

А.Ю.ЛУРЬЕ

**ГИГИЕНА
ДЕВОЧКИ
ДЕВУШКИ
ЖЕНЩИНЫ**

Изд-во
„ОХРАНА МАТЕРИНСТВА
И МЛАДЕНЧЕСТВА“
МОСКВА 1927

А. Ю. Л У Р Ь Е

ГИГИЕНА

ДЕВОЧКИ, ДЕВУШКИ, ЖЕНЩИНЫ

ВТОРОЕ ДОПОЛНЕННОЕ
ИЗДАНИЕ

ИЗД. „ОХРАНА МАТЕРИНСТВА И МЛАДЕНЧЕСТВА”
МОСКВА-1927

Типография
в Словолитня
„КРАСНАЯ ПРЕСНЯ”
М. Грузинская ул.,
Столярный,
№ 5-7.

Главлит № 85500.

Тираж 15.000.

I. ЖЕНСКИЕ ПОЛОВЫЕ ОРГАНЫ

Если мы сравним строение мужского и женского организма, то увидим, что мужчина и женщина имеют одинаковые легкие, сердце, печень, почки, кишечник, и работа этих органов одинакова.

Лишь половые органы представляют резкое различие. Объясняется это тем, что мужские половые органы служат для образования и введения семени, женские половые органы должны его воспринять, сохранить и выносить ребенка.

Поэтому, словно сама природа позаботилась о том, чтобы наиболее важные из женских органов укрыть, обезопасить от повреждений, и поместила их в брюшную полость. Здесь половые органы защищаются, с одной стороны, костями таза, с другой — мягкими частями живота.

Женские половые органы разделяются на наружные и внутренние. Наружные органы состоят из больших и малых срамных губ, клитора и влагалища.

Между задним проходом и лобком (это место покрыто волосами) имеются по бокам две большие складки, называемые большими половыми губами. Если их слегка раздвинуть, то внизу можно увидеть небольшое отверстие мочеиспускательного канала. Немного выше этого отверстия находится клитор. При дальнейшем раздвигании больших губ, на боковой их поверхности можно заметить меньшие складки — это малые половые губы, и, наконец, начало канала, который называется влагалищем (передний проход).

У девушки канал этот бывает закрыт тонкой оболочкой — девственной плевой. Оболочка эта разрывается при первом половом сношении.

Влагалище, клитор, малые и большие половые губы служат для акта сношения. Во влагалище вводится мужское семя: клитор и губы передают ощущения, которые возникают при половом сношении.

Внутренние половые органы состоят из матки, труб и яичников.

Внизу, посредине живота, расположена, матка. Она имеет форму груши, которая своей широкой частью обращена вверх, а узкой вниз. Узкая часть матки находится во влагалище и называется шейкой; В, шейке начинается тонкий канал, который проходит через матку и трубы и оканчивается расширением вблизи яичников. Когда у женщины из яичника выходит яйцо, оно попадает в канал трубы и особыми имеющимися там ресничками передвигается к матке. Если, же произошло половое сношение, то из влагалища через матку в трубу навстречу яйцу начинают двигаться живчики или сперматозоиды.

(Если мы под микроскопом рассмотрим мужское семя, то увидим, что оно состоит из сотен тысяч этих живчиков. Каждый из них имеет головку и хвостик. Движением хвостика он может передвигаться и попасть из шейки в матку, а затем в трубы.)

Живчик, встретившись с яйцом, входит в него. Наступает оплодотворение яйца, которое обычно происходит в трубе. Яйцо, оплодотворившись, продолжает свое движение к матке, где останавливается и внедряется в слизистую оболочку матки.

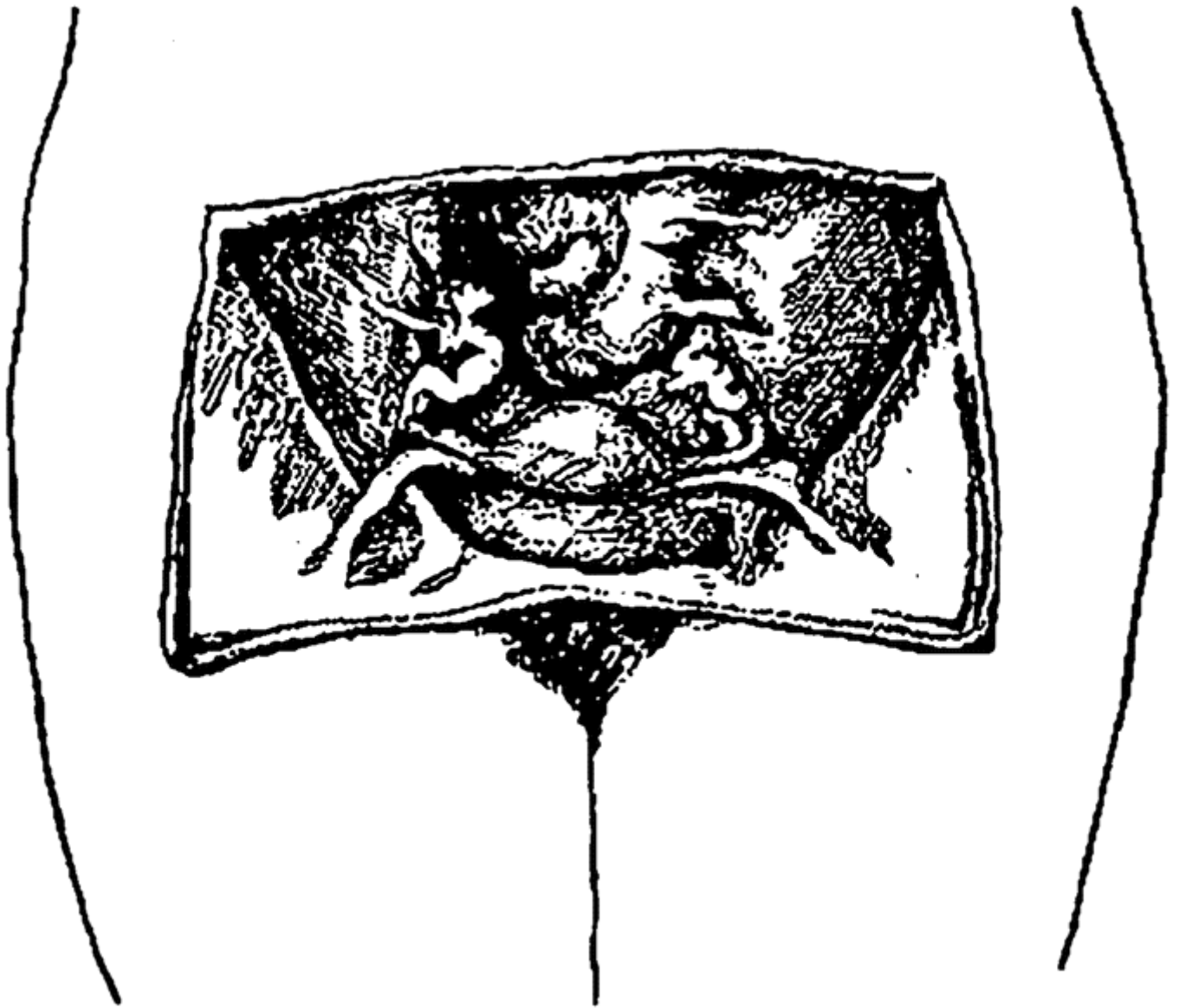
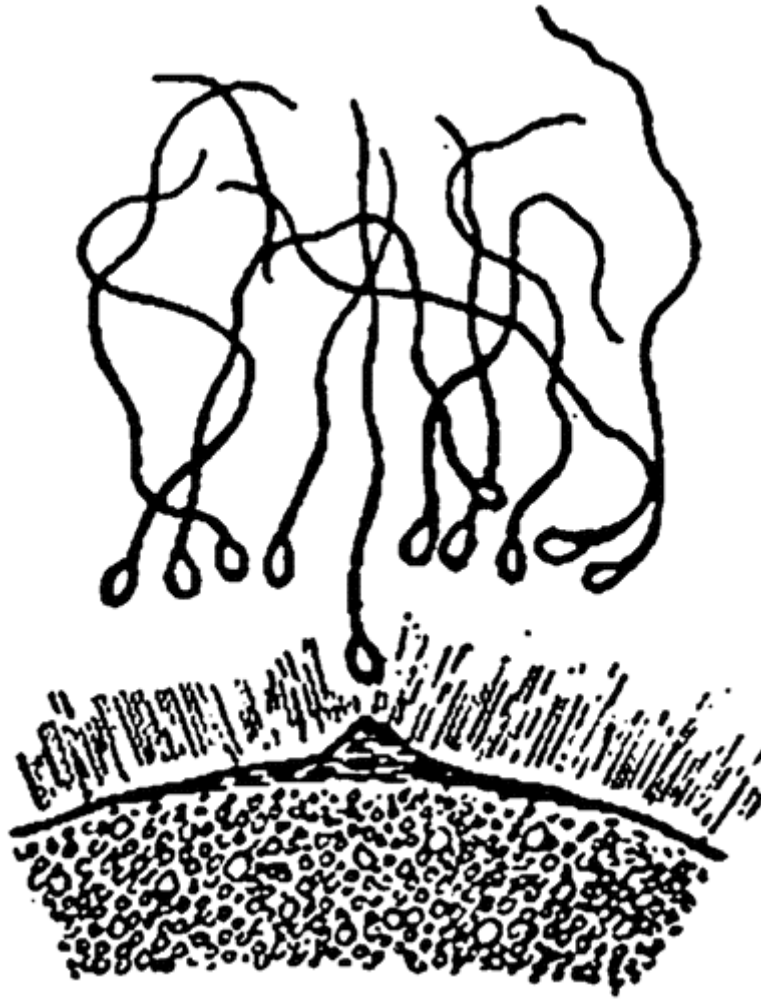


Рис. № 1.

Внутренние половые органы. В центре расположена матка, по бокам, назад от нее, отходят трубы. Виден левый яичник.



Встреча сперматозоидов с яйцевой клеткой. (Виден край ее.)

Только из оплодотворенного яйца развивается ребенок, и только такое яйцо может остановиться в матке. Если же сперматозоид не оплодотворяет яйца, то оно погибает.

Помимо этого, матка и яичники имеют еще другое значение.

Каждый месяц у взрослой женщины происходят менструации, или месячные очищения. Приблизительно за две недели до выхода яйца из яичника оболочка, покрывающая полость матки (слизистая оболочка), начинает разбухать, пропитываться кровью, как бы готовится для встречи с яйцом.

Если яйцо оплодотворилось, то оно легко погружается в приготовленное для него ложе и начинает расти. Если же оно не оплодотворилось, то разбухшая от крови оболочка начинает слущиваться и частицами выходит из матки, при чем выхождение ее сопровождается кровотечением — начинается менструация. Таким образом менструация, за редким исключением, показывает, что яйцо не оплодотворилось, и, следовательно, беременность не наступила.

Яичник играет роль не только в образовании яйца, но является органом, который выделяет в кровь особые вещества, регулирующие правильность менструации и влияющие на весь организм в целом. В этом отношении значение яичника для женщины огромно. Мы знаем, что женщины, лишённые яичников, перестают носить крови и отстают в своем физическом и духовном развитии.

Всю жизнь женщины мы можем разделить на 4 периода, в зависимости от деятельности ее половых органов. Первый период — это время с момента рождения до появления первых менструаций. Второй период — период полового созревания — это время от появления первых кровей до 20—22 лет, когда организм считается вполне окрепшим. Третий период — когда женщина вполне созрела, когда она живет половой

жизнью, беременеет, родит. Четвертый период — это время угасания женского организма и прекращения деятельности половых органов. В этот последний период женщина не менструирует и не может быть беременной (старость).

II. ГИГИЕНА ДЕВОЧКИ

Гигиена новорожденных Девочка с момента своего появления на свет рождение требует большого и тщательного наблюдения. Помимо общего ухода, в котором нуждается новорожденный вообще, мы сталкиваемся здесь с особенностями женского организма, которые заключаются в следующем: большие и малые губы новорожденной широко отстоят друг от друга, обнажая влагалище, а не закрывая его, как это мы видим у взрослой девушки. Кожица на половых губах вскоре после рождения начинает слущиваться — происходит ее отделение, а под ней, вырастает новая. Отделяющиеся частицы кожи представляются в виде белых налетов. Одновременно заметно выделение тягучей слизи, набухание и покраснение наружных половых органов. В 2% случаев у новорожденных девочек наблюдаются кровотечения, происходящие из матки, так наз., «менструации новорожденной». Наконец, третьей особенностью новорожденного ребенка (это относится и к мальчику) является нагрубание грудных желез. Будучи при рождении величиною с горошину, железка нередко быстро увеличивается до размера ореха, а при давлении из нее выделяется белая жидкость, как ее называют — «молоко ведьм».

