je to přestat potřebovat tolik způsobů, jak neříct nic.