

# REGL İZİNİ POLİTİKALARI ÜZERİNE DÜŞÜNMEK

Cinsiyet  
Eşitliği  
Politikaları  
Derneği

# REGL İZİNİ POLİTİKALARI ÜZERİNE DÜŞÜNMEK

Cinsiyet  
Eşitliği  
Politikaları  
Derneği

[cinsiyetesitligipolitikalari.org](http://cinsiyetesitligipolitikalari.org)

[info@cinsiyetesitligipolitikalari.org](mailto:info@cinsiyetesitligipolitikalari.org)

HEINRICH BÖLL STIFTUNG  
DERNEĞİ TÜRKİYE TEMSİLCİLİĞİ

Bu yayın Heinrich Böll Stiftung Derneği Türkiye Temsilciliği'nin desteğiyle yayınlandı. Çalışmada yer alan görüşler, Heinrich Böll Stiftung Derneği Türkiye Temsilciliği'nin görüşleriyle örtüşmeyebilir.

# Regl İzni Politikaları Üzerine Düşünmek

Bir süredir işyerlerinde regl izni uygulaması konuşuluyor. Türkiye’de de bazı belediye, şirket ve STK’lar kadınlara regl izni veriyor. Cinsiyet eşitliği politikası geliştirmek isteyen kimi kurumlar regl iznini eşitliği hedefleyen adımlardan biri olarak görüyor. Bu bir yandan oldukça tartışmalı bir konu. CEPD olarak regl izninin dününü ve bugününü, hakkında yapılan tartışmaları ve bu uygulamayı çalışma yaşamında cinsiyet eşitliği açısından nasıl değerlendirdiğimizi özetlemek istedik.

**Sorun regl olmamız mı?**

**İşyerlerinin ve çalışma koşullarının regl olan çalışanlarına uygun olacak şekilde düşünülmemesi mi?**

**Kadınlar ayın bir iki günü eve gidince sorun çözülecek mi gerçekten?**

Regl izni dünyada 1920’lerden beri gündemde. İlk olarak **Sovyetler Birliği** tarafından 1920’lerde 5-6 yıl boyunca uygulandı. Kadın işçilerin **işverenler tarafından ayrımcılığa uğramasına** sebep olduğu gerekçesiyle kaldırıldı. Erkek işçiler regl izin kullanmayacakları için işverenler tarafından ‘daha güvenilir’ ve ‘az maliyetli’ bulunarak tercih ediliyor, kadınlar işten çıkarılarak yerlerine erkek işçi alınıyordu.



Regl iznini dünyada uygulayan ikinci ülke Japonya oldu. Japonya İkinci Dünya Savaşı'nın hemen ardından, 1947'de, Çalışma Standartları Yasası kapsamında bu izni yasalaştırdı. İlk olarak uygun tuvaletlere erişimi olmayan fabrika ve maden işçileri için hayata geçirildi.

Japonya'nın ardından Endonezya (1951) ve Güney Kore (1953) geldi. Bu politikanın İkinci Dünya Savaşı'nın ardından ortaya çıkması tesadüf değil. Savaş sırasında kadınlar büyük oranda işgücüne katılmışken savaşın sonrasında artık erkekler fabrikalara dönüyordu. Öte yandan ağır işlerde çalışmanın regl döngüsünü ve dolayısıyla doğurganlığı etkileyebileceği iddia ediliyordu. **Regl izinleri aslında bir feminist kazanım olarak değil, bu ülkelerde savaşın ardından 'ulusal doğurganlık oranlarını artırmak' için yasalaştı.** (Regl sırasında dinlenmenin doğurganlığa HİÇBİR ETKİSİ OLMADIĞI artık tıbbi olarak biliniyor.)

Regl izinleri ilk olarak kadınları öncelikle 'annelikle' özdeşleştiren başka politikaların parçası olarak gündeme geldi. **Evlilik sonrasında emekli olma zorunluluğu, gece vardiyalarında veya kimi ağır ve tehlikeli addedilen işlerde çalışma yasağı da regl izinleriyle birlikte uygulanmaya başladı.** Savaş sırasında her nasılsa bu işlerin hiçbiri kadınlar için tehlikeli bulunmamıştı.