Все описанное должно считаться явлением нормальным и не должно вызывать излишнего беспокойства. Тем не менее внимательное отношение ко всему может уберечь девочку от ряда тяжелых осложнений. Большую опасность представляет грубое, излишнее трение наружных половых органов, девочки (в особенности, когда отходят белые пленки), так как легко может произойти воспаление влагалища. При удалении кала нужно вытирать ребенка так, чтобы частицы испражнений не попадали на наружные половые органы и во влагалище, т.-е. спереди назад, а не наоборот. Особенно осторожно нужно относиться к нагрубанию желез. Всякое их растирание, разминание может повести к нагноению, а в дальнейшем — к недоразвитию груди. Не должны пугать и «менструации» новорожденной. Они продолжаются обычно несколько дней, и внимание матери должно быть обращено лишь на обмывание чистой водой половых губ ребенка. Вообще самое правильное и самое лучшее, как можно меньше касаться наружных половых органов, не раздвигать их, не протирать между ними и не трогать грудных желез новорожденной.

В первые дни жизни девочку легко, можно заразить гонореей (триппером), если мать нечистыми руками будет обмывать наружные половые органы ребенка, а сама страдает белями.

Заражение ребенка легко может получиться и в том случае, если мать кладет его к себе в постель или если у матери и ребенка общее белье. Если же девочку заразить триппером, у нее происходит воспаление влагалища, а затем нередко воспаление матки и яичников.

Поэтому для необходимо иметь отдельное белье, отдельную кроватку; прежде чем обмывать его, нужно тщательно мыть руки.

Грудь матери, чистый воздух, солнце — все это является необходимым для девочки с первого дня ее рождения. Дети, неправильно вскармливаемые, не получающие молока матери, лишенные чистого воздуха и света, часто заболевают рахитом. При этой болезни кости долгое время остаются мягкими и искривляются от тяжести тела ребенка. Особенно это опасно для девочек, у которых этому заболеванию сопутствует недоразвитие внутренних половых органов и образуется неправильный таз. Все это в будущем ведет к тяжелым родам и к заболеванию всего организма.

Наилучшим суждением о правильном развитии ребенка в грудном возрасте является нарастание его веса. Ребенок к 6 месяцам должен удвоить вес, бывший при рождении, а к году его утроить. Резкие нарушения как в сторону уменьшения, так и увеличения веса

говорят о неправильном развитии организма. Постоянное наблюдение врача за ребенком в грудном возрасте должно стать законом для каждой матери. Врач, выяснив вредные моменты, направит по правильному руслу развитие ребенка и вместе с тем нередко предотвратит страшное для девочки развитие рахита.

Гигиена В дальнейшем, до наступления полной зрелости, девочка не требует
девушки особенного ухода, до появления и воспитание ее должно идти по тому же
до появления пути, первых кровей как и воспитание мальчика. Попрежнему нарастание
первых кровей веса служит показателем того, как развивается организм. В среднем к 15 годам девушка должна весить 60 килогр. при росте в 170 сантим. Нередко к моменту наступления половой зрелости у девушки развиваются малокровие, нервные заболевания, туберкулез легких, туберкулез позвоночника (горб). Все это — следствие неправильного ухода за ребенком. И борьба с этим может вестись только в одном направлении — взрослая девочка должна в меру гулять, заниматься спортом: лыжами, коньками; бегом, плаванием. Дети, так воспитанные, редко страдают золотухой, малокровием; половая зрелость у них не запаздывает, и из них вырастают здоровые будущие матери.

Помимо указанных заболеваний, встречающихся у более старших детей, у маленьких девочек встречается незаразное заболевание наружных половых органов, которое происходит от вредной и распространенной привычки слишком усердно вытирать половые органы после того, как ребенок помочился. Будучи не страшным по последствиям, такое воспаление, происходящее от грубого трения, вызывает зуд половых органов. Ребенок начинает их расчесывать и приобретает вредную привычку, которая легко может перейти в онанизм. Кроме того, зуд наружных половых органов у ребенка могут вызывать особые глисты (так называемые нитчатые), которые встречаются в прямой кишке и отсюда проникают в половую щель.

Одежда ребенка должна быть совершенно свободной и не должна стеснять движений. Не нужны перетяжки на ногах для чулок, на животе для юбки. Девочка должна носить закрытые свободные панталоны, которые не вызвали бы трения и не раздражали бы наружных половых органов. Обувь должна быть на невысоких каблуках, с широкими носками. В отношении питания нужно считаться с ростом ребенка и потребностями его организма. Здоровые дети имеют хороший аппетит; самой лучшей для них пищей должна считаться растительная: фрукты, овощи, хлеб. Мясо в большом количестве вредно, употребление вина должно быть абсолютно запрещено. Девочку с раннего возраста нужно приучить к чистоте: ежедневное обтирание груди, обмывание наружных половых органов должно считаться таким же правилом, как ежедневное умывание лица.

В то время как спорт, гимнастика, игры, правильное питание и уход за телом укрепляют ребенка, продолжительная работа на всякого рода производствах и тяжелая работа вообще нередко калечит молодой организм.

Дети, отданные, например, в учение к портнихам, от постоянного сидячего образа жизни, спертого воздуха начинают страдать малокровием; нередко у них искривляются кости позвоночника и таза. Особенно отражается труд на половых органах, вызывая их недоразвитие, а в будущем бесплодие.

Поэтому Кодекс законов о труде у нас запрещает брать на работу детей до 16 лет. Но жизнь толкает на другое, и нередко 12-летняя девочка 10 часов сидит не разгибая спины, обучаясь какому-либо ремеслу, или делает непосильную работу, таская воду и тяжелые мешки.

Вытянутое бледное лицо с запавшими глубоко глазами, узкая грудь, длинные худые руки и ноги — вот как можно обрисовать воспитывающегося так ребенка. Он легко подвержен туберкулезу, плохо растет, мало весит, рассеян, не способен к учению, к занятиям в школе. Еще хуже бывает, когда родители не понимают, почему ребенок плохо учится и, злобясь на него, бьют за недостаточные успехи в грамоте и ремесле. Создается

тогда не только физически больной, но и душевно исковерканный человек, не способный в будущем к творческой, самостоятельной работе.

Не меньшее значение для развития девочки играет среда, в которой она живет. Пьянство и разврат, свидетелем которых бывает подросток, бессонные ночи, которые он волей-неволей принужден проводить, живя в одной комнате со взрослыми, также тяжело отражаются на растущем организме.

Поэтому всякая мать, которая желает видеть в своем ребенке будущую здоровую женщину, должна уберечь его и от тяжелого труда и от бессонных ночей в табачном дыму и пьяной компании.

В то же время, отдавая детей в пионерские отряды, где игры разумно сочетаются с работой и учением, мать растит для себя здоровую смену, радость в своей будущей жизни.

III. ГИГИЕНА ДЕВУШКИ

Обычно в 14—15 лет у девушки приходят первые крови. С этого момента можно считать, что она достигла половой зрелости. У разных народов и жителей разных местностей крови приходят то раньше, то позже этого срока. Так, у восточных и южных народов обыкновенно менструации появляются к 11—12 годам, у северных — к 17—19 годам жизни.

Известно, что физический труд задерживает появление, первых кровей и наступление половой зрелости. Так, крестьянки нередко выходят замуж на 20-м году жизни и не носят еще кровей.

Обычно менструации продолжаются от 3 до 7 дней. Крови во время менструаций должны приходиться без болей и в таком количестве, чтобы женщина меняла в день не более 2 закладок. Выделения сгустков во время менструаций быть не должно. Некоторые женщины во время менструаций чувствуют слабость, усталость, сонливость. Нередко нагрубают груди, появляется чувство тяжести внизу живота. Все эти явления считаются нормальными и наблюдаются у многих.

Придя в первый раз, менструации бывают нередко очень обильны и продолжительны. В дальнейшем крови устанавливаются, т.е. начинают приходить аккуратно каждый месяц или каждые три недели. Правда, наблюдаются случаи, когда нет такой правильности, и промежутки между менструациями бывают, в несколько месяцев. Такие перерывы указывают, что организм окончательно еще не созрел. Также на общую слабость и неправильное развитие организма указывают болезненные или очень слабые месячные. Такие месячные наблюдаются у малокровных, недоразвитых, нервных девушек, нередко страдающих запорами и опущением внутренностей; боли во время месячных у них бывают очень резкими и заставляют девушку дни месячных проводить в кровати.

Помимо только что указанных признаков недоразвития женского организма, необходимо упомянуть о полном недоразвитии матки и влагалища и, наконец, о заращении девственной плевы, которая в норме имеет небольшое отверстие. Эти заболевания сказываются сильными схватками внизу живота в определенные числа каждого месяца. В то же время кровей не бывает. Все указанные признаки, наблюдающиеся в период появления первых месячных, требуют врачебного осмотра и наблюдения, ибо месячные являются первым показателем того, созрел ли организм девушки и насколько он здоров. Ни одна мать не должна упустить этого момента и должна во-время направить девушку к врачу.

Во время менструации девушка должна соблюдать большую опрятность. Необходимо подмывать наружные органы теплой водой и мылом, чтобы отмыть кровь, которая пристала к волосам, иначе она начнет разлагаться.

Среди женщин распространен взгляд, что во время менструаций менять белье не следует. Взгляд этот неправильный. Также большинство женщин во время кровей не носит закладок. Тогда кровь, стекает по бедрам, нередко распространяя скверный запах. Все это вызывает неприятное ощущение у менструирующей и окружающих.

Чтобы избежать этого, нужно носить закладку и менять ее не меньше 2 раз в день. Она должна быть сделана из чистого полотна или из марли. Закладку после употребления лучше всего сжечь или чисто вымыть и выгладить.

Во время менструаций женщина не должна работать на ножной машине, ездить на велосипеде, прыгать; должна избегать поднятия тяжести, не стирать белья, не мыть полов. Все это может отразиться на характере ее кровей и усилить общее недомогание, а нередко вызвать и заболевание.

Подобно тому, как питанием, и уходом за ребенком мы создаем здоровый физический организм, так правильным воспитанием ребенка создается психически здоровая женщина. Поэтому в период созревания девушки нужно избегать всего того, что могло бы направить ее мысли в сторону пробуждения полового чувства. Очень часто родители делают ошибки в этом отношении. При той скученности квартир, которая, наблюдается теперь, ребенок нередко бывает свидетелем всяких половых процессов, нередко слышит разговоры о половом акте, ругань и т. д. Все это не может не отразиться на подростке, который, вначале многого не понимая, начинает искать объяснений на стороне и находит их в самой развращенной форме.

Посещение театров, где ставятся пьесы, целиком посвященные любовным историям, кинематографов, где показываются бульварные романы, также губительно влияет на сознание ребенка.

Указанные ошибки родителей приводят нередко к тому, что девушка 15—16 лет вступает в половую связь или, в лучшем случае, начинает искусственно вызывать у себя половое удовлетворение, раздражая руками наружные, половые органы (онанизм). Все это чрезвычайно вредно.

И онанизм и ранняя половая жизнь отнимают у девушки огромные силы, останавливают развитие ее организма, не говоря уже о том, что онанизм нередко отражается на нервной системе ребенка.

И только здоровая обстановка в семье, ознакомление в школе с половым вопросом с научной точки зрения, разумное объединение мальчиков и девочек за совместным учением, совместные занятия спортом, играми — могут направить жизнь по здоровому руслу. При занятиях играми нечего бояться утомления ребенка. Воздух, вода, холод и тепло, если ими разумно пользоваться, ничего кроме пользы не принесут, а вместе с тем у девушки затихнут рано проснувшиеся половые чувства.

IV. ГИГИЕНА ЖЕНЩИНЫ

Гигиена брака Моментом окончательного полового созревания девушки и в то же время моментом выхода замуж мы должны считать возраст 21—23 года — в это время организм больше не растет, он окреп и беременность становится для него полезной и необходимой для последующего развития.

В первые же дни замужества женщине угрожает опасность от возможности заражения венерическими болезнями. Для того чтобы представить себе, насколько опасность эта действительно велика, необходимо взглянуть, что произошло у нас за годы империалистической войны и революции.

