

Գիրքը լուսապատճենահանվել է
"Համահայկական Էլ. Գրադարան"

կայքի՝ www.freebooks.do.am

կողմից և ներկայացվում է իր
այցելուների ուշադրությանը:

The book created by "PanArmenian E. Library"



Գիրքը կարող է
օգտագործվել միայն ընթերցանության համար...

For more info: www.freebooks.do.am

library

ՄԱՅՆ ԿՈՒՅՆՈՒՄ ԿԱՐՈՂ ԵՔ ՁՅՐ ԿՆՐԱԿՈՒՄՆԸ ՈՒՆԵՆԱԸ, ՀԱՅԱՍՏԱՆ
ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅԱՆ ՏԱՐԱԾՄԱՆ ԳՈՐԾՈՒՄ ԵՎ ԻՆՏԵՐՆ
ԼՈՒՄԻՊՈՅՑՔԵՆԱԶԱՆԵՆԻ ԳՐԹԵՐ:

ԹԿՈՅՆ ԳՐԹԵՐԻ ՄՏԵՂԾՄԱՆ ՄԱՆՐԱՄԱՍՆԵՐԸ ԿԱՐՈՂ ԵՔ
ԻՄԱՆԱԸ "ՀԱՄԱՀԱՅԿԱԿԱՆ ԷԼԵԿՏՐՈՆԱՅԻՆ ԳՐԱԿՈՐՄԱՆ" ԿՈՅՔԻՆ՝

www.freebooks.am

ԸՆԴՐՉԱԿԱԸ ԵՒՔ, ՈՐ ՕԳՏՎՈՒՄ ԵՔ ՄԵՂ ԿՈՅՔԻՆ:
ՑԱՆՎԱԿՈՒՄ ԵՒՔ ՀԱՃԵՐԻ ԸՆԹԵՐՑԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ:



ԳՐԵՔ ՄԵՁ՝ freebooks@rambler.ru

**ՍԵՌԱԿԱՆ
ԱՌՈՂՋՈՒԹՅՈՒՆ**



ԵՎ

**ՍԵՌԱԿԱՐԱԿՆԵՐԻ
ԿԱՆԽԱՐԳԵԼՈՒՄ**

**ՍԵՌԱԿԱՆ
ԱՌՈՂՋՈՒԹՅՈՒՆ
ԵՎ
ՍԵՌԱՎԱՐԱԿՆԵՐԻ
ԿԱՆԽԱՐԳԵԼՈՒՄ**

Ձեռնարկ դեռահասների և երիտասարդների համար

ԵՐԵՎԱՆ 2000

ՆԱԽԱԲԱՆ

Երկար փարիներ սեքսի և սեքսուալ հարաբերությունների մասին խոսելը ամոթալի և անպարկեշտ էր համարվում Այս նույր հարցի մասին լռում էին դպրոցում, փանն աշխատում էին այն շրջանցիկ գույն հուսալով որ մարդու մեջ գործող բնագոյներով պայմանավորված այս հարցի պատասխանը կտա ապագա անձնական կյանքը Զարմանալի է դպրոցում և անգամ բարձրագույն ուսումնական հաստատությունում սովորելու փարիներին ոչ մի փեղեկություն չէին ստանում սեռի հիգիենայի սեռական առողջության վերաբերյալ Չնայած վերոհիշյալ հարցերի նկատմամբ մեծ հկարքրքրությանը դրանց յուսաբանմանը (հաճախ ոչ պատշաճ մակարդակով) ժամանակ առ ժամանակ անդրադառնում են միայն զանգվածային լրատվամիջոցները

Երիտասարդների գերակշիռ մասը գաղափար անգամ չունի սեռի անապոմիայի և ֆիզիոլոգիայի մասին Ռմանց խորթ է հակառակ սեռի հեկո առնչվելը, քանի որ չգիտեն ինչիս կյանքի բարոյական, հոգեբանական և բժշկական հարաբերությունների առանձնահատկությունները Գնտահասները, չիմանալով սեռական հասունացման շրջանում մարդու օրգանիզմում կատարվող երևույթների մասին դրանց առաջին իսկ դրսևորումներից խուճալի են մարմնվում Ընկերներից և ծանոթներից «փչացած հեռախոսի» սկզբունքով փեղեկացվելով կարող են ապակողմնորոշվել դառնալ իրևույ սեռականության շուրջ չափազանցված վախի գոն