Türkiye'de de regl izninin ilk olarak (şu anda kaldırılmış olan) **Ağır ve Tehlikeli İşler Yönetmeliği** kapsamında geçmiş olması bu nedenle tesadüf değil.

2010'lara kadar sadece Doğu Asya ülkelerinde uygulanan bu politika, 1970'lerden itibaren ise artık üreme ve

annelik nedeniyle değil, **ciddi regl sancısı çeken kadınların çalışma yaşamına katılabilmesi için savunulmaya başlandı.** Doğu Asya dışında regl iznini yasallaştıran ilk ülke **2015 yılında Zambiya** oldu. **2023'te de İspanya ilk Avrupa ülkesi** oldu. İtalya'da 2017'de bu konuda bir tasarı sunulmuş olsa da yasalaşmamıştı.

Bugün regl iznini yasalaştırmış olan ülkeler: Japonya (1947), Endonezya (1953-2003'te yenilendi), Güney Kore (1953), Çin (1993 ve 2016), Tayvan (2002), Filipinler (1987), Zambiya (2015), İspanya (2023).

Ülkelerin yanı sıra, yasal mevzuatta olmasa bile, kimi şirketlerin de regl izni politikaları var. Türkiye'de bu politikayı uygulayan ilk şirket 2020 yılında Hindistan merkezli Zomato oldu. Zomato'nun politikası trans kapsayıcılık açısından da önemli; regl olan herkese yılda 10 gün ücretli izin hakkı veriyor.

Bu ülkelerin ve işyerlerinin hepsinde regl izni aynı şekilde düzenlenmiyor. Kimisinde reglin ağır geçtiğini belgelemek için doktor raporu şartı var, kimisinde yok. Kimisi izni kullanmayan kadın işçilere ek ücret ödüyor. İzin günleri 1 ila 3 arasında değişiyor. Örneğin İspanya'daki yasanın "gebe kalma kapasitesine sahip tüm translar için de geçerli olduğu" açıkça ifade edilirken Endonezya'daki yasa yalnızca kadın işçilere bu hakkı tanıyor.

### **Türkiye'de regl izni:**

İlk olarak 2004 yılında Ağır ve Tehlikeli İşler Yönetmeliği'yle bu kapsama giren işlerde çalışan kadınlara 5 gün süreyle tanınmış, ancak pratikte uygulamaya geçmemiştir. Tekstil sektöründeki kimi



işle in bu kapsama dahil edilmesi, sektörde çalışanların büyük kısmının kadınlar olması nedeniyle sermaye sahiplerini panikletmiş, yönetmelik 2013 yılında yürürlükten kaldırılmıştır.

Yasada olmamasına rağmen **Türkiye’de regl izni uygulayan şirket ve kurumlar bulunuyor**. İlk olarak **2019’da İzmir Barosu’nda** uygulanmaya başlanan regl izni, kimi belediyelerde ve belediyelerin iştiraklerinde de sendikalar tarafından Toplu İş Sözleşmeleri’ne dahil edilmiş durumda.

### Regl izni uygulayan belediyeler:

Tunceli Belediyesi (2019), İzmir Büyükşehir Belediyesi (2020–2021), İzmir Bornova Belediyesi (2020), Adana Seyhan Belediyesi (2021), İstanbul Kadıköy Belediyesi (2021), Sinop Belediyesi (2023). Bunların yanı sıra 2024 yerel seçimlerinde Yeniden Refah Partisi’nin Elazığ Belediye Başkan adayının da seçim vaatleri arasında kadın çalışanlara regl izni olduğunu belirtelim.

## Peki regl izni eşitlikçi bir çalışma hayatı sağlıyor mu?

Çin, Güney Kore, Japonya gibi ülkelerde yapılan araştırmalar regl izni yasada olsa da kadınların çoğunluğunun utandıkları, damgalanmaktan korktukları, dile getiremedikleri için **bu izni almadığını gösteriyor**. Sonuçta, tıpkı kadın sağlığına ilişkin birçok konuda olduğu gibi, regl hakkında da dünya genelinde toplum içinde rahatça konuşulamaz, regl hala olağan karşılanmazken izninin de rahatça alınabileceğini varsaymak yanlış olurdu.

