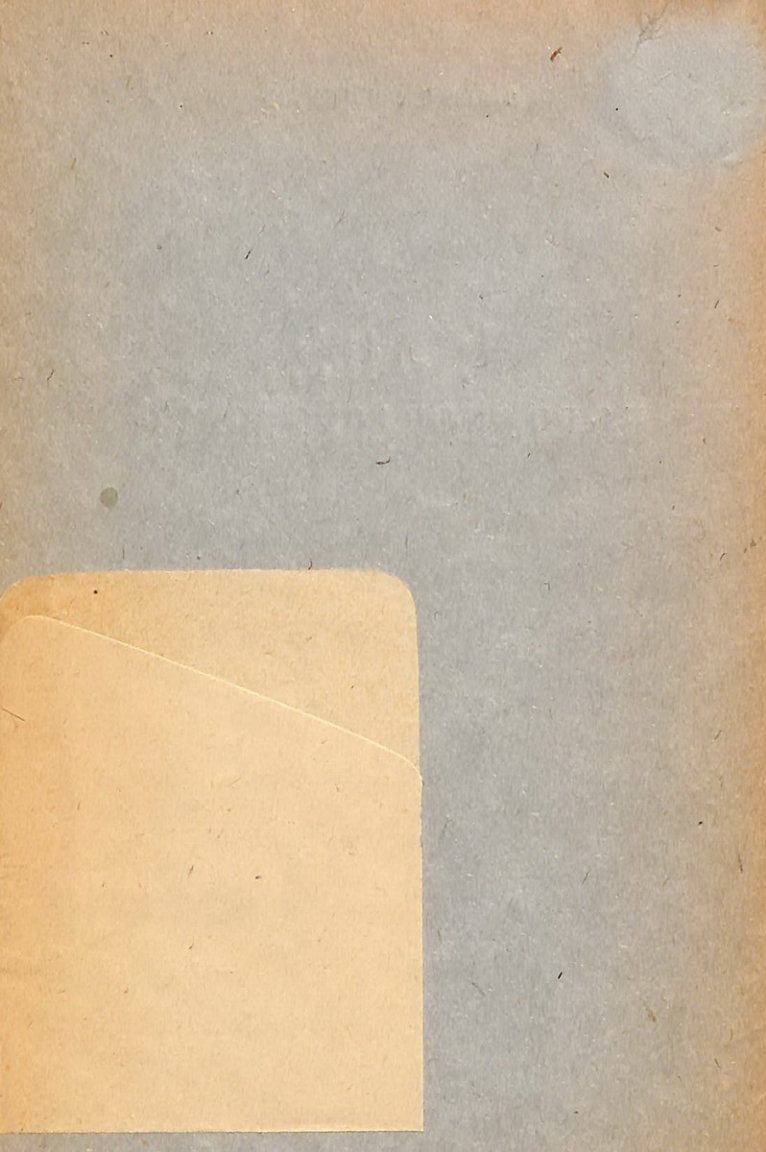


ԴՈՑԵՆՏ Պ. Է. ՄԱՐԴԱՐՅԱՆ

Կ Ն Ո Ջ
ԱՌՈՂՋԱՊԱՀՈՒԹՅՈՒՆԸ

ՀԱՅԳՆՏ ՀՐԱՏ

1946թ



613.99

0-35

~~1160~~
A II
1644

Կ Ն Ո Ջ

ԱՌՈՂՋԱՊԱՀՈՒԹՅՈՒՆԸ



ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ՀԱՆՐԱՊԵՏՈՒԹՅԱՆ

ԵՐԵՎԱՆ

1946

ДОЦ. П. А. МАРКАРЯН

Гигиена женщины

(на армянском языке)

Армгиз Ереван 1946

ՆԵՐԱԾՈՒԹՅՈՒՆ

Առողջապահությունը — հիգիենան — առողջությունը պահպանելու գիտություն է. կնոջ հիգիենան ուսումնասիրում է կնոջ առողջությունը պահպանելու միջոցները, այլ կերպ ասած՝ նրա հիմնական խնդիրն է կանխել կանանց զանազան հիվանդությունները:

Կինն իր կյանքի ընթացքում վերապրում է մի քանի շրջան. այդ շրջանների հետ կապված են զանազան փոփոխություններ ու օրգանիզմի տարբեր գործունեություն, որոնք և պահանջում են յուրահատուկ խնամք: Այդ շրջանները հետևյալներն են.

1. Կնոջ հիգիենան մինչև արրուները (սեռական հասունացումը):

2. Արրուների և սեռական կյանքի հիգիենա:

3. Հղիության, ծննդաբերության և հետծննդյան շրջանի հիգիենա:

4. Կլիմատերիկ շրջանի և ծերության հիգիենա:

Կնոջ առողջապահությունը կյանքում ճիշտ իրագործելու համար անհրաժեշտ է գիտենալ նաև նրա սեռական մասերի կառուցվածքը և գործունեությունը:

ԿՆՈՋ ԱՍԵՌԱԿԱՆ ՕՐԳԱՆՆԵՐԻ ԿԱՌՈՒՑՎԱԾՔԸ ԵՎ ԲԵՂՄՆԱՎՈՐՈՒՄԸ

Կնոջ սեռական մասերը կազմված են արտաքին և ներքին օրգաններից. արտաքին օրգանները աչքով տեսանելի մասերն են — մեծ և փոքր սովորաբար, ծլիկը, կուսաթաղանթը և հեշտոցը. վերջինիս միջոցով արգանդը միանում է արտաքին մասերի հետ:

Ներքին սեռական օրգաններն են—արգանդը, փողերը և ձվարանները, որոնք գտնվում են կոնքի խոռոչում: Ձվարանում գտնվում են բշտիկների մեջ պարփակված անհաս ձվարջիջներ (ձվիկներ), հասունանալուց հետո բշտիկը պատռվում է և ձվիկը ընկնում է ձվարանի մակերեսի վրա, որովայնի խոռոչում: Այդպիսի ձվազատում կատարվում է ամիսը մեկ անգամ:

Արգանդի և ձվարանի միջև գտնվում են փողերը (դերանք խողովակներ են, ամեն կողմից մեկական հատ): Փողի մեկ ծայրը միացած է արգանդին, իսկ մյուս ծայրը ծոպաձև, փնջի պես, բացվում է ձվարանի վրա: Երբ ձվարջիջը (ձվիկը) հասունանալուց հետո ընկնում է ձվարանի մակերեսը, փողի այդ ծոպերի միջոցով նա քաշվում է փողի ներսը և այնուհետև փողի թարթիչների ու կծկումների միջոցով բերվում է դեպի արգանդը: Նախքան արգանդ հասնելը, փողի մեջ ձվիկը հանդիպում է արական սեռական բջիջին—սերմնորդին. նրանք ձուլվում են միմյանց հետ և այդպիսով կատարվում է բեղմնավորում: Այնուհետև այդ բեղմնավորված ձուռն շարունակում է փողի միջոցով հասնել արգանդի խոռոչը և կպչել նրա լորձաթաղանթի որևէ ծալքին. արգանդի խոռոչում բեղմնավորված ձուռն — սաղմը շարունակում է իր հասունացումը մինչև հղիության վերջը. այդ պատճառով էլ արգանդը սկսում է արագորեն մեծանալ և իր առատ զարկերակային ու երակային ցանցի միջոցով սնել սաղմին:

Արգանդը ոչ հղի վիճակում 9 սմ. երկարությամբ մի օրգան է, կազմված է մարմնից և վզիկից, նրա խոռոչը պատած է լորձաթաղանթով. վզիկը բացվում է հեշտոցի մեջ: Հարաբերության ժամանակ սերմնորդները, որոնց թիվը մի քանի հարյուր միլիոն է և որոնք շատ աշխուժ շարժումներ ունեն, հեշտոցից վզիկի միջոցով անցնում են արգանդի խոռոչը, այստեղից էլ փողերը, ուր հանդիպելով ձվիկին, ինչպես վերևում ասացինք, նրանցից որևէ մեկը բեղմնավորում է այն, օտպա նույն փողի միջոցով բեղմնավորված ձուռն փո-

խաղաղութամբ արգանդը, մնացած սերմնորդները ներծրծ-
վում, ոչնչանում են: Եթե զանազան պատճառներով
(օրինակ՝ բորբոքումներից առաջացած վնասվածքներ,
փողերի փակ կամ նեղ լինելու դեպքում, ձվա-
քանների հիվանդությունների ժամանակ) արական սե-
ռական բջիջը — սերմնորդը չի կարողանում հանդիպել
ձվիկին, կի՞նը մնում է ամուլ: Իսկ եթե հանդիպումը
այնուամենայնիվ հաջողվում է, բեղմնավորված ձուն
հնարավորություն չի ունենում չարժվել դեպի ար-
գանդը, կանգ է առնում փողում և առաջանում է ար-
գանդից դուրս հղիություն: Արգանդի բորբոքումների
դեպքում, նրա լորձաթաղանթը այնքան է փոփոխվում,
որ սաղմը չի կարողանում ամրանալ արգանդին և տեղի
է ունենում վիժում:

Ի տարբերություն արական սեռական օրգաններից,
կնոջ սեռական օրգանները և որովայնի խոռոչը բաց են
դեպի արտաքին աշխարհ: Այդ հաղորդակցությունը
արտաքին աշխարհի հետ տեղի է ունենում հեշտոցի,
արգանդի, փողի միջոցով: Վերջինիս մեկ ծայրը, ինչ-
պես վերևում ասացինք, բացվում է որովայնի խոռո-
չում, իսկ մյուսը՝ արգանդում: Այս հաղորդակցու-
թյան շնորհիվ վարակը (միկրոբները) կարող է անցնել
թե ներքին օրգանները և թե որովայնի (փորի) խոռո-
չը, առաջացնելով ծանր բորբոքումներ, իսկ երբ վի-
ժում պաշտպանելու նպատակով վնասում են արգանդի
լորձաթաղանթը, վարակը թափանցում է արյան անոթ-
ների մեջ և հաճախ առաջանում արյան մահացու վա-
րակում կամ կանանց այլ հիվանդություն:

ՎԻԺՈՒՄԸ*) ԵՎ ՆՐԱ ՀԵՏԵՎԱՆՔՆԵՐԸ

1920 թվի նոյեմբերի 18-ի դեկրետով մեր երկրում
վիժումը լեգալիզացիայի ենթարկվեց, կամ ինչպես սո-

*) Վիժում կամ արտա միկնույն հասկացողությունն է:

վորաբար ասում են, արտրան ազատ հայտարարվեց։ Ի՞նչն էր այդ դեկրետի ընդունման պատճառը։ Արդյո՞ք ա՞յն, որ մենք վիժումն անվնաս բան ենք համարել։ Իհարկե ոչ, սակայն մեր երկիրը տնտեսապես շատ հետամնաց էր, ծնողների համար հեշտ չէր շատ երեխաներ ունենալ և խնամել։ Քաղցն ու դժվարությունները հաճախ տանում էին այդ երեխաներին։ Կարիքը քայքայում էր նաև հենց իր՝ կնոջ առողջությունը։ Այդ պայմաններում վիժումը չարիքներից փոքրագույնն էր, այն հնարավորություն էր տալիս փոքրաթիվ դարձնել ընտանիքը և միևնույն ժամանակ ազատել կնոջը տղետ ու չահամուր մարդկանցից, որոնց դիմում էր կինը՝ հղիությունից ազատվելու համար։ Անշուշտ, շատ ավելի քիչ է վիժման պատճառած վնասը, եթե վիժումը կատարվում է հիվանդանոցներում, մասնադետ բժիշկների ձեռքով։ Հենց այդ է պատճառը, որ բուրժուական երկրներում վիժումից առաջացած մահացությունն անսովորաբար ավելի բարձր է, քան մեր երկրում։

Սակայն նույնիսկ ամենափորձված մասնագետի ձեռքով և հիվանդանոցային ամենաիդեալական պայմաններում կատարված վիժումն էլ առանց հետեվանքների չի անցնում։ Վիժումը կարող է բարդություններ առաջացնել հենց օպերացիայից անմիջապես հետո, կամ շատ ավելի ուշ։

Անմիջական բարդություններն են (10—11 տոկոս) արյունահոսությունը, արգանդի վնասումը և վարակումը։ Արյունահոսությունը հյուծում է կնոջը։ Այդ ավելի շատ լինում է դադտնի վիժումի ժամանակ, երբ անփորձ արտրաբարը կնոջ արգանդում թողնում է պտղի մասեր, որոնք քայքայվելով, երկարատև արյունահոսություն են առաջացնում։ Արգանդի վնասումները ես մեծ մասամբ դադտնի վիժման դեպքում են լինում։ Այդ դեպքում պատվում է արգանդը, իսկ հաճախ վնասվում են նաև աղիքները և արյունահոսություն է առաջանում որովայնում, որից ուղղակի մահ

կամ արյան վարակում է առաջանում: Արդանդը վնաս-
վելու դեպքում մահացության տոկոսը հասնում է
26—31-ի: Վիթման հետևանքով վարակում էլ է առա-
ջանում: Նիստ հաջող դեպքերումն է միայն վիթումն
առանց բարդության վերջանում: Վիթման հետավոր
բարդությունները կազմում են 28—29 տոկոս: Կինը
կարող է ամուլ դառնալ իր ամբողջ կյանքում: Կարող
է առաջանալ սեռական հիպեստեզիա— թույլ զգայու-
նություն սեռական կյանքի նկատմամբ (3,1 տոկոս),
փոխվում է կնոջ ընդհանուր տեսքը, ժամանակից առաջ
կինը թառամում, դունատվում է, դեմքին կնճիռներ
են առաջանում, մազերը թափվում են, սպիտակում և
այլն: Որոշ դեպքերում խանգարվում է ներվային և
հոգեկան հավասարակշռությունը, առաջանում է հի-
շողության թուլություն, մտավոր դեպրեսիա, անկա-
յուն պսիխիկա, աշխատունակության անկում, նեվրաս-
տենիա, հիստերիա, կորչում է հետաքրքրությունը դե-
պի կյանքը և այլն:

Վիթումը վատ է անդրադառնում նաև հետագա
ծննդաբերությունների վրա: Վիթումներ ունեցած կա-
նանց ծննդաբերության ցավերը թույլ են լինում,
ծնունդը երկարում է, ընկերքը հաճախ չի ընկնում
(3—4 անգամ ավելի դեպքերում, քան վիթում չունե-
ցողների մոտ), ծնունդից հետո 5—6 անգամ ավելի
արյունահոսություն է լինում, քան վիթում չունեցող-
ների մոտ, 2,5 անգամ ավելանում են օպերատիվ մի-
ջամտությունները, որոնք իրենց հերթին ևս բարդու-
թյունները են առաջացնում: Վիթումների հետևանքով
հետագա ծննդաբերությունների ժամանակ կարող է
մահացու արյունահոսություն առաջանալ: Վիթումը
հանդիսանում է նաև արտարգանդային հղիություննե-
րի պատճառներից մեկը: Վիթում կատարած կանանց
մոտ ավելի հաճախ են պատահում չարորակ ուռուցե-
ր: Վիթումների հետևանքով նկատվում են նաև այլ
օրգանների հիվանդություններ, ինչպես օրինակ՝ թո-
քերի տուբերկուլյոզի պրոցեսսի սրացում, միզապարկի

և երիկամի բորբոքում և այլն: Վերջապես, վիժումներն այնքան են փոփոխում արգանդը և կնոջ հորմոնալ սխեման, որ հետագայում հղիությունները այլևս չեն պահպանվում և ինքնուրույն վիժումներ են առաջանում:

ՍՍՌՄ-ը հանդիսանում է աշխարհում միակ երկիրը, ուր կինը լիովին ազատագրված է և իր իրավունքներով հավասարեցված է տղամարդուն: Ստալինյան կոնստիտուցիայի 122 հոդվածը ոչ միայն կնոջը տալիս է տղամարդուն հավասար աշխատանքի, հանգստի և կրթության իրավունք, այլև նրա համար ապահովում է ռեալ հնարավորություն՝ օգտվելու այդ իրավունքներով:

1920 թվականի համեմատությամբ, դեռ սրանից 10 տարի առաջ, հսկայական փոփոխություններ էին առաջացել մեր երկրում: Արմատապես փոխվել են բնակչության տնտեսական և կենցաղային պայմանները, մայրության և մանկության պահպանության հիմնարկների ցանցն ընդգրկել է գյուղերը և քաղաքները, մանուկներն ապահովվում են պետութայն օրենքներով: Շարունակել կնոջ առողջության համար մնասակար վիժումները անհնարին էր, ուստի մայրության և մանկության պահպանության բազմաթիվ միջոցառումներին մեկը հանդիսացավ ՍՍՌՄ-ի կենտգործկոմի և Ժողկոմսովետի 1936 թվի հունիսի 27-ի որոշումը, որով արգելեցին վիժումները և միաժամանակ ուժեղացվեց մայրերի տնտեսական և իրավական օգնությունը: Արգելելով վիժումը, Սովետական պետությունը դրանով ապահովեց աշխատավոր կնոջ առողջությունը և պաշտպանեց սոցիալիստական հասարակության շահերը:

Մայրության և մանկության նկատմամբ մեր պետության կողմից ցուցաբերվող հոգատարությունն իր նոր ակնհայտ արտահայտությունը գտավ անգամ Հայրենական Մեծ պատերազմի օրերին ՍՍՌՄ-ի Գերագույն Սովետի 1944 թվի 8/7 հրամանագրում: Այս հրամանագրով Սովետական օրենսդրությունը էլ ավելի

ամբացրեց ամուսնության, ընտանիքի և խնամակալության խնդիրները, հղիների աշխատանքի պաշտպանությունը, սոցիալական ապահովագրությունը, պարտադիր արձակուրդ սահմանեց յուրաքանչյուր կնոջ համար՝ 35 օր ծննդից առաջ և 42 օր ծննդից հետո (խակ բարդացած ծնունդներից հետո 56 օր) և ստեղծեց մի շարք այլ ունալ պայմաններ մայրության և մանկության պահպանության գործում:

ՍՍՌՄ աշխարհում միակ երկիրն է, ուր գոյություն ունի հիմնարկների այնպիսի ներդաշնակ սիստեմ, որն ապահովում է մոթ և մանկան առողջության պաշտպանությունը, կնոջը հնարավորություն է տալիս իրագործել իր մայրական այդ կարևորագույն սոցիալական ֆունկցիան և պաշտպանել մանկան չահերը:

1. ԿՆՈՋ ՀԻԳԻԵՆԱՆ ՄԻՆՁԵՎ ԱՐԲՈՒՆՔԸ

Կնոջ հիգիենան սկսվում է կյանքի առաջին խակ օրերից. նորածնի պորտալարի մնացորդը մինչև նրա ընկնելը պետք է բուժել որպես վիրաբուժական վերք, մաքուր, ախտահանված թանդիֆով փաթաթել և բինտով կապել: Դինչև պորտի ընկնելը լավ է չլողացնել, սակայն մաշկի զանազան հիվանդություններից, առաջին հերթին հարածից խուսափելու համար անհրաժեշտ է թևերի տակը, հետույքը, ազդրերը ու սեռական մասերը մաքրել զով ջրով և չորացնել: Խորհուրդ է տրվում երկրորդ շաբաթից սկսած լողացնել ամեն օր: Լողացնելու միջոցով բացվում են մաշկի ծակոտիները ու երեխան ավելի ազատ է շնչում: Երբեմն նորածին աղվակա սեռական ճեղքից արտաթորվում է լորձ, որը միանալով մեզին, կղկղանքի մնացորդներին, գրգռում է սեռական մասերը, հարակից մաշկը, և առաջացնում բորբոքում: Այդպիսի դեպքերում պետք է զգուշությամբ լվանալ, չորացնել, ապա ցանել տալի կամ քսել որևէ բուսական ախտահանված յուղ: Երբեմն նորածինների մոտ ուռչում են կրծքագեղձերը, նրանցից

արտաթորվում է խեժի պէս հեղուկ, այս երևույթը մեծ մասամբ անցնում է անվտանգ, սակայն անխնամ վերաբերմունքից, տրորելուց, ճնշումից և վարակի ներթափանցումից կարող է բորբոքում առաջանալ: Վերջին դեպքում անհապաղ պետք է դիմել բժշկին:

Նորածնի ամենավտանգավոր հիվանդությունը դա հոնորրեային վարակումն է (սուսանակ): Երեխան ծնվելիս մոր հեշտոցի հյուսթը, որը լի է մանրէներով, քսվում է նրա աչքերին, որի հետևանքով աչքը բորբոքվում է և կարող է նույնիսկ կուրանալ. այդպիսի դժբախտությունից խուսափելու համար այժմ անխտիր բոլոր նորածինների աչքերը պցում են մեկ-երկու կաթիլ 1 տոկոսանոց լյասիս, որը ոչնչացնում է սուսանակի վարակը: Այնուամենայնիվ, եթե դրանից հետո էլ նորածնի աչքերը բորբոքվում են, պետք է անմիջապէս ցույց տալ բժշկին: Լինում են նաև դեպքեր, երբ երեխան սուսանակով հիվանդ մոր հետ քնում է մի ընդհանուր անկողնում և վարակվում մոր թաղախից: Առաջանում է երեխայի միզային և սեռական մասերի թաղախային ծանր բորբոքում, որը խիստ ցավ է պատճառում երեխային. այդպիսի դեպքերում հիվանդությունը, եթե բժշկին չեն դիմում, երկարում է և կարող է վատ հետևանքների հասցնել: Անհրաժեշտ է յուրաքանչյուր այդպիսի կասկածելի դեպքում նույնպէս դիմել բժշկին:

Մանկական վաղ հասակի հիվանդություններից կարևոր նշանակութուն ունի բախիտ կոչված հիվանդությունը: Սա զլխավորապէս արտահայտվում է ստորին ծայրանդամների, կոնքի, ողնաշարի և գլխի վրա. ոսկրերի կրացումը ընթանում է անբավարար, որի պատճառով նրանք մնում են փափուկ, ապա դրա հետևանքով սկսում են տձևանալ: Բախիտի հետևանքով առաջացած նեղ և անկանոն կոնքը մեծ բարդություն է ծննդաբերության համար և եթե այդ դեֆորմացիան ուժեղ է, ծննդաբերությունը նորմալ ձևով չի կատարվում: Բացի դրանից, բախիտը կանգնեցնում է

ամբողջ օրգանիզմի, ապա նաև արգանդի ու ձվարան-
ների զարգացումը, որը հետագայում կարող է տալ
դաշտանի անկանոնություն, ամլություն և այլ երե-
վույթներ: Բախիտն առաջանում է գլխավորապես ար-
հեստական ձևով սնվող երեխաների մեջ, խոնավ, արև-
ից զուրկ բնակարաններում և ալիոսոլիկ ծնողներից: Ե-
րեխային բախիտից փրկելու համար անհրաժեշտ է նրան
կերակրել մայրական կաթով, սկսած 6-րդ ամսից տալ
մրգեղենի՝ հյութ, հաճախ պահել դրսի թարմ օդում և
արևոտ սենյակում: Երեխայի ձիշտ զարգացման մասին
զաղապար կազմելու համար անհրաժեշտ է նրան միշտ
կշռել, իսկ ամենից լավ է երեխային պահել կոնսուլ-
տացիայի հսկողություն տակ: Սովետական Միության
չլժաններում մանկական կոնսուլտացիաների ցանցը բա-
վական ընդարձակ է, ամեն մի մայր պարտավոր է ե-
րեխային ծնված օրից տանել այնտեղ՝ պատշաճ խոր-
հուրդներ ստանալու համար:

Ավելի ուշ հասակի աղջիկների առողջապահու-
թյունը քիչ տարբերվում է նախկինից: Մարմնի մաք-
րությունը նույն ձևով պետք է շարունակել, ինչպես
և վաղ հասակում. անհրաժեշտ է ամեն օր ամբողջ
մարմինը և մանավանդ սեռական մասերը լվանալ
ջրով: Եթե սեռական օրգանները չլվացվեն, քրտինքը
և սեռական մասերի արտաթորությունը գրգռում են
մաշկը և քոր առաջացնում: Պետք է հետևել աղջկա
ստամոքսի և միզապարկի կանոնավոր դատարկմանը,
հակառակ դեպքում, երբ սրանք լիքն են, իրենց ճնշու-
մով փոխում են արգանդի դիրքը և վերջինս աղջկա
ամբողջ կյանքում կարող է թեքված դրություն մեջ
մնալ: Հագուստը պետք է լինի ազատ, ոչ մի տեղ
սեղմիչ կապեր չպետք է լինեն, որովհետև դրանք
ճնշում են մարմնի համապատասխան մասը և խանգա-
րում նրա զարգացումը կամ գործունեությունը: 7—14
տարեկան—դա այն հասակն է, երբ ներքին հյութերի
փոփոխման շնորհիվ փոխվում է դեռահաս աղջկա ամ-
բողջ էությունը և մարմնի ձևը. այդ ժամանակ առա-

վել ևս աճող օրգանիզմը չպետք է ծանրաբեռնել ֆիզիկական աշխատանքներով կամ դպրոցի երկարատև պարապմունքներով, որոնք կարող են առաջացնել արյունասակավություն, ջղախնություն, անկանոն դաշտան և անկանոն կոնք: Հիշյալ անկանոնությունից խուսափելու համար պետք է դասափնջոցները լինեն երկար, պարապմունքը մեծ մասամբ բացօթյա, պետք է լինեն մարմնամարզություն և խաղեր: Սրանք ամրացնում են աղջկա առողջությունը և ուժեղացնում նրա օրգանիզմի դիմադրությունը հիվանդությունների նկատմամբ: Պետք է հետևել ատամների և բերանի խոռոչի մաքրությանը, հագնել փակ և աղատ վարտիկ, որպեսզի նախ՝ սեռական օրգանները չփռչտվեն և երկրորդ՝ չտրորվեն արտաքին սեռական մասերը: Գուլպաներին կլոր կապանների դեղերը վնաս է, դրանք առաջացնում են ոտքերի արյունակաղ և երակների լայնացում:

2. ԱՐԲՈՒՆՔԻ ԵՎ ՍԵՌԱԿԱՆ ԿՅԱՆՔԻ ՀԻԳԻԵՆԱ

Կնոջ սեռական հասունացումը արտահայտվում է առաջին դաշտանով: Դաշտանի ժամանակ կինը պետք է պաշտպանի արտաքին սեռական մասերի խիստ մաքրություն: Արյունը մաղերի վրա խառնվում է մեղի հետ, քայքայվում և արձակվում վատ հոտ. այնուհետև սեռական մասերի մաշկը դրդվում է և բորբոքվում: Վարակը լավ սննդատու միջավայր գտնելով, այդ արյան մեջ բազմանում է և բարձրանալով՝ հեշտոցը, արգանդը, փողերը, այնտեղ բորբոքում է առաջացնում: Այդպիսի բարդությունից խուսափելու համար կինը դաշտանի ժամանակ պետք է ամեն օր սեռական մասերն արտաքուստ լվանա դու ջրով և օճառով: Դաշտանի միջոցին անհրաժեշտ է սեռական մասերը կապել թանգիֆի մեջ փաթաթած բամբակով, որը պետք է ունենա պարսանդի ձև. վերջինս իր ծայրերի ժապավեններով առջևից և հետևից ամրացվում է գոտուն:

Դաշտանի այդ կապը պետք է հաճախ փոխել, լվանալ, եռացնել, ապա կրկին գործածել: Դաշտանի ժամանակ վաննա ընդունել կամ լողանալ խորհուրդ չի տրվում, սակայն ամբողջ մարմնի մաքրումը և լվացումը շատ անհրաժեշտ է, դա մեղմացնում է, դաշտանի անախորժ զգացումը և ցավերը: Եթե դաշտանը հարակցվում է ցավերով կամ առատ արյունով, կինը պետք է ազատվի ֆիզիկական աշխատանքից և ֆիզիոլոգիալ աշխարհից, իսկ եթե արյունը չափավոր է, ցավերը մեղմ են, կինը կարող է շարունակել իր սովորական աշխատանքը: Որոշ պրոֆեսիաներ, որոնք ազդում են առողջության վրա իրենց թունավոր նյութերով, ինչպիսին են արճիճի, սնդիկի և ներկերի արտադրությունը կամ որոշ արտադրության ժամանակ գոյացող փոշին, — առավել ևս վատ են ազդում դաշտանի միջոցին, որովհետև դաշտանի ժամանակ կնոջ դիմադրողականությունը արտաքին ազդակների նկատմամբ ընկնում է: Գործածել սուր համեմիչ նյութերը և ոգելից խմիչքներ դաշտանի ժամանակ նույնպես չի թույլատրվում: Սրանք փոքր կոնքում առաջացնում են գերաբնություն, որի հետևանքով դաշտանը երկարում է և առատանում: Դաշտանի ժամանակ (և ընդհանրապես) կինը պետք է հետևի խստամոքսի կանոնավոր գործողությանը, հակառակ դեպքում ստամոքսի ամրության ժամանակ գոյանում են որոշ թուլյաներ, որոնք աղիքից դուրս արտաթորվելու փոխարեն կրկին ներծծվում են արյան մեջ և թունավորում կնոջը, առաջացնելով, գլխացավ, դըլխապտույտ, ախորժակի բացակայություն, սրտախառնություն, փսխում և այլն: Դաշտանի ժամանակ մարմինը, մանավանդ ոտները պետք է տաք պահել, ուստի անհրաժեշտ է բացի սովորական հագուստից, հագնել նաև փակ վարտիկ:

Սեռական հարաբերությունը դաշտանի միջոցին անկասկած վնաս է: Նախ՝ որ սեռական հարաբերության ժամանակ սեռական օրգաններում տեղի է ունենում գերաբնություն, որի հետևանքով երկարատև է

դառնում դաշտանային արյունհոսությունը, երկրորդ՝ սեռական հարաբերության միջոցին ներս է տարվում վարակ, իսկ արդանդի լորձաթաղանթը դաշտանի միջոցին, որպես թարմ, բաց վերք, հեշտությամբ է վարակվում: Կինը կարող է ստանալ սեռական ներքին գործարանների բորբոքում կամ եղած բորբոքման ուժեղացում: Դաշտանը սեռական գործարանների հայելին է. նրա փոփոխությունը ցույց է տալիս սեռական գործարանների դրությունը, ուստի յուրաքանչյուր կին պետք է իր դաշտանի մասին լրիվ տեղեկություն ունենա, պետք է գիտենա առաջին դաշտանը, նրա սովորական ընթացքը, փոփոխությունները (կապված ամուսնություն, ծննդաբերություն, վիժումների և այլ պատճառների հետ) և վերջին դաշտանը: Երբ այն տարբերվում է սովորականից, պետք է դիմել բժշկին, պատճառն իմանալու համար:

Դաշտանի երեալու օրից (մեր երկրում միջին թվով 15 տարեկան հասակում) սեռական գործարանները համարվում են հասունացած և կինը ընդունակ է հղիանալու, սակայն օրդանիզմի մանավանդ կոնքի, ոսկրերի լրիվ հասունացում դեռ չկա, այն կատարվում է մինչև 20—25 տարեկան հասակը, և քանի որ սեռական հասունացումը կանգնեցնում է աղջկա ընդհանուր աճումն, ուստի պետք է խուսափել նաև վաղ սեռական հասունացումից: Այդպիսի տհաճ օրդանիզմի համար հղիությունը նույնպես մեծ վտանգ է:

Կնոջ սեռական կյանքը կապված է նրա օրգանիզմի լուրջ փոփոխությունների հետ—հղիություն, կրծքով կերակրել, մանկան հետագա խնամք և այլն: Սեռական կյանքի միջոցով կինը կարող է վարակվել վեներական հիվանդություններով (սուսանակ, սիֆիլիս, փափուկ շանկր): Ուստի նախքան այդպիսի քայլ անելը, կինը պետք է բժշկի միջոցով ստուգի, թե իր և թե այն անձնավորություն անողի հետ կապվելու է սեռական կյանքով: Այդ նպատակի համար ծառայում են բժշկական հանձնաժողովները և կանանց կոնսուլտա-

ցիւաները, ուր կարելի է ստանալ տեղեկութիւն թե
առողջութեան և թե ապագա սեռական կյանքի մասին:

Ամուսնութեան համար ամենից նպատակահարմար
է 19—20 տարեկան հասակը, երբ ոչ միայն սեռական
օրգաններն են հասունացած, այլև ամբողջ օրգանիզմը:
Դրանից վաղ սեռական կյանքը, ապա նաև հղիութիւն-
ը ու ծննդաբերութիւնը հյուսիսում են կնոջ օրգանիզ-
մը, ծնունդը կատարւում է անհամեմատ դժվար,
դժվարանում է ծնունդը նաև ուշ հասակում—35-ից
վեր: Ժուժկալութիւնը կնոջ օրգանիզմին վնաս չի
հասցնում:

Առաջին հարաբերութիւնից հետո կուսաթաղանթի
մնացորդները, որպէս վերք, սոսկալից ցալ են պատճա-
ռում կնոջը, ուստի անհրաժեշտ է առաջին հարաբե-
րութիւնից հետո 5—6 օր ընդհատել սեռական կյանքը,
մինչև որ սեռական մասերի վերքերը բուժվեն: Այդ
օրերին պետք է արտաքին սեռական մասերը լվանալ
գոլ ջրով: Լինում են դեպքեր, երբ բուռն հարաբերու-
թեան միջոցին առաջանում են ոչ միայն կուսաթաղան-
թի, այլև շէքի, հեշտոցի և նույնիսկ վերջնաղիի
պատռւածքներ. այդպիսի դեպքում անհրաժեշտ է ան-
միջապէս դիմել բժշկին, որը արյունահոսութիւնը
կկանգնեցնի և վերքերը կբուժի:

Հարաբերութիւնից առաջ և հետո պետք է սեռա-
կան մասերը լվանալ գոլ ջրով: Հարբած վիճակում
հարաբերութիւն չի թույլատրւում, դրանից երեխա-
ները ծնւում են հիվանդոտ: Հարաբերութիւնն արգել-
վում է նաև զաչտանի ժամանակ, հղիութեան սկզբի և
վերջին ամիսներին ու հետծննդյան շրջանում. այստեղ
նկատի է առնւում թե վարակը և թե հղիութեան
ընդհատումը (գիժումը):

Աղջիկը մինչև ամուսնանալը պետք է լինի կենցա-
ղային այնպիսի միջավայրում, որ նա սեռական կյան-
քի վաղ զբոգումներ, ապա և պահանջ չզգա. ազգվելով
չրջապատի վատ օրինակներից, նրա մեջ արթնանում է
սեռական կյանքի ցանկութիւնը, որը նա երբեմն բա-