Երևանի դպրոցների բարձր դասարանների 520 և բարձրագույն ուսումնական հաստատությունների առաջին կուրսի 1490 ուսանողների անանուն հարցումներից պարզվեց սեռի հիգիենայի մասին նրանույ անբավարար իմացությունը, ինչպես նաև սեռավարակների (փևևերական հիվանդությունների), մարդու առողջության և վերարտադրողության վրա դրանույ ազդեցության վերաբերյալ գիտելիքների բարակարությունը

Գժրուփուրարար փաստերը վկայում են, որ երիտասարդուև

րի սեռական կյանքի ֆիզիոլոգիայի և հիգիենայի մասին չիմացությունը սերտույթ սխալ դաստիարակությունը հաճախ ևն ամուսնալուծության բնականիքի բայրայման պարծառ դառնում Արքամուսնական սեռական կապերի մեծացնում ևն սեռավարակների, ինչպես նաև «20-րդ դարի ժանրախաբով» ՄԻԱՎ/ՁԻԱՀ-ով վարակվելու վրանգր

Անդրադառնալով այս նուրբ թեմային, ուզում ենք ընդգծել հեպելյալը շարերը համոզված են, որ սեքսի մասին ամեն ինչ գիտեն, քանի որ մայր բնությունն այդ մասին հոգալով, յուրաքանչյուրիս գինել է տեսակը շարունակելու բնագղով, և որ այդ հարցը ամենակարևորը չէ այսօրվա մեր բազմահոգս կյանքում Անգամ գոյություն ունի կարծիք, որ սեռական իմացությունը երիտասարդության բարոյական դաստիարակության համարյա թե հակոտնյան է Ղա թյուրիմացություն է, քանզի այդ երկու գործոնները փոխկապակցված ևն և անձը ձևավորող գիտելիքների, հըմպությունների և ունակությունների համակարգից անբաժան են Կյանքի բոլոր իրավիճակների համար հնարավոր չէ դեղատոմս տալ, բայց «ինտիմ աշխարհի» հիմունքների իմացությամբ հնարավոր է խուսափել բազմաթիվ սխալներից, որոնց համար հաճախ հարկ է լինում թանկ վճարել

Այս գիրքը երիտասարդ օրգանիզմի անապոմիական և ֆիզիոլոգիական առանձնահատկությունների վերաբերյալ, ինչպես նաև սեռական դաստիարակության, հոգևբանական և սեռական (սեքսուալ) առողջությանն առնչվող մի շարք հարցականների պատասխանելու փորձ է Այս ամենը պարպաղիք է դարձնում ինտիմ հարցերի վերաբերյալ անկեղծ և փոխադարձ վստահության մըթնոլորտում խոսակցություն բացել, իսկ գիրքը, կարծում ենք, կգտնի իր տեղը այս արդեն «բաց» դարձած թեմային նվիրված հրատարակությունների շարքում

ԲՈՒՌՆ ՓՈՓՈԽՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ՇՐՋԱՆ,

*Մարդու հակումները երեք ակունք ունեն հոգու, մարմնի
և մարմնի: Հոգու հակումը ծնում է բարեկամություն
Մարմնի հակումը ծնում է հարգանք: Մարմնի հակումը
ծնում է ցանկություն: Երեքի միացումը ծնում է սեր:*

«Դեղձենու ճյուղերը»

(հին հնդկական պրակապա)

Կնոջ և պղամարդու ինպիսի կյանքը, որի մեջ բնածին սեռական բնազդը սերպորեն համակցվում է հասարակության մեջ ընդունված բարոյական չափանիշներին, ենթարկվել է պարմական զարգացման նույն օրենքներին, ինչպես և ինքը մարդկությունը