Венерические болезни Благодаря войне, миллионы молодых и крепких мужчин были оторваны от семьи и брошены на фронт. Лишенные общения с женщинами и в то же время привыкшие к половой жизни, эти люди искали возможности удовлетворить свои половые потребности. Солдаты заражались массами. Затем начались отступления.

Переходя на новые места, зараженные передавали заразу здоровым женщинам, а эти, в свою очередь, заражали новых здоровых мужчин. Война кончилась. Началась демобилизация. Вся масса больных вернулась в города. Затем наступил голод.

Тогда снова из городов люди двигались в деревни и туда приносили заразу.

Проституция Но не только война и демобилизация сыграли роль в росте венерических заболеваний. Не меньшее значение имеет и проституция. Тяжелые экономические условия, огромная безработица среди женщин, отсутствие хлеба и крова приводят женщину на улицу и заставляют продавать свое тело за деньги. Существовавшая до революции унижительная регистрация проституток, публичные дома с медицинским осмотром, высылка проституток из больших городов,— все это не давало никаких результатов, так как не велась борьба с тем, что проституцию порождает: с безработицей и эксплуатацией женщины. Теперь мы идем по другому пути. Уничтожены публичные дома, уничтожен медицинский осмотр, проституток устраивают на работу, стараясь их вернуть к честной трудовой жизни. Но тем не менее количество проституток велико и поныне. Встречаясь в течение одной и той же ночи с 2—3 мужчинами, проститутка, как правило, очень скоро заражается сифилисом или триппером. Заразившись, она принуждена скрывать свою болезнь, так как она иначе лишается заработка, а скрывая заболевание, она становится источником заразы и награждает каждого своего сожителя какой-либо венерической болезнью. Одна проститутка в остром периоде сифилиса может заразить десятки здоровых мужчин, а эти, в свою очередь, несут нередко заразу в семью, передавая сифилис жене или другой женщине, с которой они так же случайно сошлись, как с проституткой.

Проституция есть ужасное зло, тяжелая болячка, нарост на обществе. Проституцию рождает бедность, но поддерживает и питает ее пьянство. Благодаря культурной работе, благодаря ознакомлению масс с понятиями о венерических болезнях трезвого всегда можно удержать от сожительства с проституткой. Пьянство уничтожает эту преграду, и потому венерическими болезнями больше всего заболевают пьяные, на следующий день не помнящие, где они провели ночь.

Итак, если учесть массовые народные передвижения во время войны, демобилизации, большое количество проституток, алкоголизм, то станет понятным, что хотя трудно точно сказать, сколько в Союзе больных венерическими болезнями, но во всяком случае число их очень велико.

Сифилис Мы знаем две наиболее распространенные венерические болезни: сифилис и триппер. Сифилисом можно заразиться в тех случаях, когда здоровый входит в какое-либо соприкосновение с больным: через поцелуй, через папиросу, бывшую во рту у сифилитика, через посуду, недостаточно вымытую, и легче всего путем полового сношения.

Сифилис страшен тем, что нет у человека такого органа, который бы сифилис не поражал: сердце, легкие, печень, почки, головной и спинной мозг. Первый признак сифилиса — это язвочка, которая появляется на месте проникновения заразного начала.

Затем, через 2—3 недели на теле появляется сыпь, а в дальнейшем начинается разрушение всего организма. Нелеченный или плохо леченный сифилис передается потомству. От сифилиса у женщин происходят аборт и преждевременные роды. Дети, родившиеся от сифилитиков, быстро умирают.

Нередко сифилис протекает так, что больной не знает, что он болен. В особенности легко может не заметить сифилиса тот, который много и тяжело работает, кому трудно обращать внимание на маленькую язвочку во рту или на половых органах и кто привык считать, что сифилисом можно заразиться только при половом сношении.

Мы знаем много случаев, когда сифилис годами не дает себя чувствовать и потом внезапно сказывается, поражая сердце, головной или спинной мозг. Когда же у этих больных спрашивают, болели ли они сифилисом, то оказывается, они не подозревали, что у них была такая страшная болезнь.

Гонорея Второе заболевание, которое угрожает женщине в первые дни ее замужества — это гонорея, или триппер. Существует взгляд, что триппер — болезнь

неопасная и ни к каким серьезным последствиям привести не может. К сожалению, это далеко не так. Правда, триппер мужчину редко делает нетрудоспособным, но и для него эта болезнь далеко не безразлична.

Что же касается женщины, то триппер, поражая половые органы, делает женщину нередко живой развалиной. Женщины, больные триппером, страдают белями, сильными болями в пахах, в пояснице, неправильными и обильными кровями. Они редко могут родить или, родив раз, заболевают после родов и часто навсегда остаются бесплодными.

Триппер, в противоположность сифилису, передается почти исключительно при сношении. На 3-й день после сношения у женщины появляется небольшая резь при мочеиспускании, незначительный зуд в переднем проходе и начинают выделяться сперва белые, потом желтоватые бели.

Ввиду того, что все эти явления часто протекают очень слабо, женщина, которая не следит за собой и считает, что до замужества у ней было что-то похожее на эти бели, редко обращается в это время к врачу. Обращаются обычно за помощью только тогда, когда болезнь уже распространилась далеко.

С другой стороны, женщины, больные триппером, иной раз долго не чувствуют своей болезни, но достаточно бывает промочить ноги, тяжело поработать, как триппер обостряется и дает себя чувствовать через несколько месяцев после заражения.

На этой почве бывают удивительные случаи. Бывает так, что муж, заразив жену, вылечивает свою болезнь. Женщина не чувствовала себя больной и не лечилась. Прошло некоторое время, триппер появился у женщины. Она его теперь передает своему мужу, который уже вылечился. И муж готов винить свою жену в том, что она заразила его, а не он ее.

Объясняется это тем, что гонококк (так называется микроб, вызывающий триппер) гнездится в складках влагилица и находится как бы в спячке. Но сильное возбуждение во время сношения, вино, выпитое в большом количестве, иногда легкое общее заболевание, могут вызвать его к жизни, и начинается повторение заболевания.

Вот почему, зная как скрытно протекают, сифилис и триппер, нужно, совершенно не стыдясь, потребовать от своего будущего мужа гарантию в том, что он здоров. Лучше всего, чтобы муж побывал у врача. На-слово здесь верить трудно.

Гигиена половой жизни Советская власть, заботясь о здоровьи трудящихся, установила закон, по которому вступающие в брак обязаны сообщать друг другу, здоровы ли они. Это дает возможность официально спросить о том, что и теперь часто считается стыдным спрашивать, когда мужчина и женщина начинают жить половой жизнью.

С другой стороны, первое время после выхода замуж нужно очень внимательно относиться ко всяким изменениям в половых органах и при появлении язвочки, зуда в переднем проходе следует немедленно обратиться к врачу за помощью. Триппер и сифилис, сразу замеченные, легко поддаются излечению. Женщина может вылечиться окончательно. Но если она свою болезнь запустит, вылечиться ей будет трудно и не всегда возможно.

Вопрос о здоровьи женщины и возможности заражения венерическими болезнями тесно связан с понятием о браке и половых взаимоотношениях вообще. Все указанные выше предосторожности не могут спасти, если будет существовать легкое и свободное отношение к половой жизни, когда случайно сходятся люди, не знавшие и не видевшие друг друга раньше никогда. Каждая «легкая» встреча несомненно говорит, что и в прошлом у мужчины были такие же встречи, что они могли быть с проститутками. Учитывая, что проститутки почти поголовно больны сифилисом или триппером, всегда можно предполагать, что мы имеем дело уже с больным, человеком. Вторая сторона вопроса заключается в том, что нередко в жертву половым наслаждениям приносится все дорогое в жизни: семья, работа, среда. Если это делается открыто — в этом полбеда, ибо бывшие муж и жена знают, что половых встреч больше быть не должно. Когда же это

делается тайно,— возможность внесения в семью венерической болезни становится очень вероятной.

Не только вопрос о возможности заболеть венерическими болезнями должен встать перед женщиной перед выходом замуж, но и вопрос о здоровье мужчины вообще. Туберкулез, всякие психические расстройства, алкоголизм, употребление всяких наркотических средств вроде кокаина, морфия, так же страшны в браке, как и сифилис. Не говоря уже о том, что брак с таким мужчиною не даст здорового потомства (а для матери нет ничего более ужасного, как больной ребенок), но все половые взаимоотношения, самое сожителство с алкоголиком, наркоманом (употребляющим кокаин, морфий) становится подчас нестерпимым. Кроме того, нужно сказать, что не только постоянное отравление организма алкоголем или наркотиками служит причиной рождения слабых детей, но зачатие хотя бы от случайно выпившего мужа ведет иногда к таким же последствиям.

Из всего сказанного совершенно ясно, что к половым взаимоотношениям нужно подходить чрезвычайно осторожно и серьезно, ибо только при таких условиях женщина сможет уберечь себя и родить здорового ребенка. Переходя к вопросу о значении половой жизни, мы должны сказать, что она может в некоторых случаях оказать огромное положительное влияние на весь организм женщины. Уже теперь учеными совершенно определенно доказано, что сперма мужчины (мужское семя), попадая во время сношения во влагалище, всасывается женским организмом и влияет на него. Этим отчасти объясняется, что у девушек, страдающих болями во время месячных, после выхода замуж боли эти проходят, а самые месячные начинают ходить более правильно, чем раньше. Весь организм заканчивает свое развитие под влиянием половой жизни: увеличиваются груди, развивается бóльшая округлость бедер, усиливается растительность на лобке, в крови появляются новые химические вещества.

Но, с другой стороны, половая жизнь может иметь и свои отрицательные стороны. Бурные и очень частые половые сношения, отсутствие у женщины полового удовлетворения, могут служить причиной заболеваний. Особенно это нужно сказать про половое неудовлетворение, которое, не будучи само по себе особенно вредным для организма, в случае заболевания женских половых органов усиливает боли, бели и ухудшает общее течение болезни.

Здесь же нужно отметить, что большое количество замужних женщин не получают полового удовлетворения, но это не мешает наступлению у них беременности. Происходит это от того, что у женщины наступление беременности не находится в связи с половым удовлетворением, как это бывает у мужчины, который всегда получает удовлетворение в момент извержения семени.

Женщины редко обращаются к врачам по поводу полового неудовлетворения, несмотря на то, что удачное разрешение этого вопроса приносит иной раз бóльшую пользу, чем обычное лечение жалоб пациентки, и избавляет женщину от болей, которые обычно приписываются несуществующему воспалению яичников.

Причины полового неудовлетворения врачам еще недостаточно ясны.

Иной раз здесь играет роль грубое обращение мужа с женой, особенно в первое время половой жизни. Резкая боль при нарушении девственной плевы и боязнь половой жизни также могут послужить моментом для развития полового неудовлетворения. Наконец, имеет значение строение половых органов женщины, недоразвитие половых губ и клитора. Половое неудовлетворение может быть постоянным или временным, усиливаться или уменьшаться в зависимости от здоровья женщины и душевного ее состояния.

Первое половое сношение вызывает у женщины значительную боль вследствие разрыва пленки, закрывающей передний проход (так называемая девственная плева). Разрыв этот иногда сопровождается значительным кровотечением, зависящим иной раз от

грубого обращения. Нередко бывает, что разрыва девственной плевы не происходит при первой попытке к сношению, так как плева оказывается очень плотной.

Тогда повторные попытки становятся очень болезненными вследствие небольших ссадин на губах. Боль эта вызывает сопротивление женщины, чем еще более усложняется акт сношения, и получаются новые ссадины. Эти ссадины могут загрязниться, на них появятся налеты, и сношение вследствие болезненности произойти уже не может.

В таких случаях нужно прекратить всякие попытки и обратиться к врачу. Если разрыв плевы наступил сразу, надо дать некоторое время ранкам зажить и только тогда вновь приступить к половой жизни. Можно посоветовать, во избежание могущих получиться ссадин, смазывать первое время половые органы вазелином.

После половых сношений нужно лишь подмываться. Спринцеваться нет никакого смысла, если не преследуется цель обезопасить себя от беременности. Кроме того, спринцевания не спасают от возможности заражения венерическими болезнями, как некоторые считают.