վարարում է այսպես կոչված օնանիզմի միջոցով (դա սեռական օրգանների արհեստական գրգռումն է)։ Օնանիզմը հետադաշում բխացնում է բնական սեռական զգացմունքը, բորբոքվում են սեռական մասերը, կլինը դառնում է ջղային, աշխատունակությունը, մտածողությունը ընկնում է, դաշտանը դառնում է անկանոն։ Այդպիսի դրությունից աղջկան փրկելու համար պետք է նրան հեռու պահել վատ սովորություններից և զբաղեցնել առողջ աշխատանքով։

3. ՀՂԻՈՒԹՅԱՆ, ԾՆՆԴԱԲԵՐՈՒԹՅԱՆ ԵՎ ՀԵՏԾՆՆԴԻՅԱՆ ՇՐՋԱՆԻ ՀԻԳԻԵՆԱ

Հղիության ընթացքում կնոջ օրգանիզմի աշխատանքը մեծանում է և եթե կլինը առողջ է, նա դժվարությամբ է տանում այդ ծանրաբեռնվածությունը։ Հղիության ընթացքում երբեմն երևան են զալիա սրտի, երիկամների կամ թոքերի հիվանդությունները։ Յուրաքանչյուր կին հղիության ընթացքում պետք է հետևի իրեն այնպես, որպեսզի առողջությունը հղիությունից չտուժի։ Յուրաքանչյուր կին դաշտանը ժամկետից ուշանալու դեպքում պետք է դիմի կոնսուլտացիա, ուր բժիշկը կորոշի՝ հղի՞ է նա, թե ոչ, ապա՝ հղիության դրությունը, կքննի սիրտը, թոքերը, երիկամները և այլ օրգանները, կոնքի չափերը և ըստ այնմ էլ խորհուրդ կտա պահպանել՝ պտուղը, թե վիժել այն։ Դրանից հետո հղի կլինը պետք է մնա կոնսուլտացիայի հսկողության տակ նաև հետագա ամիսներում, որովհետև կան հիվանդություններ, որոնք մեծ մասամբ արտահայտվում են հղիության վերջին ամիսներին։

Հղին պետք է շարունակի իր սովորական աշխատանքը, սակայն եթե նա ունի այնպիսի հիվանդություններ, որոնց պատճառով կլինը հեշտությամբ է վիժում, անհրաժեշտ է գոնե առաջին ամիսներն ազատվել աշխատանքներից, մինչև որ ձուռն ամուր կպչի արգանդին։

Ֆիզիկական չարժուամենքեր մարզում են մկանները, լավացնում սրտի, թոքերի և աղիների աշխատանքը: Հղին պետք է օրական մի քանի ժամ անցկացնի բացօթյա զբոսանքում, սակայն զբոսանքից չպետք է հոգնեցնի իրեն: Մանրություններ բարձրացնելը, ծանր վաղցրը, ոտքի մեքենայի աշխատանքը, հեծանիվով, սայլով փոխադրվելը և ուտով երկար ճանապարհ գնալը կարող են վիժում առաջացնել:

Ընդհակառակը, սպորտի թեթև տեսակը թույլատրվում է, այն էլ հղիության 2-րդ կեսից, երբ ձուն բավական ամուր կալած է արգանդի պատին: Լողանալ խորհուրդ է տրվում ոչ շատ տաք և ոչ շատ սառը ջրում: Հղին պարտավոր է հետևել մարմնի մաքրությանը, մաշկը լվանալ ամեն օր, եղունգները մաքրել, վաննա ընդունել հղիության 2-րդ կեսից, գլխի մազերը լվանալ չարաթը մեկ-երկու անգամ, արտաքին սեռական մասերը լվանալ ամեն օր, ներլվացում կատարելու կարիք չկա, անհրաժեշտության դեպքում միայն բժշկի ցուցմունքով:

Հղիները վտանգի ենթակա են նաև որոշ արտադրութայններում աշխատելիս: Դրանք են գլխավորապես ծխախոտի, մկնդեղի, արճիճի և սնդիկի արտադրութայնները: Սրանք թունավորում են կնոջ արյունը, պտուղը մահանում է և առաջանում է վիժում կամ վաղաժամ ծնունդ: Վարակից, փոշուց ազատվելու համար անհրաժեշտ է ուտելուց առաջ ձեռքերը լվանալ օձառով, հաճախակի լվանալ նաև մազերը: ՍՍՈՄ ապահովել է կնոջ առողջությունը արտադրութայն մեջ. հղիության հինգերորդ ամսից հատուկ օրենքներով արգելվում է գիշերային աշխատանքը:

Հղիների սնունդը պետք է լինի չափավորված, առաջին հերթին պետք է ցածրամանրակել մսի և աղի գործածությունը, մանավանդ հղիության վերջին երկու ամսում, բոլորովին արգելել ոգելից խմիչքները: Հղի կնոջ համար ամենից օգտակարն է կաթնեղենի, մրգեղենի և կանաչեղենի գործածությունը, որովհետև

դրանք հեշտ են մարավում, թունավոր նյութեր քիչ են առաջացնում և միաժամանակ տալիս են հատուկ տեսակի օգտակար նյութեր (վիտամիններ), որոնք հատկապես լավ ազդեցություն ունեն նոր աճող պտղի դարգացման վրա: Ջրի գործածությունն ավելի լավ է, որովհետև շատ ջուր գործածելիս արտադրվում է շատ մեզ, իսկ մեզի հետ դուրս են գալիս արյան թույները: Եթե հղիները տառապում են սրտախառնությամբ և փսխումով, պետք է ուտել քիչ-քիչ, հանդիստ և նույնիսկ պառկած վիճակում: Սովորաբար այդ երեույթը տևում է առաջին 2—3 ամսում, ապա անցնում է: Եթե այդ միջոցները չեն օգնում, հղին պետք է դիմի ծննդատուն՝ օգնություն ստանալու համար:

Ստամոքսի ամրությունների դեմ լուծողական գործածելը նպատակահարմար չէ. ավելի լավ է ամեն առավոտ, դեռ ոչինչ չկերած, խմել մեկ-երկու բաժակ սառը ջուր, գործածել միրգ և կանաչեղեն, հարկավոր դեպքում անել մաքրող կլիզմա 2—3 բաժակ ջրով: Փտած ատամները հղիության ընթացքում պետք է բուժել, ատամները մաքրել խոզանակով և ատամի փոշով: Հակառակ դեպքում ծննդից հետո այնտեղի վարակը կարող է առաջացնել զանազան հիվանդություններ:

Հղի կնոջ հագուստը պետք է լինի ազատ, սեղմիչ կապեր չպետք է լինեն ոչ մի տեղ, մանավանդ որովայնի վրա: Այն կրկնածինների մոտ, որոնք ունեն կախ ընկած փոր, խորհուրդ է տրվում հղիության 2-րդ կեսից որովայնը կապել բանդաժով, բանդաժը պետք է կապել առավոտյան, պառկած ժամանակ, դիչերները կրկին արձակել: Որպեսզի սեռական մասերը պահպանվեն փոշուց, անհրաժեշտ է հազնել փակ վարտիկ, դուրպանների կտպանները պետք է ամրացվեն լիֆշիկին և ոչ թե օղաձև կապվեն ոտներին:

Հղին պետք է հոգ տանի նաև իր ստինքների մասին. նա պետք է նախապատրաստի նրանց՝ երեխային

կերտվելու համար: Առանց նախապատրաստելու, ծննդից հետո, երբ երեխան սկսում է ծծել, պտուկները ձաքում են և յուրաքանչյուր անգամ ծծելիս առաջացնում սաստիկ ցավեր: Բացի դրանից, այդ ճեղքերից վարակը կարող է ներս թափանցել և առաջացնել ստինքների բորբոքում: Այդպիսի բարդությունից խուսափելու համար կուրծքը պետք է ամեն օր լվացվի դուշրով, օձառով ու չորացվի:

Սեռական կյանք հղիության ընթացքում լավ է որ չլինի, որովհետև դրա միջոցով ներս է տարվում վարակ, բացի դրանից, կարող է տեղի ունենալ վիժում կամ վաղաժամ ծնունդ: Այնուամենայնիվ, եթե անհնարին է դա բոլորովին կանխել, ապա պետք է հարաբերություն ունենալ սակավ, և միայն չորրորդից մինչև յոթերորդ ամսում:

Ինչպես վերևում ասացինք, հղին պետք է հաճախի կոնսուլտացիա, իր դրության մասին տեղեկություններ և խորհուրդներ ստանալու:

Ծննդաբերական ցավերը սկսվելուն պես կոնսուլտացիայի թերթիկով գնում է ծննդաբերական տուն՝ ազատվելու, ուր այդ գործի համար կան փորձված բժիշկներ, մանկաբարձուհիներ և անհրաժեշտ հարմարություններ: Իսկ եթե այլ և այլ պատճառներով ծնունդը կատարվում է տանը, ապա պետք է աշխատել, որ վարակ չմտնի սեռական գործարանները. այդ տեսակետից ծնունդը պետք է ընդունի ոչ թե տատմայրը, այլ մանկաբարձուհին: Տատմայրը, դադափար չունենալով փարակի մասին, կեղտոտ ձեռներով վարակում է ծննդկանին: Ծննդաբերը պետք է կրիգմայով մաքրի իր աղիքը, լվանա արտաքին սեռական մասերը և եթե ջրերը չեն դնացել՝ լողանա տաք ջրում, ապա պտուկի մաքուր լվացած և հարթուկած սպիտակեղենով:

Ծննդից հետո անհրաժեշտ է 6 շաբաթ, մինչև որ սեռական օրգանները հասնեն իրենց նորմալ, ոչ հղի դրության: Այդ ժամանակ նույնպես պետք է հոգ տա-

Նեւ, որ ծննդեկանը չհիւանդանա, ուստի այստեղ ևս անհրաժեշտ է հատուկ խնամք:

Ծննդաբերության ժամանակ, եթե սեռական մասերի պատուվածքները սակավ են, քերծվածքներ ու փոքր ձեղքեր միշտ էլ լինում են: Արգանդի խոռոչը, որտեղից ընկել է ընկերքը իր մասերով, նույնպես մի մեծ վերք է, որն ամեն մի բույսին համարելի է վարակման: Կինը հետծննդյան շրջանում պետք է բոլորովին մաքուր պահի թե սեռական մասերը և թե ամբողջ մարմինը: Եթե կինը ծննդատանն է, մաքրությանը հետևում են բժիշկն ու մանկաբարձուհին: Վերքերը մաքուր պահելով, հեշտությամբ են բուժվում: Եթե ծննդեկանը տանն է, նույն խնամքը կատարում է ինքը: Օրը երկու անգամ պետք է եռացրած գոլ ջրով լվացվեն արտաքին սեռական մասերը, դրա համար եսմարխյան սկահը մոտ 2 լիտր եռացրած գոլ ջրով կախում են պատից, որտեղից ռետինե խողովակով ջուրը բաց են թողնում սեռական մասերի վրա, ինքը պառկում է մեջքի վրա, ապարահեղը դնելով հետույքի տակը: Ծննդեկանին չի թույլատրվում անգամ մաքուր լվացած ձեռքերով սեռական մասերին ձեռք տալը: Մարմնի մեկանների ամբողջման տեսակետից երկար, 2—3 շաբաթ պառկելը վնաս է, սակայն վաղ վեր կենալը և աշխատանքի անցնելը նույնպես վնաս է: Ուստի լավ է, որ ծննդեկանն անկողինը թողնի առաջին շաբաթվա վերջին, իսկ 4-րդ օրից սկսած, նա կարող է նստել և բժշկի ցուցմունքով կատարել որոշ մարմնամարզություն: Բացի սեռական մասերը մաքուր պահելուց, անհրաժեշտ է նաև ամբողջ մարմինը չփել ջրով, լողանալ թույլատրվում է 6 շաբաթից ոչ շուտ: Ծննդից հետո մինչև 4—5 օր թույլատրվում է ուտել թեթև աննդանյութեր, որից հետո եթե իրեն զգում է առողջ, կարող է ընդունել ամեն ինչ, բացի կծու և ուղեղից փմիչքներից, որոնք անցնում են կաթի մեջ և պակասեցնում կաթի քանակը: Ստամոքսի ամբողջյան դեմ պետք է գործածել կանաչեղեն, մրգեղեն, կաթնեղեն,

խակ եթե ստամոքսը չգործի, մաքրող կլիզմա: 3 չա-
բաթից հետո ծննդկանը պետք է ամեն օր մի քանի
ժամ լինի թարմ օդում: Երեխային կերակրելուց առաջ
և հետո անհրաժեշտ է պտուկները մաքրել բորաթթվի
2 տոկոսանոց լուծույթով (մեկ թեյի գդալ բորաթթվի
քյուրեղներ մեկ բաժակ տաք ջրին):

4. ԿԼԻՄԱԿՏԵՐԻԿ ՇՐՋԱՆԻ ԵՎ ԾԵՐՈՒԹՅԱՆ ՀԻՖԻԵՆԱ

Կինն իր թարմ չրջանից հետո, անցնում է մի ան-
ցողիկ չրջան (կլիմակտերիկ), ապա ծերության: Ան-
ցողիկ չրջանն այն հասակն է (մոտավորապես 45—48
տարեկան), երբ սկսում են թառամել կնոջ ձվարան-
ներն ու նրա օրգանիզմի հյուսվածքի մեջ առաջ է գալիս
գդալի փոփոխություն, որի շնորհիվ դաշտանը դառ-
նում է անկանոն և ի վերջո իսպառ դադարում է. առա-
ջանում է գլխապտույտ, գլխացավեր, քրտինք, գդաց-
վում է մերթ սառնություն, մերթ տաքություն և սրտի
թրթռոց: Անցողիկ չրջանից հետո վերահաս ծերու-
թյան չրջանը վերջ է տալիս այդ անկանոն երևույթնե-
րին և կինը ընկնում է մի նոր հոգեկան ու մարմնա-
կան հավասարակշռության մեջ, որի ժամանակ նա
գրկվում է դաշտանից և առհասարակ սեռական մասերի
որևէ արտադրությունից: Կլիմակտերիկ չրջանի այդ
երևույթները կարելի է մեղմացնել՝ մարմինը ջրով
չփելով, տաք վաննաներով ու թեթև աշխատանքով:
Հետևել ստամոքսի կանոնավոր գործողությանը, խու-
սափել ողելից խմիչքներից և ուտելը դարձնել չա-
փավոր:

Կինը կլիմակտերիկ և ծերության չրջանում, բացի
նրանից, որ պետք է հետևի մարմնի մաքրությանը,
գլխավորապես պետք է ուշադիր լինի սեռական մասե-
րից արտադրության: Այդ հասակում դրա երևալը չա-
փորակ նորակազմության մեծ կասկած է հարուցում.
գլխավորապես սա վերաբերվում է արգանդի քաղցկե-
ղին (ռակ):

ԱՐԳԱՆԻՒ ՔԱՂՑԿԵՂ

Քաղցկեղը շատ տարածված հիվանդություն է, նա սոցիալական չարիքի բնույթ է ընդունում. գրեթե յուրաքանչյուր 10 մարդուց մեկը, մահանում է քաղցկեղից: Կանայք հիվանդանում են քաղցկեղով գրեթե երկու անգամ ավելի շատ, քան տղամարդիկ: Քաղցկեղը վնասում է կնոջ սեռական օրգանների բոլոր մասերը, սակայն ամենից հաճախ վնասում է արգանդի վզիկը (90—94,5 տոկոս): Արգանդի քաղցկեղը վնասում է կանանց մեծ մասամբ 35—52 տարեկան հասակում:

Քաղցկեղի բուն պատճառը հայտնի չէ, կան միայն ենթադրություններ: Չարգանում է սաղմնային հյուսվածքից կամ նորմալ բջիջներից, անընդհատ զբոսնելի հետևանքով: Նշանակություն ունի նաև ժառանգական նախատրամադրությունը: Արգանդի քաղցկեղը, աճելով, խիստ քայքայում է օրգանիզմի նորմալ հյուսվածքները և օրգանները, միաժամանակ քայքայվում է և ինքը ու խոցոտվում, առաջացնելով արյունահոսություններ և գարշելի հոտ: Քաղցկեղը տարածվում է հեռավոր օրգաններում նաև արյան ու ավիշի միջոցով:

Քաղցկեղը իր արտադրած հյութերով թունավորում է օրգանիզմը ու խանգարում օրգանների նորմալ գործունեությունը. քաղցկեղը չբուժվելու դեպքում անպայման մահ է առաջանում:

Քաղցկեղը բուժելի է և հնարավոր է նրանից փրկվել, եթե ժամանակին դիմեն բժշկական օգնություն: Բնակչության մեջ տարածված է այն կարծիքը, թե քաղցկեղը անբուժելի հիվանդություն է: Այդ կարծիքը սխալ է: Վիճակագրական տվյալները հաստատում են, որ արգանդի վզիկի քաղցկեղը ժամանակին կատարված օպերացիայի դեպքում տալիս է 35 տոկոս կայուն առողջացում, արգանդի մարմնի քաղցկեղը—

46 տոկոս: Գրեթե նույնը ստացվում է նաև ռենտգենյան և ռադիոակտիվ ճառագայթներով բուժելիս:

Որո՞նք են արգանդի քաղցկեղի վաղ նշանները, որոնց երևալու դեպքում կինը պետք է անհապաղ դիմի բժշկին:

Կանանց հիվանդությունների գլխավոր նշաններն են—ցավ, սպիտահոսություն, արյունհոսություն: Սակայն քաղցկեղի ժամանակ ցավերը առաջանում են շատ ուշ, երբ հիվանդությունը բավական զարգացել է և արդեն անբուժելի է: Հիմնական նշանը արյունհոսությունն է սեռական օրգաններից. նույնիսկ շատ քիչ, մի քանի կաթիլ արյունհոսությունը սեռական օրգաններից, հարաբերության ժամանակ, ներլացում կատարելիս, կամ առանց ակնհայտ պատճառի, միշտ պետք է քաղցկեղի կասկած հարուցի. այդպիսի արյունհոսությունը քաղցկեղի նկատմամբ խիստ կասկածելի է մանավանդ կլիմակտերիկ և ծերության շրջանում: Քաղցկեղի նկատմամբ երկրորդ նշանը— դա սպիտահոսությունն է սեռական օրգաններից: Սպիտահոսության առաջնալը, նրա ուժեղացումը, նրա բնույթի փոփոխումը միշտ պետք է կասկած հարուցի քաղցկեղի նկատմամբ: Անհատական հիգիենային հետեվելը և բժշկին ժամանակին դիմելը կկանխի քաղցկեղի զարգացումը: Քաղցկեղի նկատմամբ գոյություն ունեն նաև այլ, ավելի բարդ նշաններ, սակայն դրանք կհետաքրքրեն միայն մասնագետ բժշկներին:

Հետևելով անհատական հիգիենայի կանոններին, կինը դրանով իսկ կպահպանի իր առողջությունը, իսկ որոշ դեպքերում նաև իր կյանքը:

Այսպիսով մենք տեսնում ենք, որ կինը իր գոյության ընթացքում անցնում է մի քանի շրջան: Նրա կյանքը խիստ երեբուն է և տարբեր ժամանակաշրջանում ու տարբեր աշխատանքի ու կենցաղի պայմաններում պահանջում է հատուկ խնամք: Սակայն միայն թված պահանջների անհատական բավարարումով չեն լուծվում նրա առողջապահության խնդիրները: Առողջ

մայրեր ունենալու, հասարակութեանը լիարժեք անդամ
տալու խնդիրը իրագործվում է ոչ միայն անհատական
հիգիենայով, այլ նաև ամբողջ մասնայի առողջացու-
մով, ստեղծելով աշխատանքի ու կենցաղի համապա-
տասխան պայմաններ, որին արդեն վաղուց ի վեր ողջ
աշխարհում ձեռնամուխ է եղել միայն Սովետական
Միությունն իր բազմաթիվ կոնսուլտացիաների, ծննդ-
դաբերական տների, մսուրների, կնոջ իրավահավասա-
րութեան, կուլտուր-կրթական պահանջների բավարար-
ման, արտադրութեան մեջ ներգրավման ու այլ բազ-
մաթիվ միջոցառումներով:

Առողջապահության Մինիստրության Ման-Լուրաժին



ՎՖ 10949. Պատվեր № 194, Տիրաժ 5000. Տպագր 1¹/₂ մամ. հեղ. 0,9 մամ.
Ստորագրված է տպագրութեան 1946 թվի հունիսի 25-ին:

ՀՍՄՌ Մինիստրների Սովետին կից Պոլիգրաֆ և Հրատ. Վարչ. տպ.
№ 1 Երևան 1946 թ.,

ԳԱՍ Հիմնարար Գիտ. Գրադ.



FL0029124

ԳԻՆԸ 50 Է.

A $\frac{11}{1644}$