Պարանկան հասակում մարդը կարվում է մանկական կախվածությունից և բացահայտում է իրեն, որպես ինքնուրույն անձ: Ղա ոչ միայն ֆիզիկական հարաճուն զարգացման և սեռական հասունացման այլև անձի ձևավորման, աշխարհաճանաչողության և ինքնաճանաչման շար կարևոր շրջան է: Պարանկան հասակը բուռն փոփոխությունների շրջան է երբ Լրիպասարդներից շարերն ունենում են ինպիսի ապրումներ, որոնք ծագում են հակառակ սեռի հետ առաջին առնչություններից. միմյանց ճանաչելուց Այդ պապիրություններն ու ապրումները ձևավորում են պղամարդու և կնոջ միջև ընդհանրությունների վերաբերյալ մեր պարկերայությունները, որոնք դառնում են մեր սերսուալ ունակությունների կիմքը

Տարբերակում են ֆիզիկական (ֆիզիոլոգիական) և հոգեկան (կոգնիտիվ) փոփոխություններ: Առաջիններն ակնհայտ են՝ Դրանք առնչվում են արտաքին տեսքին: Երիպասարդ օրգանիզմում սեռական հասունացման շրջանում կարարվող ֆիզիոլոգիական փոփոխությունների հիմնական շարժիչ ուժը ներզարիչ (էնդոկրին) գեղձերն են, որոնք գրնվում են մարդու օրգանիզմի տարրեր մասերում: Սակայն սեռական հասունացման համար կարևոր

յազգոյն եռոտակոտրայուն ունեն սեռական գեղձերը: Երիպասարդ-ները սեռական գեղձերը ամորձիներն են, որոնք պահվում են առարձատրոպի մեջ ուղջիկներինը ձվարանների որովայնի խոռոչի ներքին ստորոտ Սեռական գեղձերը (ինչպես նաև մյուս ներզարդ գեղձերը) տրամադրում են հատուկ նյութեր հորմոններ, որոնք սեկրետացնում են արյան մեջ Հորմոնները լինում են արական և իգական:

Ի տարբերակ գեղձերի գործունեությունը, հորմոնների արտադրությունը խոստրեն համաձայնեցվում և պայմանավորվում են բազմաթիվ բուսադրիչներով ժառանգականությամբ, նյարդային համակարգով հոգևկան կյանքով, արտաքին միջավայրի ազդեցությամբ, ինչպես նաև օրգանիզմի վրա ներազդող ներքին գործոններով հիվանդություններ, նյութափոխանակության խանգարումներ և այլն:

Սեռական հասունացման առաջին նշանները երկրորդական կրտսիղ հատկանիշների առաջացումն է Աղջիկների մոտ դրանք ի հայտ են գալիս 11-12 տարեկան հասակում օրգանիզմը սկսում է արագ աճել, մեծանում են կրծքագեղձերը, արտաքին սեռական օրգաններին և անութային փոսերում (թևափակերում) մազածածկույթ է հայտնվում, մարմնաձևերը կանաչի գծագրություն են ստանում, ծայրն ավելի հնչեղ է դառնում Այդ շրջանում խոշորանում և հասունանում են նաև ներքին սեռական օրգանները, որոնք պահվում են որովայնի խոռոչի ներքին մասում Առաջին դաշտանի՝ սեռական օրգաններից արյունահոսության հայտնվելը վկայում է, որ աղջկա սեռական համակարգը հիմնականում արդեն ձևավորվել է:

Տղաների սեռական հասունացման սկզբում (12-13 տարեկանում) նկատվում է առնանդամի չափերի մեծացում, դեմքին, ցայրին և անութային փոսերում մազերի աճ Ձվիկները (ամորձիները) մեծանում են և սկսում սեռական հասուն բջիջներ սպերմատոզոյներ արտադրել: 13-14 տարեկանում սեռական օրգանից (ամուսնոցամ) րկտի է ունենում յուրահատուկ հոպով սպիտակ, մատուցիկ եկտուկի սպերմայի (սերմնահեղուկի) ակամա պարբերա-

կան արտագափում Այդ երևույթը կոչվում է երազախարություն (սյուրույիա) և հաճախ ուղեկցվում է օրգազմով հաճույքի զգայունով Պոլույիան սովորաբար գեղի է ունենում քնած ժամանակ և ուղեկցվում է առնանդամի մեծացմամբ և պնդացմամբ Այդ վիճակը կոչվում է Լրեկցիա Էրեկցիան կարող է առաջանալ նաև սևռական փարբեր գործոնների ազդեկությունից, օրինակ աղջկան հպվելուց, սեռական երևակայությունից Էրոսիկ ֆիլմերից կամ երազներից և այլն Բնական է նաև Լրեկցիայի առաջացումը առավոտյան