Гигиена менструаций Во время менструаций нельзя иметь, половых сношений. Во время менструаций кровей канал матки слегка раскрывается, а самая матка представляет как бы обнаженную рану. Поэтому всякого рода микробы (микробами называются мельчайшие организмы, вызывающие болезни), которых очень много на волосах и на половом органе мужчины, могут легко попасть в матку и вызвать ее заболевание. Кроме того, во время сношения всегда получается сильный прилив крови к матке. От этого месячные могут стать обильными, могут появиться сгустки.

Что касается широко распространенной привычки делать спринцевания во время месячных, то ее нужно признать крайне вредной и совершенно ненужной. Если спринцеваться холодной водой, то резкая разница между температурой тела и воды может вызвать общее заболевание половых органов. Горячие спринцевания усиливают общий прилив крови и ведут к обильным менструациям.

У женщины месячные должны проходить всегда в одно и то же время и через одни и те же сроки. Нередко от того, что женщина много работает, переутомляется, нервничает, крови могут задержаться или прекратиться на некоторое время. Употребление всякого рода средств, способствующих усилению или появлению кровей, считается абсолютно вредным. В то же время нет никакой опасности для организма, если месячные задержались или начали ходить менее обильные, или стали менее продолжительными. Все это само по себе может пройти и всякое вмешательство лишь только повредит. Соблюдение всех указанных здесь правил гигиены во время менструаций является крайне необходимым, так как мы знаем много случаев, когда неправильный уход за наружными половыми органами во время месячных приводил к довольно тяжелым заболеваниям женской половой сферы.

Беременность У всякой здоровой женщины, если здоров ее муж, вскоре после выхода замуж наступает беременность. Отсутствие беременности, если женщина хочет иметь ребенка, всегда говорит о том, что у супругов имеются какие-либо заболевания. В чем они заключаются — может решить врач, который и даст соответствующее указание.

Каким же образом происходит беременность?

Как было сказано выше, яйцо, выйдя из яичника, попадает в трубу. В трубу же с другого конца матки двигается живчик, который оплодотворяет яйцо. Матка тем временем уже подготовилась для встречи яйца, ее оболочка разбухла, и яйцо, погрузившись в нее, начинает развиваться. Яйцо, для того чтобы питаться, пускает как бы корни в матку.

Чем больше становится плод, тем больше и крупнее становятся эти корни и, сплетаясь между собою, образуют так называемый послед, или детское место. От последа к ребенку тянется пуповина. Через послед из крови матери ребенок до рождения получает питательные вещества. Чем больше растет ребенок и чем больше послед, тем больше

становится матка. Так, величина небеременной матки равна величине спичечной коробки; матка с ребенком в конце беременности занимает почти весь живот.

Первое время ребенок в матке принимает самые разнообразные положения. Он лежит, окруженный водами, и как бы плавает в них. Лишь к концу беременности он устанавливается окончательно.

В большинстве случаев ребенок лежит вниз головой. Но в известном проценте случаев ребенок устанавливается вниз ягодицами. Как в первом, так и во втором случае ребенок может родиться сам, а потому такая беременность считается правильной.

Если беременность протекает благополучно, то приблизительно в 4 с половиной месяца беременности женщина

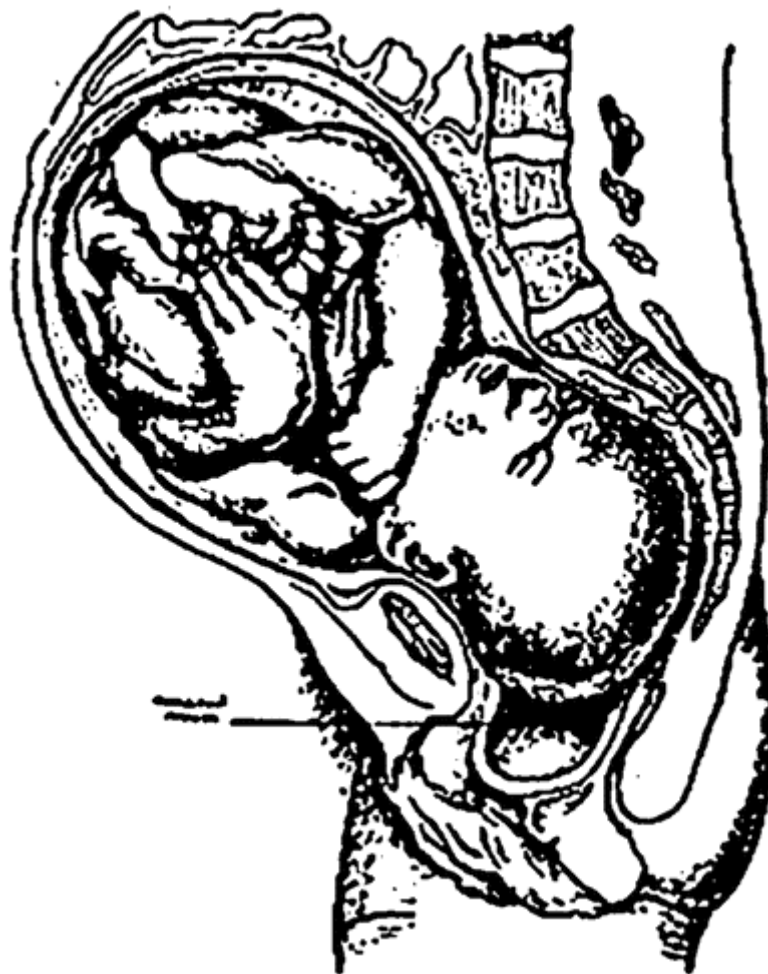


Рис. № 3. Наиболее часто встречающееся положение плода (вовремя родов).

начинает ощущать движения ребенка, а через 40 недель после последних кровей у женщины наступают роды. За месяц до родов женщина чувствует, что у нее как будто опустился живот и стало легче дышать.

Роды Роды сказываются в том, что появляются схватки. При каждой схватке шейка матки, которая во время беременности бывает закрыта, начинает постепенно раскрываться. Когда шейка раскрылась, проходят воды, которыми был окружен ребенок. Вскоре рождается ребенок, а через 30—40 минут вслед



Рис. № 4. Женщина с нормальным тазом.

за ребенком выходит послед (детское место). Но далеко не так просто и легко проходят иной раз роды. У женщин, болевших рахитом, у работниц и крестьянок, которым приходилось в детстве тяжело работать, иногда изменяется таз; при измененном тазе роды бывают тяжелые, и часто женщина сама родить не может. Приходится делать операцию — извлекать ребенка через живот или щипцами. Нередко беременность осложняется кровотечением. Происходит это или от того, что детское место прикрепилось неправильно, или стало отделяться от матки прежде чем родился ребенок и раскрылась матка. Наконец встречается поперечное положение: тогда плод родиться без помощи врача не может и приходится его поворачивать. Нередко вовремя самых родов

наблюдаются кровотечения, и, наконец, бывают случаи, когда послед не выходит сам и его нужно отделять рукой.

Таким образом, беременность и роды, будучи вполне естественными явлениями, нередко протекают неправильно.



Рис. № 5. Женщина с узким тазом. (Рахитический плоский таз.)

Поэтому всякая беременная должна показываться время от времени врачу. Врач не только должен определить, правильно ли проходит беременность, но должен решить вопрос, может ли данная женщина иметь ребенка.

Помимо тех тяжелых осложнений беременности, на которых мы остановились, всякая нормальная беременность производит большие изменения в женском организме. Работа сердца, работа легких, печени, почек становится



Рис. № 6. Выпадение ручки во время родов. Последнее может наступить, если женщина не посещает консультации и, не зная о поперечном положении, ребенка, или родит дома или поздно поступает в родильный дом.

очень напряженной. Сердце почти у каждой беременной становится больше, работает сильнее, работает на двоих: на мать и на ребенка. С другой стороны, легкие должны уменьшить свою работу, так как матка, которая заняла весь живот, не дает возможности им расправиться и дышать свободно. Еще больше отражается беременность на почках, которые не справляются под конец беременности со своей задачей, и нередко у беременных мы видим отеки голеней и лодыжек. Так же страдает и печень. Остается указать на растяжение маткой передней стенки живота, что в дальнейшем ведет к запорам и вялости кишечника. Словом, на всех органах так или иначе отражается беременность. Вот почему уход за организмом в это время должен быть особенно тщательным и серьезным.

Гигиена беременности Уже в самом начале беременности женщина жалуется на тошноту и рвоту. Значительную помощь в этом отношении может оказать утренний завтрак из хлеба и чая, который нужно съесть рано утром в кровати, не подымая головы с подушки. Во время

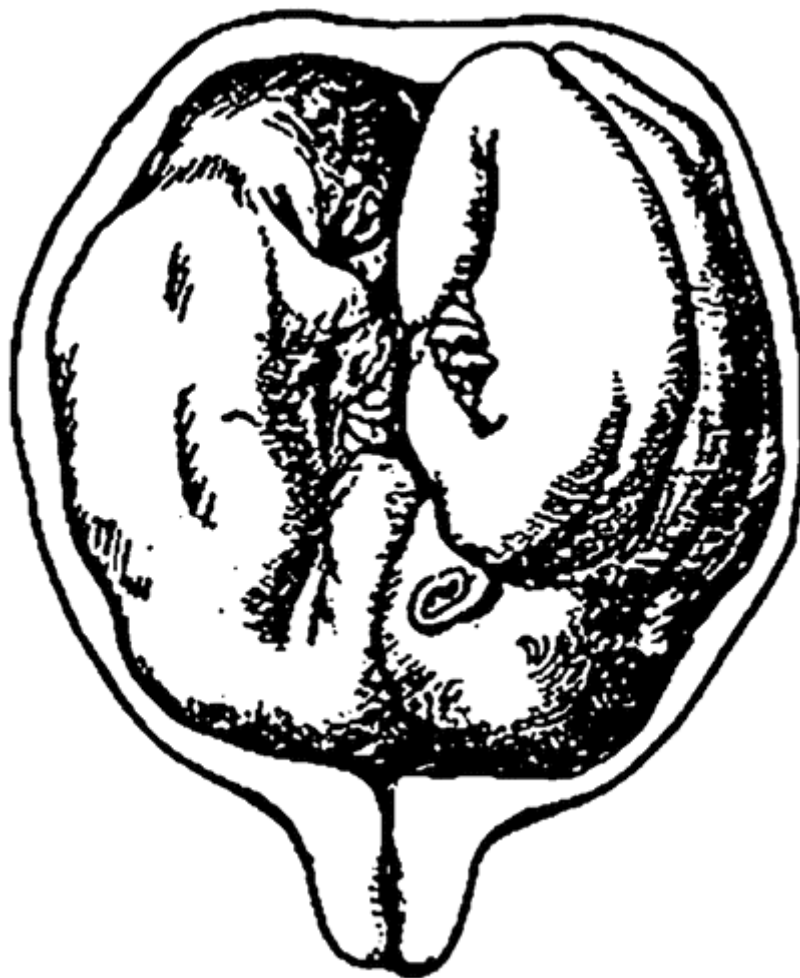


Рис. № 7. Беременность двойней.

беременности часто появляются запоры. В таких случаях, как только появятся первые неправильности со стороны кишечника, следует выпивать натощак стакан холодной воды или с'есть чашку простокваши. Нередко дают хороший результат с'еденные натощак чернослив, сырые яблоки, груши. Наконец можно получить хорошие результаты от такого простого средства, как огуречный рассол, который можно подсластить медом (1 чайную ложку меда на стакан рассола, дать сутки простоять в теплом месте, вскипятить и пить натощак по $\frac{1}{4}$ стакана).

В случае, если эти домашние средства не помогают, следует обратиться к врачу или начать ставить клизмы и принимать легкие слабительные (лакричный порошок). Вообще же нужно помнить, что для беременной очень вредно, если кишечник ее не опорожняется ежедневно, так как это может служить причиной послеродового заболевания. Одновременно с запорами у беременных наблюдается развитие геморроидальных шишек в заднем проходе. Заболевание это довольно мучительное, хотя опасности большой не представляет. Ежедневное опорожнение кишечника иной раз дает результат. При болезненности или ущемлении шишек следует немедленно обратиться к врачу.

Питание Беременная женщина должна питаться так же, как она питалась раньше. Никакой диеты не требуется, лишь нужно есть поменьше мяса и яиц. Ограничивать себя в питье воды также не следует. Иные беременные мало пьют, потому что боятся, что у них будет много вод в матке или у ребенка будет водянка головы, но это неверно.