Bunun yanı sıra regl izninin;

kadınların biyolojik olarak daha zayıf oldukları algısını pekiştirdiği,

çalışma yaşamına katılmalarını kolaylaştırmadığı,

regli evde yaşanan bir şeye dönüştürerek toplumsal yaşamdan iyice sildiği,

çalışma ortamının kadınların (ve aslında herkesin) ihtiyaçlarını karşılayacak şekilde düzenlenmesi (örneğin temiz tuvalete düzenli erişim) gereksinimini ortadan kaldırdığı,

normal bir süreç olan regli hastalıkla eşitlediği,

ağır semptom yaşayan kişilere ise evde kalmayı telkin ederek sağlık sorunlarının teşhisini ve tedavisini gündemden düşürdüğü ifade ediliyor.

Regl izni uygulayan ülkelerin çoğunun **cinsiyete dayalı ücret eşitsizliğinin çok yüksek olduğu** ülkeler olması üzerine düşünmeyi gerektiriyor.

Burada istisna olan İspanya’da regl izni yasasının **ped ve tamponda KDV’nin kaldırılması** ve ebeveyn izni kaldırılarak 16–17 yaşındaki kız çocukları için **kürtaj ve ertesi gün hapına erişimin kolaylaştırılması, yasal olarak cinsiyet değiştirme hakkının 16 yaşına indirilmesi** gibi maddeler içerdiğini de belirtmek gerekiyor.



## Regl izni yerine...

Sağlıklı koşullarda yaşandığında regl, hayatı aksatmaması hedeflenen gereken periyodik bir durum. Tıbbi literatürde **dismenore** adı verilen ve primer veya sekonder olarak ikiye ayrılan adet sancılarını pek çoğumuz hayatımızın bir noktasında yaşayabiliyoruz. Ama bu ağrılar her ay günlerce evde kalmamıza sebep olacak kadar şiddetliyse genellikle altta yatan başka bir sorunun varlığına işaret ediyor. Kimi kaynaklarda regl olanların %90'ının, kimilerinde ise %70 ila 80'inin günlük işleyişi bozacak sorunlar yaşamadığı, ancak %3 ila 8'i için bu semptomların çok şiddetli olduğu belirtiliyor. Yani aslında regl bütün gün evde kalmak zorunda olacak kadar ağır yaşamak **normal değil**.

● Bunu normalleştirmek özellikle kadınların endometriozis gibi başka sağlık sorunlarının teşhis edilmesini, dikkate alınmasını, tedavi geliştirilmesini engelliyor. Bunu erkekler yaşasa, şimdiye kadar bir çözüm bulunmuş olmaz mıydı? Tam da bu çözümlerin geliştirilmesini sağlamak için regl izni yerine **herkese menstrüel sağlık eğitimi ve farkındalığı, erişilebilir ve kaliteli üreme sağlığı hizmetleri talep edebiliriz**.

● Bunun yanı sıra kadınların bir kısmının regl olmadığını ve bunun da sağlık açısından kimi karşılıkları olabileceğini akılda tutabiliriz. Kadın kimliği dışındaki kişilerin de regl olabildiği farkındalığını yaygınlaştırabiliriz. Non-binary veya transların, LGBTİ+'ların çalışma yaşamına eşit bir şekilde dahil olması üzerine konuşabilir, menstrüel sağlığı da bu kapsamda değerlendirebiliriz.

● İngiltere gibi, regl de kapsayacak şekilde tüm çalışanlar için ücretli tıbbi izin politikalarının olduğu ülkelerde regl iznine ihtiyaç olmadığı görülüyor. Bu aynı zamanda işe alımda kadınlara karşı ayrımcılık yapılmasını da önüyor. **Regl izni yerine herkes için ihtiyaç durumunda aylık tıbbi izin talep edebiliriz. Unutmayalım ki regli işyerinde konuşulabilir kılmak istiyorsak bunun tek yolu izin politikası değil.**

● Regl izni vermek yerine işyerlerinin regl olma durumunu gözetecek şekilde düzenlenmesinin bir veya birkaç tam gün boyunca evde olma ihtiyacını ciddi oranda azalttığı tespit ediliyor. Çoğu kişi ağrı yaşadığında ilaç alıp sıcak su torbasıyla bir-iki saat dinlenebilecek sakin bir alana erişimi ve buna imkanı olduğunda bütün gün izin almaya gerek duymuyor. **Yani regl izni yerine reglin de hesaba katıldığı insancıl çalışma koşulları talep edebiliriz.**