Բայի այդ, սևռական հասունացման ընթացքում սկսում է առաջ զարգանալ պապանու հենաշարժողական համակարգը, հասկապես ոսկորներն ու սկանները, ձայնը դառնում է թավ

Սեռական հասունացման արդյունքում 15-16 տարեկան պապանիների ու աղջիկների մեծ մասը ի վիճակի է սեռական հարբերությունների, որը կարող է հանգեցնել հղիության Սակայն երկխայի ծննդի, նրա դաստիարակության հաճախ երիտասարդներից պահանջվում է ոչ միայն կենսաբանական, այլև հոգեբանական և սոցիալական հասունացման որոշակի մակարդակ Այդ հասունացումը սովորաբար գեղի է ունենում 21-25 տարեկան հասակում, երբ սարդը կրթություն է ստանում, ձևաք բերում նյութական անկախություն

Պապանեկան փարիքում սևռական և սոցիալական հասունացման միջև առկա հակասությունը հաճախ բարդությունների պատճառ է դառնում Անձի համար այդ շար առանձնահատուկ շրջանում օրգանիզմում կատարվող ֆիզիկական և հոգեկան ձևափոխությունները առաջացնում են հոգեբանական յարվածություն

Երիտասարդ օրգանիզմում նշված ֆիզիոլոգիական փոփոխություններին զուգընթաց փոփոխվում է նաև արտաքինը Ամաչում են ձայնի փոփոխությունից, անհարմարության զգացում է առատակում մարմնի նոր չափերը, որից էլ դառնում են դանդաղատյով կաշկանդված Սեփական արտաքինի նկատմամբ դժգոհությունից առաջանում է անհամարձակության, վախի զգայում, կր

բեմն էլ ազրեախիությունն Երիտրասարդները փոխում են իրենց վերաբերմունքը մյուսիսներին իտրազարներին նկատմամբ, դառնում են դյուրագրգիս ինքնամոլի արամադությունը կարող է հաճախակի փափոխություններ են տեսնում Այդ արարիքում առաջանում է որոշ գալու, հմայելու և համոզվածությունը առաջադրելու ցանկություն Հարկանշական է որ այդ շրջանում պարունակելու մոլ սևաշուկան հակումներին ուսովի վաստ դրաներում է գրազմուկայնությունը, որն աղջիկների բնավորության մեջ արպահայություն է ունենալովն կամեով Կյանքի այդ շրջանի սիրու գաղափարների բացահայտման կարևոր և անընդհատ ընթացք է, երբ արթնանում են սևաշուկան ցանկությունների և հեղափոխությունների Դրանք անընդհատ ցանկապես փորձ, գարգազման որևէ փուլ շրջանակը, սևաշուկան կյանքի շատ փաղ սկսելը կամ պարանեկան շրջանում գրազմունքային կյանքից հրաժարվելը հեղափոխում կարող են ունենալ անդառնալի հեղափոխներ

Պարանեկան արարիքում մենք մշտապես ձգտում ենք ճանաչել ինքներս մեզ, պարզաբանել մեր հեղափոխությունների, ունակությունները և ցանկությունները, քանի որ այդ հասակը որոնումների, ապրելաձևի բնորոշության, մեր, որպես անձի, ձևավորման շրջանն է Սեռի արարչությունը որոշում է ոչ միայն արարչին արարչը և կենսաբանական ինքնապիպությունը, այլև թափանցում է մեր ամբողջ էության մեջ պայմանավորելով մեր մարմնության և վերապրումների ձևը, մեր վերաբերմունքը մյուս մարդկանց նկատմամբ, մեր արարքները, մեր ամբողջ կյանքը Չնայած նրան, որ ծնողները մեր առաջ աշխարհի բացահայտող առաջին մարդիկ են, գալիս է մի շրջան, երբ մեր կյանքում սպտում են հարուկ դեր խաղալ նաև այլ մարդիկ, որոնց մենք ձգտում ենք հաճախ նմանվել Դրանք և մեր ավագ բարեկամներն են, և գրքերի ու էկրանի հերոսները Այդ հասակում ուրույն դեր ունի հասակակիցների միջավայրը, նրանց աջակցությունը, որի կարիքը հաճախ են գգում ևրիտասարդները Սեռական հասունացման շրջանում առաջանում է ինքնուրույն և անկախ կյանք վարելու ցանկություն