Так же ложно представление, что беременная должна мало есть, когда у нее суженный таз, или много есть, когда ей хочется получить большого ребенка. Все расчеты

иной раз оказываются ошибочными, и всякое ограничение пищи или увеличение ее следует делать лишь по назначению врача.

Иной раз у женщин появляется желание есть мел, уголь. Потребность эта вызывается тем, что ребенок нуждается в этих веществах. Тем не менее употребление этих веществ лучше избегать, так как они вредно отражаются на работе желудка и кишек. У некоторых женщин во время беременности наблюдается сильная изжога. Чтобы уменьшить ее, не следует есть тяжелой пищи: черного хлеба, картошки, овощей; хороший результат дают иной раз минеральные воды (Боржом) или небольшое количество соды (на кончике ножа) с водой.

Во время беременности совершенно запрещается употребление спирта, вина, пива и всяких острых веществ.

Особенное внимание должно быть обращено на лечение зубов. Еще 15 лет тому назад американцы убедились, что нередко больные зубы служат причиной тяжелых послеродовых заболеваний. Кроме того, очень часто зубы во время беременности портятся. Во всех случаях, когда зубы испорчены, их нужно лечить, хотя бы на последнем месяце беременности. Можно не бояться их рвать, но при условии, что это будет сделано безболезненно, под местным наркозом. Представление о том, что удаление зубов у беременной может вызвать выкидыш,— неверно.

Отеки Нередко во время беременности появляются отеки на лице, на ногах. Во всех таких случаях следует обратиться к врачу, который выяснит причину этих отеков.

Отеки обычно указывают, что или болят почки, или сердце начинает хуже работать. В первом случае врач назначает для беременной особую пищу, укладывает в постель; в случае же болезни сердца больной дают указания, как вести себя, чтобы сердце не переутомлялось и не ослабело после родов.

Отеки у беременных очень часто встречаются одновременно с расширением вен на ногах. Причина таких расширений лежит, с одной стороны, в общей слабости организма, а с другой — в давлении на сосуды беременной матки. Расширения иногда изъязвляются, и тогда заживление ран бывает очень продолжительным. Лучшим способом борьбы является надевание на ноги тугих резиновых чулок. Если же чулок нет, то тугое бинтование ноги от голени до самого верхнего места расширения вен также дает хорошие результаты. Забинтовать ноги надо с утра, когда и расширения и отек ноги бывают гораздо меньшими. При бинтовании нужно помнить, чтобы наверху нога не была забинтована туже, чем внизу,— иначе получится еще более расширение вен на голени. При расширении вен рекомендуется спать с приподнятыми ногами, а днем ложиться отдыхать на 10—15 минут. Наконец, при этом заболевании следует избегать мясной пищи и мясных бульонов.

Работа Женщина во время беременности должна избегать всякого тяжелого труда: не мыть полов, не стирать белья, не колоть дров, а за два месяца до родов оставить вообще всякий труд. Тяжелая работа бывает нередко причиной преждевременных родов и выкидышей; сидячее положение во время работы в канцеляриях приводит к застоям в ногах и к расширению вен на нижних конечностях. Не меньшую опасность представляет работа на фабриках, где приходится иметь дело с свинцом, цинком, мышьяком (типографии и производство красок). Все эти виды труда также сильно ослабляют организм беременной, вызывая нередко преждевременные роды. Поэтому Кодекс о труде запрещает брать беременных на тяжелые работы и на химические производства, местные фабричные организации снимают с ночных дежурств и переводят беременных на более легкий труд. Но в домашнем крестьянском быту, мы часто видим, как до последнего дня женщина работает в поле, таскает огромные тяжести, надрывается и нередко даже родит на меже. Вред для организма получается огромный, и немудрено, что крестьянская женщина, перенесшая одни роды, похожа на старуху, что она страдает вечными болями в пояснице, в ногах, запорами и опущением внутренностей. Самая тяжелая жизнь не может служить оправданием такого насилия над женщиной, так как не заставляют же жеребую

лошадь работать до последнего дня и находят возможность дать ей отдохнуть. Неужели женщина имеет не больше прав? Кроме того это просто невыгодно, так как только тот может хорошо работать, кто разумно отдыхает.

Прогулки Беременная должна больше гулять, нужно только не уставать ей во время этих прогулок. Поездки, не сопряженные с большой тряской (на извозчике, в поезде), опасности не представляют. Что касается езды в автобусах, то лучше ее избегать, так как сотрясение при езде бывает большое, а это опасно в смысле выкидыша.

Одежда Костюм должен легко и свободно облегать тело. Нижняя юбка и штаны должны держаться на лифчике или на шлейках; юбку не следует затягивать вокруг живота. Подвязки также должны быть приделаны к лифу, не должны быть круглыми и обхватывать ногу. Подвязки, а иной раз просто веревочки, перетягивающие ногу, вызывают застой крови и расширение вен. Ноги начинают опухать, а в дальнейшем могут появиться язвы. Наконец беременная должна носить ботинки с низкими каблуками и широким носом.

Уход за телом Раз в неделю надо принимать ванну в 28 градусов или бывать в прохладной бане. Как ванна, так и баня требуются только для чистоты, но не для того чтобы было легче родить. Во время беременности следует приучить себя ежедневно утром обмывать грудь холодной водой. Летом до конца беременности можно купаться как в море, так и в реке, если вода не очень холодна.

Уход за сосками В последние месяцы беременности необходимо обратить внимание на соски и приготовить их к периоду кормления. Нужно пришить против соска кусок плотной материи, а сосок обтирать ежедневно каким-либо уплотняющим раствором.

Простым средством в этом случае является китайский чай, крепко заваренный. Его можно смешать пополам с красным вином (если такое имеется) и этим составом обтирать соски по 1 минуте ежедневно: От постоянного трения о материю сосок загрубеет, а от чая кожа его станет как бы дубленой. Тогда не будет трещин во время кормления. Чай можно заменить вазелином или каким-либо другим жиром и ежедневно обтирать им соски. При таком уходе сосок станет мягким, также не будет трескаться, и результат получится такой же, как от дубления чаем. Остается упомянуть, что корочки, которые часто образуются на соске, должны быть отмыты теплой водой, прежде чем сосок начнут натирать чаем или вазелином. Наконец самые груди нужно поддерживать и приподнимать лифчиком, чтобы они не отвисали.

Уход за брюшной стенкой Начиная с 8-го месяца беременности женщина должна начать уход за животом. Так как матка растет, то живот растягивается. Нередко бывают боли на этой почве. Если живот сильно растянется во время беременности, он будет недостаточно хорошо помогать матке выталкивать ребенка во время родов.



Рис. № 8. Бандаж для подвязывания живота беременной.

Нередко в деревнях, а иной раз и в городе, беременные подвязывают живот веревкой, свернутым полотенцем, при чем подвязывают его снизу и делают это для того, чтобы живот не мешал во время работы. От такого подвязывания получается только вред, так как стенка живота еще больше растягивается, тогда как нужно добиваться обратного. Живот необходимо подвязывать широким полотенцем или простым бандажем без костей, который охватывал бы живот на пространстве от пупка до лобного сочленения. Живот не следует бинтовать туго, и бандаж должен только его поддерживать.

Уход за половыми органами В течение всей беременности волосы на лобке следует тщательно мыть два раза в день мылом и теплой водой. Мыть надо по направлению от переднего прохода к заднему, а не наоборот; в противном случае можно вызвать загрязнение влагалища. Спринцеваться следует лишь по указанию врача, при чем делать это нужно весьма осторожно: кружку вешать невысоко, лежать во время и после спринцевания. Вода должна быть не теплее парного молока, наконечник желательно иметь с маленькими дырочками.

Половая жизнь В течение беременности половые сношения должны быть редки. Их нужно избегать в первые два месяца беременности, так как во время сношения бывает сильный прилив крови к половым органам, и может, получиться выкидыш. Сношения в последний месяц ведут как к заболеванию после родов, так и к преждевременным родам, вследствие раннего отхождения вод. В остальное время сношения могут быть разрешены, но только не в те сроки, когда должны были бы притти крови, если бы не было беременности.

Так, например, если 5 числа были крови, то нельзя иметь сношений от 1-го до 10-го и т. д. Если во время сношения покажется кровь, необходимо обратиться к врачу.

Остается упомянуть о довольно часто встречающемся явлении во время беременности — это о болях. Боли бывают внизу живота, в пахах, часто в ногах. Во всех таких случаях следует обращаться к врачу, хотя нужно сказать, что в большинстве случаев ничего серьезного боли эти не представляют и находятся в связи с беременностью. Обычно после родов они прекращаются.

Гораздо большее значение имеют головные боли, особенно в последние месяцы беременности. Наличие таких болей, сонливость днем, бессоница ночью, при одновременном появлении отеков и белка в моче, могут говорить о приближении приступа эклампсии (припадки во время беременности и родов, когда женщина теряет сознание, прикусывает язык, нередко умирает).

Гигиена родов За некоторое время до родов женщина должна решить вопрос: где рожать? Разумеется, рожать нужно в родильном доме, и в него нужно направляться с момента появления первых схваток. Как бы правильно ни проходила беременность, никогда не известно, какие будут роды. Иной раз женщине необходимо оказать немедленную помощь. Пока найдут врача, женщина может погибнуть. Дома никогда не может быть так чисто, как в приюте. Роды же требуют особой чистоты и особых приготовлений на случай операции.

Тем не менее, мы часто видим, что женщина родит дома, и помощь ей оказывает простая бабка.

В этом еще не было бы столь большой беды, если бы все роды проходили нормально. Вся опасность родов с бабками заключается в том, что если роды начинают протекать неправильно, бабка нередко с испугу, нередко из-за грубого непонимания в чем дело, начинает без толку рвать пузырь, тащить ребенка, подвешивать роженицу, сажать ее в печь — словом, творить те ужасы, следствием которых является чаще всего смерть матери. Но даже когда роды протекают благополучно, бабка без всякой нужды исследует женщину и не считает нужным вымыть руки, хотя бы слегка, водой, между тем как врач и акушерка или совсем не исследуют женщин, или перед тем, как исследовать, моют руки 15 минут, обтирают их спиртом. Следствием такой небрежности повитух являются тяжелые послеродовые заболевания матерей.

Родить дома часто заставляет женщину боязнь оставить квартиру без присмотра, детей без обеда и т. д.

Вот отсюда вытекает уже третий вред родов на дому. Когда женщина находится в приюте, она подчиняется правилам и начинает ходить тогда, когда ей разрешает врач. Дома она — хозяйка; и на второй день после родов уже нередко моет полы, считая, что ее это заставляет делать нужда.

В течение того времени, пока женщина находится в родильном доме, она должна соблюдать возможную опрятность: не касаться руками наружных половых органов, не засовывать между ног простыни и не вытирать простыней выделений. Если женщина лежит в общей палате рядом с другими родильницами, никогда не следует ей приходить в какое-либо соприкосновение со своей соседкой: здороваться, брать вещи. При соприкосновении одной женщины с другой, хотя бы через рукопожатие, возможна передача послеродовой инфекции (заразы).

Когда всё же обстоятельства складываются так, что женщина родить в родильном доме не может, то необходимо заранее подготовиться к родам на дому. Очень важно перед родами побывать в консультации, чтобы приблизительно выяснить, правильные ли будут роды. Одновременно необходимо условиться с акушеркой, чтобы ее можно было вызвать при появлении первых схваток, а также следует заранее приготовить для родов 4—5 простынь, 2—3 рубашки, мыло и побольше кипяченой воды. На первые дни после родов важно или взять помощницу или просить, родных, чтобы они позаботились о детях, о родильнице и о хозяйстве. В случае, если после родов начнется заболевание, нечего надеяться на авось, а следует немедленно вызвать врача или акушерку, так как чем раньше начать лечение послеродового заболевания, тем бывает лучше.

Гигиена послеродового периода После родов женщине разрешается встать на 6-й день, если у нее не было ни первого периода, жара, ни озноба, ни болей внизу живота. Выйти на прогулку можно на 10-й или 11-й день.

Не столь вредно раннее вставание, как вредна ранняя работа. Необходимо два месяца после родов не делать ничего тяжелого. У женщин, начавших рано работать, нередко получается выпадение матки или ее опущение.

В особенности в это время вредна ножная работа. При ней получается прилив крови к матке, которая начинает неправильно сокращаться и перегибается к пояснице.

После родов нужно позаботиться о том, чтобы живот хорошо сократился и не остался таким, каким он был во время беременности. Для этого его нужно туго бинтовать в течение хотя бы 3 недель или носить бандаж, показанный на рис. 9.

