

Tabuk nélkül a szexről, a menstruációról, a fogamzásgátlásról és a szexualitásról - Ő Cserháti-Herold Janka

CzB - 2019-09-29 17:38:28

Még sok-sok évvel ezelőtt Janka saját magának keresett egy biztonságos, hormonmentes fogamzásgátlási alternatívát, ugyanis a jól megszokott hormontartalmú tablettákkal kapcsolatban túl sok negatívumot tapasztalt. Viszont sajnos rá kellett jönnie, hogy Magyarországon ez szinte lehetetlen. Aztán annyira beleásta magát a dolgok mélyébe, hogy közben rájött, mennyit tudna segíteni másoknak is.

2014-ben elkezdett [blogolni](#) ezekről a fogamzásgátlási lehetőségekről és a női test rejtelméről, aztán elvégzett Angliában egy oktatótanfolyamot is, aminek hála hivatalosan is termékenységtudat-szakértő lett – ráadásul hazánkban ő volt a legelső, aki megszerezte ezt a képesítést. Közben pedig elindította saját kis vállalkozását, valamint bevette a [YouTube-ot](#) is, ahol tabutémákat boncolgat és fél év alatt több mint 50.000 feliratkozót szerzett. Mindezeknek hála megismertette a magyar nőkkel az úgynevezett barriermódszereket, azaz a pesszáriumot, a méhszájsapkát és a biospermicideket is, amik azelőtt elérhetetlenek voltak Magyarországon.

Vicces, hogy milyen fordulatokat produkál az élet, hiszen engem soha nem érdekelt a biológia és nem akartam tanár lenni. Olyan munkáról álmodtam, amiben megvalósíthatom a saját elképzeléseimet, a magam ura lehetek és legfőképpen szenvedéllyel tudom csinálni. Az egyetemen újságírást tanultam, aztán nemzetközi tanulmányok mesterképzésre jártam. Voltam bróker és fitnesszedző. És most mégis úgy érzem, hogy minden szál szépen összeér. Mindent, amit eddig tanultam, fel tudok használni a vállalkozásomhoz és olyan munkám és küldetésem van, amiről álmodtam. Ilyen az, amikor valaki megtalálja az útját, és céllal halad előre – írta egy [blogbejegyzésben](#) még 2015-ben.

Megszületett tehát a Hormonmentes, amivel Janka tulajdonképpen megreformálta és reformálja még ma is a magyarok nézetét az olyan intim témákkal kapcsolatban, mint a szex, a menstruáció, a fogamzásgátlás, a szexualitás, valamint a női és a férfi test működése. Hívták már rádióműsorba és tévés beszélgetésre, készítettek vele interjút női magazinok, felvilágosító előadásokat ad iskolásoknak, online tanfolyamokat indít, 2016-ban Ted Talkot is tartott Budapesten a női test működéséről, idén nyáron pedig a Sziget Fesztiválon is tarthatott előadást.

A női test

Őszintén, tabuk nélkül beszél a [mellekről](#), a [női ejakulációról](#), a [menstruációról](#) vagy a puncikról – legyenek azok érdekességek, az [anatómiája](#), vagy hogy [mire is jó a szeméremszőrzet](#). Tudtad például, hogy a hüvelynek saját öntisztító rendszere van? Vagy hogy a csiklóban kétszer annyi

receptor van, mint a péniszben? Azt meg valószínűleg álmodban sem gondoltad volna, hogy van valami közös a puncikban és a cápákban. Pedig van, ugyanis a punci síkosító anyaga, a szkvalén megtalálható a cápák májában is.

A férfi test

Igen, főként a nőket célozza meg Janka, de olykor bizony a férfiak is reflektorfénybe kerülnek nála. Szentelt már egy egész videót a [férfi anatómiának](#) és a férfiak legbecesebb testrészének is, amiben bizony azt boncolgatta, hogy [tényleg a méret-e a lényeg](#). És a kiskatonák, azaz a spermiumok is szóba kerültek már. Tudtad például, hogy a spermiumok ki tudják szagolni a petesejtet és akár 6 napig is képesek életben maradni női testben?

A szex

Természetesen a szex sem maradhat ki a témák közül, akár a [pornó](#) vagy a [sztereotípiák](#) kapcsán merülnek fel kérdések, akár a kínos, zavarba ejtő dolgokat kell kivesézni. Mert hát a romantikus filmekben nem mutatnak olyan dolgokat, amik a valóságban bizony megtörténnek. A szexnek ugyanis szaga és íze is van, néha csattogó és cuppogó hanggal jár, izzadunk közben, az ondó meg folyik, konkrétan mindenhová, tök mindegy, hogy milyen pózban szexeltek. Na meg ott van a puncipuki is, ami igazán kellemetlen is tud lenni...

A fogamzásgátlás

Tökéletes fogamzásgátló módszer nem létezik, még a sterilizálás is csak 99,99%-os hatékonyságú. A legelterjedtebb nyilvánvalóan a tabletták és az óvszer, de mellettük ma már szerencsére temérdek lehetőségünk van arra, hogy biztonságos megoldást találjunk a védekezésre. Ilyen például a spirál, a [menstruációs kehely](#), a spermicid, a hüvelykúp, vagy akár a [pesszárium](#). Az alap ismertető videók mellett Janka még [útmutatót](#) is készített a megfelelő fogamzásgátló kiválasztáshoz, érdekességként [összegyűjtötte a legdurvább fogamzásgátlókat is a múltból](#) és [a világ összes fogamzásgátló módszerét is felsorolta](#) már. Mindezek mellett pedig őszintén elmesélte saját történetét is, hogy miért nem szed soha többé fogamzásgátló tablettát.