Պատանեկությունը որոնումների, կենսական վարքագծի րնությունների շրջանն է Յուրաքանչյուր անձ ի ծնե օժտված է կենսաբանական և հոգեբանական որոշակի հստակացումներով, որոնցով էլ որոշվում է կնոջ կամ տղամարդու սեռականության պատկերացումները Հենց պատանեկան տարիքում են այդ առանձնահատկությունները բուռն զարգանում ու ձևավորվում Սեքսուալության ֆունկցիան անշուշտ միայն կրկնա ծնկու հատկությունը չէ Այն կարևոր նշանակություն ունի անձի ինտիմ կյանքում և հաճույքների, զգացմունքային օժանդակության և հոգեհարազատության աղբյուր է

Կանանց և տղամարդկանց սեռականության զարգացումը ինքնատիպ է և տարբերվում է մի շարք առանձնահատկություններով Աղջիկներին հատուկ է ավելի վաղ սեռական հասունացումը, սակայն նրանց սեռական զգացմունքային պատկերացումներն ավելի ուշ են դրսևորվում, քան տղամարդկանցինը Ղրա հետ մեկտեղ աղջիկները հակառակ սեռի հետ զգացմունքային մտերմության, խոր ապրումների կարիք չատ և ավելի շատ են ունենում Կանանց լիարժեք սեռականության ձևավորումը պայմանավորված է նաև մտերմ տղամարդու հետ հարաբերությունների որակով, նրա կողմից նրան կատարության, քնքշության և ուշադրության դրսևորումներով Ի տարբերություն տղամարդկանց, որոնք սերմնահեղուկի առաջին իսկ տարագրաման (էյակուլյուսիա) ժամանակ օրգանի զգացում են ունենում, կանայք սեռական այդ գերագույն հաճույքն զգալու համար պետք է ունենան սեռական կյանքի ավելի տևական փորձ Ղա է պատճառներից մեկը, որ տղամարդկանց և երիտասարդ տղամարդկանց սեռական գրգիռներն ավելի զգայական դրսևորում ունեն Ղրանք հաճախ կարող են զարգանալ սեռական զուգընկերուհու հետ զգացմունքային և հոգեկան մտերմությունից անկախ Պատանեկան տարիքին հատուկ է նաև այսպես կոչված տղամարդկանց գերսեքսուալությունը, որը դրսևորվում է առավել տախտուն սեռական գրգռվածության և ակտիվության ձևով, ուղեկցվում է հաճախակի էրոտիկ երագներով,

սեռական երևակայության ձևով Այդ գրգռվածության արպահապարտություններից է նաև սրտատնիներից շափերի մոտ սեռական հարաբերության ընթացքում օրգազմի արագ հասնելու ձգտումը Այդ անվերահսկելի վարքագծի արդյունք կարող է լինել գուգընկերուհու անդունդային եղիությունը կամ սեռավարակով ախտահարվելը, կֆե, ինսուլին, Վե՛ օգտագործվում հակաբեղմնավորիչ կամ պաշտպանական ժամանակակից միջոցներ, առաջին հերթին պահպանակներ

ԻՆՏԻՄ ԿՅՈՒՆԻ ՀՈԳԵՖԻԶԻՈԼՈԳԻԱ

Պետական ցուցիքը այն ժամանակն է, երբ երիտասարդների մեծ մասն անկողն է ինքին սպորտներ, առաջապա՛ միմյանց շփվելուց և խոսք բացահայտելուց Այդ պատվորտություններն ու սպորտներն օտարաբան են երիտասարդների պատկերապատմանը փորձարար և կեո՛ հարաբերությունների մասին Դրանցով են նաև պայմանավորվում սպորտ սեռական կրտերից սպասումները ակնկալիքները