Для того чтобы не получилось неправильного положения матки после родов, следует больше спать на животе и начиная с 3-ей недели делать гимнастику: лежа на спине, нужно подниматься без рук (руки сложить на груди). Такие упражнения следует делать на протяжении 6 месяцев. Первое время под голову следует подкладывать подушку, чтобы было легче подняться. В дальнейшем подушку можно убрать. Гимнастические упражнения нужно делать утром перед вставанием и вечером перед сном. Достаточно, если такие приподымания будут повторены утром раз 8—10 и вечером раз 5—6.

Нередко родильница страдает запорами. Так же, как и до родов, слабительные и клизмы вредны, и их нужно избегать. Лучше всего есть простоквашу, фрукты и овощи. Указанные выше гимнастические упражнения дают прекрасные результаты в борьбе с запорами; запоры нередко исчезают быстрее, чем от слабительных.

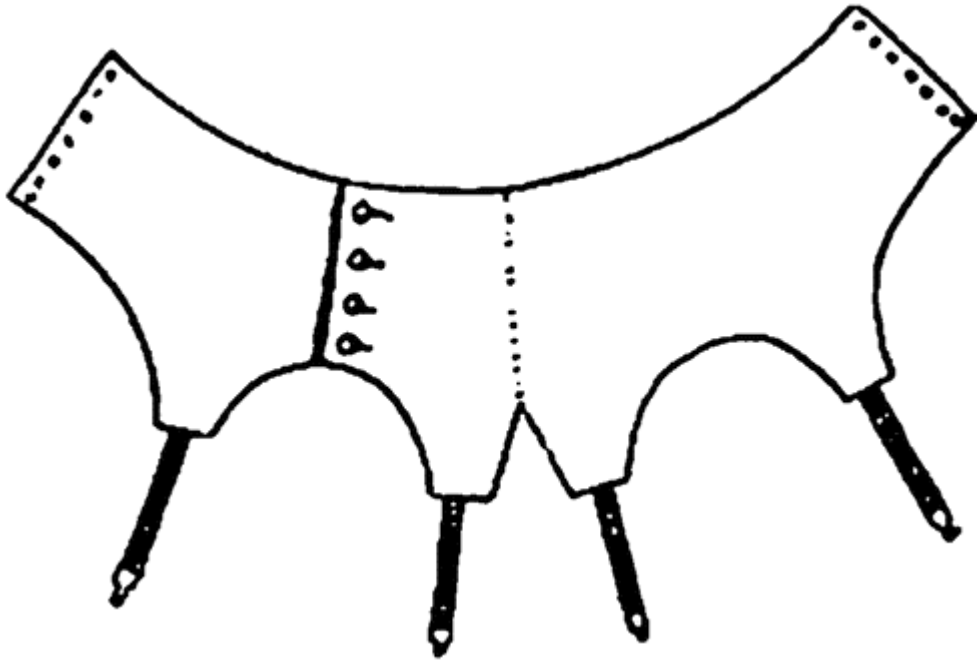


Рис. № 9. Бандаж, который нужно носить после родов.

Соски попрежнему требуют за собой ухода: только теперь их не нужно обтирать чаем, как до родов, а следует перед и после каждого кормления просто обмывать чистой водой. При появлении красноты, припухлости, болезненности груди и сосков немедленно нужно обратиться к врачу.

Женщина должна сама кормить грудью. Это важно не только для ребенка, но и для матери: чем правильнее происходит кормление грудью, тем лучше сокращается матка. Через 6 недель после родов женщина может пойти в негорячую баню. С этого же времени женщина может начать жить половой жизнью, показавшись предварительно врачу.

Обычно на 8—9 месяце, иной раз позже, у кормящей матери появляются первые крови. Правда, бывают случаи, что крови проходят и устанавливаются через 2—3 месяца после родов. Носит ли женщина крови во время кормления или нет, вреда от этого для неё не получается. С того момента, как пришли крови, женщина вновь может стать беременной, но в то же время беременность может наступить и без кровей.

Аборт Нередко тяжелые экономические условия в наше время толкают женщину на аборт.

Советская власть, понимая, что бороться запретительными мерами с абортом не представляется возможным, разрешила открыто делать аборт, поставив их производство в такие условия, чтобы здоровью женщины угрожала наименьшая опасность. Но и теперь мы часто видим, что судьба женщины находится в руках невежественных бабок, которые шпильками, гвоздями, деревянными палочками делают искусственный выкидыш. Когда бабка вводит такой инструмент в матку, с целью повредить зародыш и вызвать выкидыш, она нередко протыкает матку, вместо того чтобы повредить яйцо. Очень часто бабка не знает, что она нанесла женщине такой вред, и опускает ее домой, а беременная умирает. В других случаях бабка понимает, что случилось осложнение, но боится об этом сказать, думая, что, авось, пройдет и так. Если же, по счастью, бабка не проткнула матку, яйцо начинает гнить, появляется озноб, нередко кровотечение, которое продолжается, пока зародыш не выйдет целиком. Следствием таких абортных случаев бывают не только заболевания, оставляющие след на всю жизнь, но нередко и смерть.

Аборт, сделанный врачом, отличается от аборта бабки тем, что врач кипятит инструменты, моет руки, начинает и доводит до конца операцию, удаляя целиком из матки плод тогда как бабка только повреждает его. Но это не значит что аборт, который делает врач, совершенно безопасен. Известны случаи, когда очень опытные врачи,

совершая операцию, делали отверстие в матке,— и приходилось вскрывать живот женщины, чтобы матку зашить или удалить ее целиком. Возможно и другое осложнение: врач может недостаточно хорошо вычистить яйцо,— тогда в дальнейшем получается кровотечение, и операцию приходится повторять. Советская власть, учитывая, что у врача могут быть осложнения и во время аборта может понадобиться немедленно другая, более сложная операция, разрешила делать аборт только в больницах, а не на квартире, так как только в больнице могут быть приспособления на случай, если придется делать чревосечение по поводу разрыва матки.

Чем больше времени прошло со времени наступления беременности, тем опаснее аборт. Лучше всего делать операцию, когда исполнилось ровно два месяца, так как ранние аборт в одну или полторы недели задержки не всегда бывают удачны. Первобеременной всегда лучше отсоветовать аборт, так как, во-первых, аборт делать ей очень трудно и опасно, во-вторых — известно много случаев, когда после первого аборта беременности больше не наступало. Также всегда нужно отсоветовать делать аборт женщине, болевшей когда-либо воспалением матки или яичников. Операция большей частью вызывает повторение заболевания» иной раз в очень тяжелой форме. Итак, мы видим, что, как бы хорошо ни был сделан аборт, он представляет собой опасность и несомненный вред. Целый ряд заболеваний, начиная от перегибов матки кзади, кровотечений и кончая осложнениями после родов, является следствием аборта. Но самое страшное последствие — это хронические воспалительные заболевания матки, труб и яичников. Какой только врач не видел этих женщин, страдающих воспалением половых органов! Их можно узнать уже по двум-трем сказанным словам и потому, что они перебивали у десятков врачей, и никто им не помог. И как странник, переходящий из одного места в другое, эти женщины идут от одного врача к другому. Желание быть здоровой толкает женщину на операцию, которая обычно кончается кастрацией женщины (удалением яичников), на трату средств, но часто все бывает бесполезно. История воспаления яичника обычно такова: вышла замуж, забеременела, родила и решила больше не рожать. Стала предохраняться от беременности всякими смазываниями матки, затем сделала два-три аборта. Потом начались боли, стали неправильно ходить крови, появились головные боли, потеряла трудоспособность и т. д.

Еще ужаснее случаи, когда первая беременность прерывается искусственно, а затем беременности больше не бывает. Проходят годы — и женщина вначале довольна, что беременности нет. Но наступает и здесь момент, когда жизнь начинает казаться бессмысленной, хочется иметь ребенка. И снова начинается искание у врачей. Бесплодие получилось от воспаления матки и труб. Вот почему всякая женщина, идя на аборт к врачу, должна отдать себе ясный отчет в том, что ей может угрожать не только болезнь, но еще более страшная вещь—это страдание, что у нее не будет ребенка.

В целях борьбы с абортом, приносящим Огромный вред женскому организму, в настоящий момент все шире стали распространяться сведения о противозачаточных средствах, задача коих—дать возможность женщине остаться здоровой и не так часто беременеть. Но до сих пор мы не знаем еще, к сожалению, такого средства, употребление которого обеспечило бы женщину от беременности. Здоровая женщина, живущая половой жизнью, может не забеременеть только в случае, если ей сделать операцию — перевязку труб. Остальные средства гарантируют лишь относительно. Тем не менее разумнее все же предохраняться, чем два раза в год делать аборт.

Предохранительные средства Наиболее распространенные предохранительные средства мы можем разделить на 4 группы.

К первой категории относятся смазывание и впрыскивание в матку иода, вставление в матку стеклянных, серебряных, гуттаперчевых столбиков, наконец, введение в матку шелковинок.

Иод, введенный в матку, вызывает гибель слизистой оболочки, а повторные смазывания ведут к воспалению всей матки. Как на одно из осложнений во время смазки,

можно указать, что с инструмента, которым смазывают, соскакивает вата и остается в матке. Достать тогда ее без операции трудно — и женщине приходится ждать месяцами, пока не начнутся схватки и вата сама не выйдет.

Впрыскивание в матку иода из особых шприцев также представляет собой вредное и опасное средство. Во-первых, здесь, как и при смазывании, получается неестественная гибель слизистой оболочки матки. Во-вторых, нередко во время такого пособия у женщины получают нестерпимые боли в животе, и она теряет сознание. Нередко смазывание и впрыскивание производятся уже после задержки кровей. Сделать такую операцию все равно, что пойти к бабке сделать аборт. Вся разница в том, что бабка умертвит яйцо палочкой, или чем-либо другим, а здесь яйцо будет убито иодом. Произойдет тот же выкидыш, и могут быть те же последствия, как после выкидыша у бабки.

С целью предохранить женщину от беременности, в матку вводятся всякие столбики и нитки. Благодаря их постоянному там нахождению, матка находится все время в небольшом воспалительном состоянии. У женщины появляются бели. Бели эти не имеют возможности выйти из матки, так как матка, напр. при столбиках, бывает закрыта, и воспаление может перейти в серьезное заболевание.

Ко второй группе предохранительных средств относятся всякие спринцевания. Спринцеваться можно или из кружки, или из небольшого резинового баллона. Одни спринцуются после сношения, другие до сношения. Спринцуются самыми разнообразными веществами: иодом, простым уксусом, квасцами, лизолом, марганцем. Чем спринцеваться — не имеет большого значения, а потому нужно употреблять лишь те вещества, которые наиболее безвредны. К числу таких средств относится уксус, которого наливается чайная ложка на кружку.

К третьей категории предохранительных средств должны быть отнесены т. н. «предохранительные шарики». Употребление их широко распространено, так как обращения с ними просто и не требует никаких приспособлений. Шарик обыкновенно вводится в передний проход за 2—3 минуты до сношения и тает там от теплоты тела. Из него выделяется хинин, или образуется пена, в которой гибнет живчик. Шарики не дают полной гарантии. Кроме того, они не всегда бывают безвредны, так как в них часто входят едкие вещества, и может получиться раздражение влагалища. После употребления шарика следует всегда спринцеваться.

Четвертую категорию предохранительных средств составляют губки и женские колпачки, препятствующие попаданию в матку семени.

Предохранительная губка бывает круглой формы, величиною с серебряный рубль, готовится она из резины. К губке привязана шелковинка. Перед сношением губка опускается в раствор уксуса и, пропитанная им, вводится во влагалище. Губка там расправляется и закрывает шейку. Неудобство губок заключается в том, что много раз кипятить их нельзя (они портятся), а начисто вымыть очень трудно. Поэтому губка вскоре загрязняется выделениями из влагалища и становится опасной в смысле заражения. Что касается женских предохранительных колпачков, то они бывают двух видов: резиновые и металлические. Первые представляют собой резиновое кольцо, на котором натянута перепонка; кольцо вводится в передний проход — и семя в матку пройти не может, так как мешает резиновая перепонка, закрывающая шейку. Металлические колпачки надеваются прямо на шейку, закрывая шейный канал от проникновения в него сперматозоидов. Выбрав по назначению врача соответствующий колпачок, женщина постелено научается вводить его перед сношением и вынимать после сношения. Когда женщина вводит и вынимает колпачок, она должна руки тщательно вымыть. Оставлять колпачки во влагалище более суток чрезвычайно вредно и особенно опасно не вынимать их во время менструаций.