● Bir fabrikanın veya herhangi bir işyerinin "temiz tuvalet, suya erişim ve yeterli miktarda tuvalet molası sağlayamayız, bunun yerine kadınlar eve gitsin daha kolay" demesi kabul edilebilir mi? **Regl izni yerine her işyeri için temiz tuvalet ve yeterli mola için mücadele edebiliriz.**

Dolayısıyla regl izninin açtığı tartışma kadınlar ve LGBTİ+lar için aynı zamanda **çalışma hayatına eşit erişim, güvenceli ve insancıl koşullarda çalışma, ayrımcılığa uğramama ve eşit ücret alabilme** tartışması. Burada bir çözüm aracı olarak sunulan regl izni üzerine eleştirel düşünmek daha bütünlüklü politikalara olan ihtiyacı gözler önüne seriyor.

## KAYNAKLAR:



- <https://www.menstrual-matters.com/ml-origins-1/>
- <https://theconversation.com/why-menstrual-leave-could-be-bad-for-women-199568>
- <https://www.menstrual-matters.com/ml-alternatives-5/>
- <https://blogs.lse.ac.uk/socialpolicy/2021/03/02/in-defence-of-menstrual-leave-policies/>
- <https://www.bbc.com/turkce/haberler-dunya-61477302>
- <https://dongu.beije.co/dusunduren-konular/regl-izni>
- <https://www.taylorwessing.com/en/insights-and-events/insights/2023/07/menstrual-leave-across-europe>
- <https://theweek.com/womens-rights/961257/the-pros-and-cons-of-menstrual-leave>
- <https://medfeminiswiya.net/2022/06/13/spain-passes-decision-to-grant-women-the-right-to-a-3-day-leave-during-menstruation-but-in-italy-your-period-is-your-fault/?lang=en>
- <https://www.kadinisci.org/sagligimiz-guvenligimiz-bedenimiz/tarihi-bir-kazanim-bitmeyen-bir-tartisma-regl-izni-meselesi/>
- <https://tr.euronews.com/2023/02/16/ispanya-ucretli-adet-sancisi-izni-veren-ilk-avrupa-ulkesi-oldu>
- <https://www.indyturk.com/node/96026/haber/tunceli-belediyesinden-kad%C4%B1n-%C3%A7a%C4%B1%C5%9Fanlara-regl-izni>
- <https://www.indyturk.com/node/226901/haber/bornova-belediyesinden-kad%C4%B1nlara-regl-izni>
- [https://ankahaber.net/haber/detay/sinop\\_belediyesinde\\_toplu\\_is\\_sozlesmesi\\_imzalandi\\_\\_kadin\\_calisanlara\\_ozel\\_gun\\_izni\\_verilecek\\_124543](https://ankahaber.net/haber/detay/sinop_belediyesinde_toplu_is_sozlesmesi_imzalandi__kadin_calisanlara_ozel_gun_izni_verilecek_124543)
- <https://www.gazetepencere.com/yeniden-refah-adayindan-kadinlara-regl-izni-vaadi-insan-hakkidir/>
- [https://tr.wikipedia.org/wiki/%C3%82det\\_izni](https://tr.wikipedia.org/wiki/%C3%82det_izni)
- <https://www.forbes.com/sites/juliawuench/2020/08/17/the-economic-and-moral-case-for-menstrual-leave/?sh=59725ac17019>
- <https://www.boe.es/buscar/doc.php?id=BOE-A-2023-5364>
- <https://www.ilo.org/dyn/travail/docs/760/Indonesian+Labour+Law+-+Act+13+of+2003.pdf>
- <https://www.endometriozisdernegi.org/konu/dosyalar/files/bultenler/Nisan2019.pdf>



# REGL İZİNİ POLİTİKALARI ÜZERİNE DÜŞÜNMEK

[cinsiyetesitligipolitikalari.org](http://cinsiyetesitligipolitikalari.org)

[info@cinsiyetesitligipolitikalari.org](mailto:info@cinsiyetesitligipolitikalari.org)