Սովորաբար դուր ևկրտ սոլջիտն կրտ երիտասարդին հպվելու առաջին փորձերը կրկնուր են ու տնկարձ Այդ պոնին ի հարկ եկամ կաշկանդվածության զգույտը երիտասարդներից շափերը հակված են վոխարիներու կուպույտյոնը կրտ սրիսամայիսանքով ժամանակի ընթացքում այդ անխարահույրոնն անկողն է, մարդը համակրանք է դրսևոյում սիրելի անձնավոյության անպո՛ամք, իսկ նուրբ, անսպասելի գրկախառնությունը վերածվում է հանքուրի Հապճեպույտունը, անցումը անմիջական սեռական գործողության, շրջանցելով մպերնության ընական սարիճանները, կարող են զգալիորեն փշաչնկ վոխահողոյուսկոնը, սպեղձել սպագա ինպին գուգընկերների վերաբերյալ կուպույտյան և պարզունակ վարքագծի կանխակալ քապուրտյունը Այլևի հասուն քարիքում սիրային զույգերը շոյում են սարմնի առափկ զգայուն երոգեն մասերը, սեռական օրգանները Ինպին հարարկությունների այդ ձևերը, որոնք սերտուսի հաճույք են պարճատուն առանց սեռական գոյծողության, կոչվում են պերիկզ

Որոշ կրոնական մշակույթներ դարեր շարունակ մերժում էին նման ինֆիմ հարաբերությունները դրանք համարելով անբնական և այլասերում Այնինչ դրանք բնորոշ էին բազմաթիվ հնագույն և զարգացած մշակույթների (Հունաստան, Հին Հնդկաստան, Չինաստան) և յայնորեն տարածված են ժամանակակից զարգացած բոլոր հասարակություններում

ՂԺբախտաբար, տասնամյակներ շարունակ ոչ մեկին, առաջին հերթին տղամարդկանց, չեն սովորեցրել ինֆիմ կյանքի նրբությունները Տղամարդը տկար էր ինֆիմ կյանքի բոլոր ասպարեզներում, նրան մտահոգում էին միայն սեփական ապրումները, զգացումներն ու բավարարված լինելու գանկությունը: Բնականաբար դա չէր նպաստում կնոջ սեռականության զարգացմանը Այդ հայացքները իշխում էին դարեր շարունակ և հասել են մինչև մեր օրերը Ինֆիմ հարցերին սխալ մոտեցման և լուսաբանման ամբողջ պատճառը տգիտությունն է Բաղքենիական ւարկեշտության դիմակի տակ շատերը փորձում են շրջանցել մարդկային հարաբերությունների այս կողմը, սեռական կյանքը համարում են ինչ-որ երկրորդական բան կամ նույնիսկ արհամարհելի և ստոր գործողություն

Տեղին է հիշատակել Միշել Սոնֆենի խոսքերը, որոնք նա ասել է ավելի քան 300 տարի առաջ «Սարդկանց առաջ ինչո՞վ է մեղավոր սեռական հարաբերությունը այնքան բնական և այնքան արդարացույիչ, որ բոլորը միաբերան չեն համարձակվում դրա մասին խոսել առանց ամոթի ու շիկնելու և իրենց թույլ չեն տալիս այդ թեմային անդրադառնալ լուրջ և բարեկիրթ գրույցների ժամանակ Այսպեսդից չի կարելի՞ հեղուկություն անել, թե որքան քիչ ենք մենք այդ մասին հիշատակում, այնքան ավելի շատ են դրանով զբաղված մեր ստեղծերը»

Մեքստլոգիայով զբաղվող հեղագոստողներից շատերը գտնում են, որ սեռական տգիտությունը կենցաղային անգրագիտության հիմնական ձևերից է Իսկապես, մարդկության վերարդուստիտությունն ասպառնալից գործողությունը չի կարող ամոթալի լինել

Մարդկանց մեծ մասը չգիտե ինքիմ կյանքի հիմունքները, պարկերացում իսկ չունի, որ այդ ասպարեզում էլ կա այբուբեն Դժբախտաբար, սեռական դաստիարակության բացթողումներն անդրադառնում են մարդկանց ընդհանրական փոխհարաբերությունների վրա Հասարակած է, որ ամուսնալուծությունների մեծ մասը տեղի է ունենում ինքիմ կյանքի անհաջողությունների, դժվարությունների պարճառով