В этом отделе о предохранительных средствах остается упомянуть еще о мужском предохранителе, гондоме. Гондом представляет собой колпачок, который надевается, на

мужской половой орган. Этот способ предохранения является наиболее безвредными верным. Но, к сожалению, мужчины редко соглашаются на применение этого способа, так как ощущения с ним при сношении не бывают так остры, как без него.

Наконец, широко распространением в качестве предохранительного средства пользуется т. н. незаконченное сношение. При нем мужчина, чувствуя приближение момента излития семени, извлекает половой орган из влагалища. Такой способ предохранения особенно вреден для мужчины. У женщины, кроме того, может получиться заболевание половых органов, особенно когда она не успевает закончить полового сношения.

Мы перечислили все средства, которые получили сравнительно широкое распространение. Не безынтересно указать, что в последнее время в некоторых научных учреждениях — клиниках — поставлены опыты с впрыскиванием под кожу самкам животных семени самца. Как известно, делая ребенку или взрослому прививку оспы, мы заставляем организм переболеть легкой формой оспы, и вместе с тем выработать в крови такие вещества, которые справились бы с настоящей оспенной заразой. Поэтому лица, у которых привита оспа, настоящей оспой не заболевают. На таком же основании построены и указанные выше опыты. Если кроличихе впрыснуть под кожу сперму (семя) кролика, то в крови образуются такие вещества, которые будут действовать губительно на сперматозоид, если он попадет в матку во время полового сношения. Действительно, кроличихи не беременеют, если им сделана указанная выше «прививка».

На людях мы еще не имеем достаточных наблюдений и не можем судить, насколько этот способ предохранения безвреден и не отражается ли он на будущем потомстве, если бы мать в дальнейшем решила иметь ребенка, так как известно, что кроличихи, которые беременели после применения этого способа, иногда давали очень слабых крольчат или рожали мертвых.

Также способом, еще недостаточно изученным, является применение особых, так называемых рентгеновских лучей. Известно, что освещая ими яичник, мы получаем у женщины бесплодие. Но мы не знаем, к каким это ведет последствиям и не отражаются ли губительно лучи на всем организме. Поэтому и этим способом не следует пользоваться, пока будущие наблюдения не выяснят вред или безвредность его.

Помимо того, что все предохранительные средства не дают полной гарантии, необходимо указать, что всякое противозачаточное средство, если его применять неразумно, может вызвать заболевание. Поэтому никогда не следует по книжкам, и особенно по советам знакомых, начинать применять тот или иной предохранитель. В особенности опасно покупать всякие шарики и колпачки не по рецепту врача. Раз женщина решила предохранять себя, она должна обратиться к медицинской помощи.

Насколько среди женщин распространен взгляд, что аборт вреден, настолько считается безвредным вызвать крови, которые задержались на два-три дня или на неделю. А потому, как только у «опытной» женщины произошла задержка кровей, она немедленно начинает применять всякие домашние средства: глотает хину, принимает ножные горячие ванны, кладет горячие бутылки на живот. Нередко от всех этих мер, могут притти крови, так как горячие спринцевания вызывают сокращения матки, и яйцо, которое недостаточно укрепилось, повреждается, и наступает выкидыш. Последствия от этого способа могут быть очень неприятны — начиная с сильных кровотечений и кончая воспалением половых органов, т.-е. все то же, что бывает после обычного аборта у бабки. С другой стороны, некоторые ученые полагают, что если женщина, с целью вызвать выкидыш, принимала хину, спринцевалась, а затем, не добившись толку, оставила беременность, то у нее может родиться больной ребенок. И хотя это окончательно не доказано, но об этом нужно всегда помнить. Поэтому, когда имеется задержка кровей, нужно подождать, пока выяснится вопрос о беременности. Если беременность наступила, нужно или оставить ее, или делать аборт у врача, а не делать его домашними средствами, тем более что очень часто, несмотря на самые варварские приемы, крови не приходят. Так же несомненно вредно

перед каждым кровью принимать горячие ванны и спринцеваться только из опасения, что крови могут не притти.

На ряду с искусственным выкидышем в настоящее время все чаще встречаются и естественные, самостоятельные выкидыши. Они почти всегда указывают на какие-либо неполадки в организме. Совершенно здоровая женщина редко выкидывает, что бы она ни делала. С другой стороны, иной женщине достаточно неловко прыгнуть, как наступает аборт. Особенно расположены к выкидышу болевшие гонорреей, сифилисом, туберкулезом. Женщины с ослабленным организмом, лрведшие свое детство в тяжелом труде, наконец целые категории работниц, как ткачихи, крутильницы, ленточницы, вышивальщицы, прачки, табачницы, полировщицы, носильщицы — также часто и легко подвергаются выкидышу. Женщин больных можно лечить и им можно помочь. Гораздо труднее помочь этой второй категории женщин. Лечить их трудно и борьбу надо начинать с детства. Нужно создать крепкое и здоровое поколение, закаленное спортом, играми, воздухом; нужно не всем женщинам разрешать тяжелую работу и на многие производства женщин не брать, а в случае подозрения на могущий произойти аборт переводить на более легкую работу.

С другой стороны, женщины, у которых в прошлом был самостоятельный аборт, а также все перечисленные категории работниц в течение всей своей беременности должны находиться под тщательным наблюдением врача и исполнять данные им советы.

Охрана труда и быта женщины Вопрос о здоровьи женщины, и о предупреждении заболевании находится в тесной зависимости от той обстановки, в которой живет работница и, как мы видим, от условий самой работы. Поэтому каждой трудящейся необходимо знать те права, которые предоставлены Октябрьской революцией в вопросе, касающемся ее труда и быта.

Существующие законы о труде безусловно, воспрещают сверхурочные и ночные работы беременным и кормящим матерям, а также работы на транспорте в качестве смазчиц, истопников, кондукторов, так как ночные дежурства действуют разрушительным образом на организм. Беременные работницы освобождаются от работы на 8 недель до родов и на 8 недель после родов. Что касается женщин, занятых канцелярским трудом, то они пользуются 3-месячным отпуском. Правом на отпуск пользуются женщины и после аборта и после преждевременных родов.

Увольнение беременных может произойти в исключительных случаях и то всякий раз с особого разрешения инспектора труда.

Для кормящих матерей, кроме обычных перерывов на обед, должны быть установлены в учреждениях, на фабриках и заводах еще особые перерывы для того, чтобы мать могла кормить своего младенца. Такие перерывы должны быть не реже чем через 3½ часа и не могут быть меньше ½ часа.

Каждая застрахованная беременная имеет право на получение пособия для новорожденного, при чем в случае рождения двойни пособие получается на каждого. Правом на получение пособия пользуются не только сами застрахованные, но и жены застрахованных и, наконец, безработные, если они получают пособие по безработице. При сокращении штатов не могут сокращаться беременные, а дети работниц, в случае, если мать сокращают со службы, не исключаются ни из яслей, ни из детских домов.

Не меньшее значение в быту женщины играет охрана ее юридических прав. Тяжелые нервные переживания, возникающие в связи с разводом, с возможной беспризорностью ребенка, в значительной степени ослабляются сознанием того, что суд и советское право всегда становятся на защиту матери и ребенка. Существующий закон о браке в достаточной степени гарантирует права ребенка, возлагая всю материальную ответственность на работающего супруга.

Таким образом, мы видим, как охраняются труд и быт женщины и как, благодаря всему этому, уменьшается количество беспризорных детей, предупреждается целый ряд

профессиональных заболеваний и одновременно создаются условия для того, чтобы женщина принимала широкое участие в общей строительной работе.

Женские болезни В главе «Гигиена девушки» мы указали на те заболевания, которые встречаются в возрасте от 14 до 20 лет и которые тесно связаны с недоразвитием организма. В период времени от 20 до 45 лет, когда женский организм достигает своего полного развития, наиболее часто встречаются заболевания уже приобретенные: воспаления матки, труб, яичников и, наконец, брюшины. Все они своей причиной имеют: неблагополучные роды, повторные и неудачные аборты, неправильные способы предохранения и, наконец, заболевание триппером.

О воспалении, развивающемся после заражения триппером, мы уже говорили. Что касается остальных причин, вызывающих заболевание, то здесь нужно главным образом остановиться на родах и абортах. Воспалительные процессы, возникающие после родов и абортов, чаще всего бывают острого характера и зависят от каких-либо осложнений или во время операций или от. неправильного проведения беременною правил гигиены. Заболевание обычно начинается на 2-й, на 3-й день, редко на 5-й, 6-й, с озноба, с высокой температуры. Задерживаются послеродовые выделения, начинает болеть голова. Заболевание может этими явлениями ограничиться, температура спадает, и родильница начинает поправляться. Врачи в этих случаях ставят диагноз легкого заболевания слизистой оболочки матки. Но часто заболевание переходит с матки на трубы, на яичники и на брюшину (оболочка, которая покрывает все внутренние органы). Тогда у женщины появляются резкие боли в пахах, заболевание затягивается, температура доходит до 40°, знобы следуют один за другим. Еще опаснее, когда заразные начала прямо из матки проникают в общий ток крови. Тогда наступает, как говорят, заражение крови, которое почти всегда кончается смертью. Признаками такого заболевания являются частые непрекращающиеся знобы, потеря аппетита, сна, появление гноя по всему телу, в суставах, в почках, в печени. Смерть обычно наступает через 1½-2 недели после начала болезни. Все указанные заболевания, за исключением заражения крови, могут перейти в хроническую форму. После родов может развиваться хронический процесс в матке или хроническое воспаление труб. В первом случае матка плохо сокращается, остается после родов большой, перегибается и может прирасти к пояснице. При хроническом воспалении труб они остаются утолщенными, зарастают, в них скопляется гной или прозрачная жидкость и, наконец, образуются опухоли.

При хроническом воспалении матки и труб женщины жалуются на постоянные ноющие боли в пахах, на боли в пояснице. Месячные начинают идти неправильно, появляются жидкие, иной раз разъедающие бели. На почве хронического воспаления брюшины развиваются запоры, которые еще более усиливают боли, образующиеся спайки перетягивают матку назад или в сторону.

Ради полноты картины мы должны упомянуть здесь еще о воспалении влагалища и мочевого пузыря. Когда бывает воспаление влагалища, женщина жалуется на чувство жжения, на обильные, желтые разъедающие бели, на небольшие боли внизу живота. Воспаление мочевого пузыря характеризуется частыми позывами на мочеиспускание. Причиной этих заболеваний может служить триппер, недостаточный уход за наружными половыми органами, грубое половое сношение или, наконец, загрязнение влагалища во время сношения микробами, которых всегда много на мужском половом органе. В особенности легко наступает воспаление влагалища, если сношение произошло во время кровей или вскоре после них. Как воспаление влагалища, так и воспаление мочевого пузыря, если они не вызваны триппером, ничего страшного не представляют и быстро излечиваются.

Как на одно из осложнений после родов, нужно указать на свищи мочевого пузыря. У нас, в Союзе, благодаря тому, что огромное количество крестьянок родит с бабками, довольно часто можно встретить это тяжелое заболевание. Происходит оно от того, что головка ребенка во время родов стоит очень долго в переднем проходе и давит на мочевой

пузырь. Если ребенка не извлечь, то от давления в мочевом пузыре образуется отверстие (свищ), через которое начинает выделяться моча. Постоянное выделение мочи, запах, который она распространяет, делает присутствие больного очень тяжелым для окружающих. Наконец, моча раздражает влагалище и наружные половые органы, которые всегда бывают покрасневшими и разведенными. Больные со свищами никогда не носят кровей, так как, повидимому, эта болезнь их изнуряет.

Заболевание это тяжелое еще и потому, что с трудом поддается лечению, которое бывает хирургическим.

Переходя к вопросу лечения воспалений, о которых мы говорили выше, нужно сказать, что наибольшую трудность для лечения представляют хронические воспаления матки, труб и яичников. Острые заболевания половых органов, если они не переходят в хроническую форму, излечиваются сравнительно быстро. При хроническом заболевании для окончательного излечения требуются годы. И вот здесь все будет зависеть от того, насколько больная терпелива. Слишком большая торопливость, настойчивые жалобы пациенток нередко приводят к тому, что им предлагается операция вскрытия живота и удаления пораженных органов.