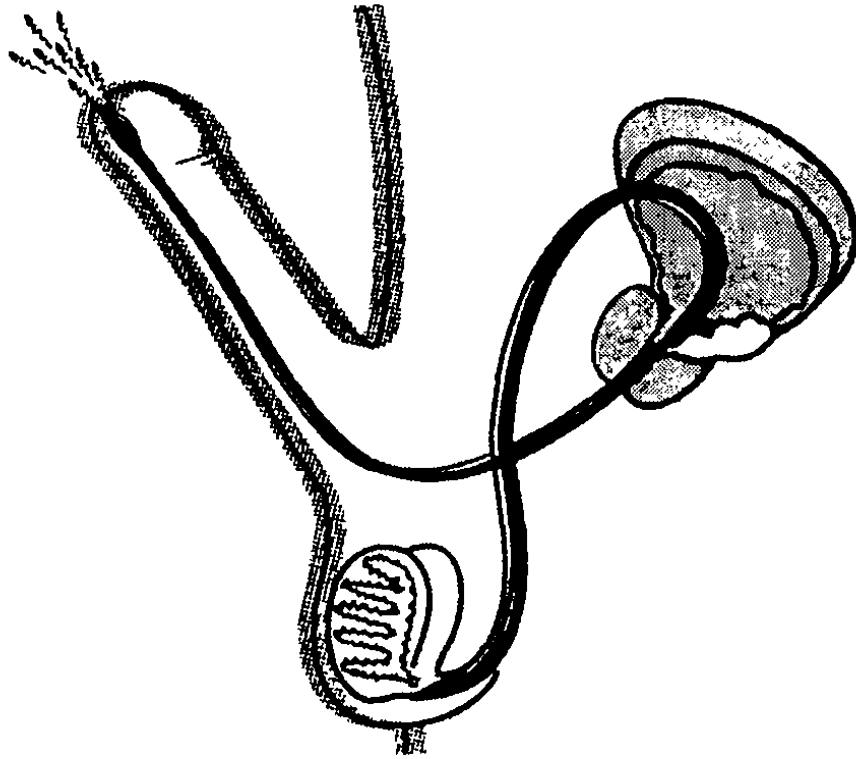
Սեռական հարաբերությունը միջոց է, որով փղամարդն ու կինը միմյանց հաճույք և ուրախություն ևն պատճառում, արտահայտում են իրենց զգացմունքային մպրնությունն ու փոխադարձ մվիրվածությունը Սիրախաղին, գգվանքնևրին և փաղաքշանքներին սովորաբար նախորդում է սեռային հակումը լիբիդոն, որը զգալիորեն պայմանավորված է հորմոնների արտազատմամբ

Լիբիդոն յուրաքանակ հակվածության զգայում է հակառակ սեռի նկատմամբ: Կենդանական աշխարհում լիբիդոն ունի միայն մեկ բնական նշանակություն րեպրոդուկում և տեսակի վերարտադրություն Բանական մարդու սեռական հակվածությունը հարուստ է զգացմունքներով և բնորոշում է հակառակ սեռի մարդկանց փոխհարաբերությունների բնույթը Այդ պատճառով էլ մարդու սեռական կյանքը դուրս է գալիս կենսաբանական նպատակից: Բայց և այնպես, սեռական հակվածության մեջ զգալի տեղ ունեն սոցիալական գործոնները, առաջիմ հերթին, շրջակա միջավայրը, դաստիարակությունը, հակումների և այլն Սեռական ֆունկցիայի խթան են ոչ միայն հորմոնները, այլև հիմնական գրգռիչները մերկ զուգընկերոջ տեսքը, նրան հպվելը, հոգեբանական գործոնները (զուգընկերոջ հագուստների հանելը, նրան նախապատրաստելը ինքիմ հարաբերությանը և այլն) Միաժամանակ քիչ չեն նաև սեռական գրգռվածության արգելակմանը նպաստող հանգամանքները (զուգընկերոջ վանող տեսքը, տիան հուրը, արտահայտությունների և այլն) Մարդու սեքսուալության կենսաբանական հիմքերը տղամարդու և կնոջ սեռական համակարգն է Այն ներառնում է իր մեջ վերարտադրության (բեղմնա-