В то же время нужно помнить, что операция есть крайняя мера и что часто она не даёт результатов. Поэтому, как бы тяжело, надоедливо и трудно ни приходилось ждать излечения, больная должна знать, что всякое воспаление можно в конце концов вылечить и для этого не требуется делать операции. При лечении воспалений наилучшие результаты даёт лечение теплом: бутылки с горячей водой, горячие клизмы, компрессы и, наконец, грязевое лечение от которого получают исцеление сотни больных женщин.

Среди всех заболеваний женской половой сферы особое место должно занять такое заболевание, каким является бесплодие. Число бесплодных женщин увеличивается с каждым годом, и этому вопросу поэтому следует уделить особое внимание. Мы уже раньше указали на ряд причин, вызывающих бесплодие, как например, частые аборт у первобеременных, смазывание матки иодом и т.д. Еще большее количество бесплодных встречается на почве воспалительных заболеваний при заражении гонореей. Бесплодие женщины зависит или от заболевания матки, или заболевания труб и яичников, или, наконец, может быть врожденным. У женщин, страдающих врожденным бесплодием, обычно находят узкую (коническую) шейку матки, а самое тело матки бывает очень маленьким, недоразвитым. Женщины эти обычно страдают очень болезненными месячными.

При бесплодии, получившемся на почве воспаления, мы находим или заросшие трубы, или настолько измененную матку, что яйцо не может в ней остановиться и развиваться, если оно даже прошло через трубу. Но нередко виновником бесплодия женщины бывает мужчина. Если мужчина болел триппером, то у него могут погибнуть все сперматозоиды, и женщина от такого мужчины забеременеть не может. Поэтому прежде чем начинать лечиться от бесплодия, всегда следует направить мужа к врачу. Мужчине чрезвычайно просто выяснить вопрос — может ли от него забеременеть жена. Для этого необходимо лишь посмотреть под микроскопом его сперму. Если в ней будут найдены в достаточном количестве живые сперматозоиды, то это будет значить, что бесплодие женщины не зависит от мужа. Если же сперматозоиды окажутся мертвыми или их совсем не будет, то это будет значить, что причина лежит в мужчине. Лечение бесплодия всегда бывает очень трудным. Иной раз хорошие результаты дают грязевые ванны. Но в общем нужно отметить, что врачи пока еще бессильны бороться с этим тяжелым страданием многих тысяч женщин.

Довольно часто в возрасте между 20—40 г. у женщин встречаются выпадения влагалища и матки. Вначале больная начинает чувствовать, что у нее что-то напирает на низ и что-то мешает во влагалище. Затем из переднего прохода начинает выходить матка. Причиной такого выпадения чаще всего служит ранняя работа после родов. При

выпадении матки всегда требуется делать операцию, которая, к счастью, бывает нетяжелой.

Остается упомянуть, что в этот же период времени у женщин нередко встречаются опухоли на матке и опухоли яичников. Опухоли на матке называются фибромами. При фибромах бывают сильные и продолжительные месячные. Когда кровей не бывает, начинают идти бели, которые напоминают жидкий крахмал и оставляют на рубашке крахмальные пятна. Женщины, страдающие фибромами, редко имеют детей.

Опухоли яичников называются кистами. Иной раз кисты бывают очень большой величины и заполняют весь живот. Кисты яичников имеют оболочку и наполнены или жидкостью или салом, при чем нередко в сальных кистах находят небольшие кости, зубы, волосы.

Почему развиваются фибромы и кисты — точно до сих пор неизвестно. Кисты и фибромы обычно удаляются оперативным путем, хотя фиброму можно не оперировать, если она небольшая и не вызывает кровотечения.

Наконец, в этой главе следует коснуться еще так наз. внематочной беременности. Внематочная беременность наступает потому, что яйцо по какой-либо причине не дошло до матки и, встретившись с живчиком в трубе, оплодотворилось, остановилось и стало здесь развиваться. Так как труба во много раз тоньше матки и не приспособлена для того, чтобы в ней развивался ребенок, то она разрывается, и начинается кровотечение в живот. В тот момент, когда труба лопается, женщина чувствует ужасную боль внизу живота, теряет сознание. Нужно немедленно делать операцию. Во время операции из живота нередко удаляется огромное количество крови, и иной раз женщина от внематочной беременности погибает. Внематочная беременность вызывается абортами, смазыванием матки иодом и, наконец, бывает на почве всяких воспалений матки и труб.

Гигиена старческого периода Менструации, замужество, беременность роды — все это совершается в период наибольшего расцвета женщины, т.-е. от 18 до 40 лет. С 40 лет начинается постепенное увядание организма женщины.

Первые признаки его сказываются в появлении путаницы в кровях. Эти неправильности обычно продолжаются недолго, а затем менструации совершенно прекращаются.

В этом возрасте у женщин наиболее часто встречается, рак. Рак матки страшен не только тем, что от него часто нет спасения, а потому, что он подкрадывается незаметно. Среди полного, казалось, здоровья он поражает женщину. Женщина смертельно больная даже этого и не подозревает. Потом быстро начинает худеть и гибнет.

Казалось бы, что с раком нельзя бороться, но это не так. От рака нередко можно спастись операцией, если его заметить во-время. Поэтому, если у женщины начнут путаться крови, или покажется капля крови при сношении, или пойдут бели с кровью, немедленно нужно показаться врачу. Кроме того, так как рак часто начинается без всяких признаков, женщина в этом возрасте должна приучить себя показываться время от времени врачу, будучи совсем здоровой.

Все сказанное здесь не значит, что всех ожидает рак, и нужно жить в вечном страхе перед этой болезнью. Требуется лишь более тщательное наблюдение за собою в это время, и этого вполне достаточно, чтобы болезнь не запустить и во-время обратиться к врачу.

Остается упомянуть, что в этом периоде женщины подчас страдают приливами крови к голове и ощущениями внезапно появившегося жара. Известную помощь в этом отношении оказывают холодные обтирания лица и груди.

Из других мероприятий, могущих ослабить все эти неприятные явления, нужно упомянуть о разумной диете. Необычайно важно следить за деятельностью кишечника, при чем желательно, чтобы преобладала растительная пища и чтобы потребление мяса было ограничено. Ввиду легкой возбудимости нервной системы, нужно избегать употребления всяких возбуждающих веществ, как-то: чаю, кофе, вина.

В этом возрасте, женщины часто полнеют. С этим моментом также необходимо бороться. Если же ожирение уже развилось, не следует начинать его лечить без соответствующего назначения врача. При соблюдении указанных предосторожностей все неприятные явления старческого периода обычно быстро проходят, и чем старше становится женщина, тем все дальше уходит от нее опасность заболевания ее половой сферы.

Заключение Таким образом, мы видим, как женщина проходит через различные периоды своей жизни и как каждый из них может быть сопряжен с теми или иными опасностями. Их не нужно бояться, но их нужно знать и не преувеличивать.

В то же время нужно отметить, что в последнее время, может быть под влиянием неправильного понимания прочитанного или слышанного, мы часто стали встречаться с новым типом женщины, которая необычайно прислушивается ко всем своим болям, которая в каждом покалывании в животе и в ногах готова видеть, что у нее начинается рак или развивается другая страшная болезнь. Увеличивается количество так называемых «мнительных» женщин, которые находят у себя всякие ужасы. Еще хуже бывает, когда на приеме у врача женщина расскажет с три короба вещей, которых никогда не было и которые больной только показались. Врач иной раз, на основании рассказа больной, может ошибиться в диагнозе и найти то заболевание у женщины, которого у нее нет, так как врач привык верить, раз пациент говорит, что он сильно болен. Ошибка в диагнозе приводит в таких случаях к удивительным результатам. Вновь «испеченная» больная идет от первого врача к другому, и если этот, второй, у нее ничего не находит,— бежит к третьему, к четвертому. Наконец, она никому не верит, она умоляет, чтобы ее лечили, и те врачи, которые ее лечат, становятся для нее хорошими, а те, кто говорит, что у нее ничего нет, считаются ею плохими. И нередко случается так, что действительно от лечения развивается заболевание, тогда как вначале его не было. И мы видим этих женщин, бегающих от одного врача к другому и ищущих излечения от несуществующих болезней. Хождение по амбулаториям, прислушивание ко всяким болезням еще более растраивает воображение этих больных, пока наконец какой-либо врач не внушит такой женщине, что лечиться ей не нужно.

Вот почему нужно сказать, что, несмотря на то, что на свете существует много всяких ужасов, заболеть бывает уж не столь просто и легко, и, наслышавшись всяких страхов, совершенно не следует решать, что начинается рак, сифилис или воспаление яичников. Если встречаются случаи, что сифилис проходит незамеченным, то это бывает редко. Рак почти никогда не начинается в молодом возрасте, а прежде чем самой решать, что имеется заболевание яичников и труб, надо проверить, правильно ли работает кишечник, нет ли запоров, не было ли частых и бурных половых сношений, и не впасть в паническое состояние.

Эта книжка и преследовала задачу указать на наиболее вредные моменты жизни женщины и уберечь ее как от безразличного отношения к своему здоровью, так и от необычайного обращения внимания на всякое покалывание в ноге или в пояснице. Но в то же время нужно помнить, что довольствоваться одними книгами нельзя. Всякая женщина должна находиться, под наблюдением врача, к которому она будет приходить за советом и, когда это надо будет,— за лечением. Кроме того, чтобы оградить женщину от заболеваний и научить ее правильному уходу за собой, советская власть создала так называемые консультации для женщин.

V. О консультации для женщин

Каждая здоровая и больная женщина может посещать консультацию, где она найдет совет и помощь. Это касается не только медицинской стороны дела.

Ведь, кто из женщин не знает, как часто в жизни бывают случаи, когда нужно и хочется поговорить с человеком, который тебя поймет и поможет в твоём тяжелом положении?

Как часто бывает это, когда дело идет об аборте, о беременности, и работница не знает, что делать с ребенком, у которого не стало отца. Получить в это время поддержку иной раз лучше, чем получить деньги.

Врач консультации, который знает жизнь, который учился и видал много всяких случаев, явится лучшим учителем в эти трудные минуты. Он может дать те указания, которые выведут работницу из тупика, в который завела ее жизнь.

Кто же должен приходить в консультацию? Матери, имеющие взрослых детей, должны притти к врачу и посоветоваться с ним в вопросе, касающемся полового воспитания ребенка. Мать должна знать, как воспитывать ребенка.

Девушка перед выходом замуж должна притти и посоветоваться с врачом, чтобы познакомиться с вопросом о половой жизни.

Женщине вскоре после выхода замуж тоже нужно показаться врачу консультации, чтобы узнать, не заболела ли она после полового сношения. Каждая беременная должна посещать консультацию на протяжении всей беременности, чтобы знать, правильно ли у нее протекает беременность. Родившая на протяжении всего периода кормления должна приходить в консультацию для осмотра и совета.

Наконец, мы знаем, как из года в год увеличивается количество аборт, и к каким вредным последствиям они ведут. С другой стороны, далеко не являются безвредными и предохранительные средства, и после долгого применения каждого из них получаются также тяжелые осложнения и заболевания. Поэтому назначать средства может только врач, который каждой обратившейся к нему женщине укажет лишь тот предохранитель, который будет наиболее верным, безвредным. Поэтому, чтобы во-время предохранить женщину от возможности заболевания, и для того чтобы обучить женщину наиболее безвредному способу предохранения и обращению с предохранителем — при консультациях устраиваются приемы для пришедших за противозачаточными средствами.

Таким образом, мы видим, что консультация своей работой охватывает всю жизнь женщины — от рождения до старости. Но консультация не ограничивается тем, что дает одни советы. Сестры и акушерки, нередко врачи этого учреждения посещают на дому беременных женщин. Здесь они учат беременную, как дома создать условия, чтобы ребенок не ощутил разницы между опрятностью родильного приюта и чистотой своей первой кровати, и как приготовить все, начиная от подгузников и кончая коробочкой с тальком.

Каждая женщина должна чаще бывать в консультации и знать, что здесь она получит правильный совет и найдет родное и близкое отношение. Каждую сестру, пришедшую на квартиру к беременной, она должна встречать как человека, посвятившего себя общественной работе и тяжелому труду охранять только что народившегося ребенка от всех случайностей новой для него жизни.

Цена 25 к.

р.

ИЗДАТЕЛЬСТВО

„ОХРАНА МАТЕРИНСТВА И МЛАДЕНЧЕСТВА“

Москва, М. Черкасский пер., д. 2/6, 4-й этаж. Тел. 31-66, 4-15-90 до 93, доб. 23.