Առնամիտը հանգիստ վիճակում 6-8 սմ երկարություն ունի Այն կազմված է գլխիկից և մարմնից Առնանդամը ծածկված է մաշկով, իսկ ներսում կազմված է փապարային (կավերնոզ) հյուսվածքից, որը գրգռվելու ժամանակ լցվում է արյունով, և առաջանում է Լրեկցիա Այդ ժամանակ առնանդամի ծավալը մեծանում է 2-3 անգամ, նա պնդանում է և ընդունակ է դառնում սեռական հարաբերության Գրգռվածության անկումից հետո արյունը հետ է հոսում, և առնանդամը հանգիստ վիճակի է վերադառնում Գլխիկը ծածկող մաշկը, որը կոչվում է թլիփ, շարժուն է, ծալք է առաջացնում Գլխիկը և թլիփի ներսային մակերեսը ծածկված են բազմաթիվ մանր գեղձերով, որոնք արտադրում են ճարպանման արտազատուկ՝ սնեզմա

Ներքին սեռական օրգանները ամորձիներն են, դրանց կտորդները (մակամորձի), սերմնաբջջերը, շագանակագեղձը (պրոստատ) Սերմնաբջջերի և շագանակագեղձի ծորանները բացվում են միզուկի (ուրեթրա) հետին մասում, որը սկիզբ է առնում միզապարկից Վերջինս գտնվում է որովայնի խոռոչի ներքևում Միզապարկից սկիզբ է առնում միզուկը, որն անցնում է առնանդամի ամբողջ երկարությամբ և վերջանում է գլխիկի վրա միզանցքով Ամորձիներում ձևավորվում են սպերմատոզոիդները փղամարդու սերմնաբջջիցները, որոնք սերմնալարերով բարձրանում և խառնվում են սերմնաբջջերում արտադրվող սերմնահեղուկին՝ Սեռական ակտի ընթացքում, սերմնաժայթքման ժամանակ դեպի հեշտոց դուրս են նետվում մոտ 200 միլիոն սպերմատոզոիդ (նկ. 2)

Սպերմատոզոիդների շարժունակությունը կարուկ մեծանում է, երբ սերմին միանում է շագանակագեղձի արտազատուկը, որը պարունակում է սպերմայի կենսունակությանը նպաստող նյութեր՝ Այս եղանակով ակտիվացած սպերմատոզոիդները ընդունակ են 2-3 ժամվա ընթացքում հաղթահարել հեշտոցից մինչև արգանդային խողովակներն ընկած փարածությունը, որպեղ և սովորաբար փեղի է ունենում բեղմնավորումը Շագանակագեղձի վնասվածքից



Նկ 2. Սերմնաժայթքման ընթացքում դուրս է նետվում 4-8 մլ սերմ, որը պարունակում է մոտ 200 միլիոն սպերմատոզոիդ

(տրավմա) կամ տարբեր պատճառներից, այդ թվում նաև սեռավարակներից ծագած բորբոքումների դեպքում, կարող է առաջանալ սեռական ֆունկցիայի խանգարում, սեռական անկարություն իմպոտենցիա, և անգամ անպտղություն Իզուր չէր, որ հնում շագանակագեղձն անվանում էին տղամարդու երկրորդ սիրտ։

Սակայն ամորձիները կատարում են միաժամանակ նաև ներքին արտազարման ֆունկցիա Տղամարդկանց սեռական հորմոնների՝ անդրոգենների արտադրության շնորհիվ է ապահովվում արական սեռական հակումը՝ լիբիդոն և երկրորդական սեռական նշանների զարգացումը Ահա այդ պատճառով էլ ամորձապված (ամորձիների հեռացում) տղաները (սա դեռևս դարեր առաջ ընդունված էր Արևելքում) զարգանում էին կանանց նման, զրկված էին սեռական հակումներից Հետաքրքիր է, որ տղամարդու օրգանիզմում արտադրվում են ոչ միայն արական հորմոններ, այլև իգական քիչ քանակով Նույնն է նաև կանանց օրգանիզմում իգական հորմոններին էստրոգեններին զուգահեռ արտադրվում է

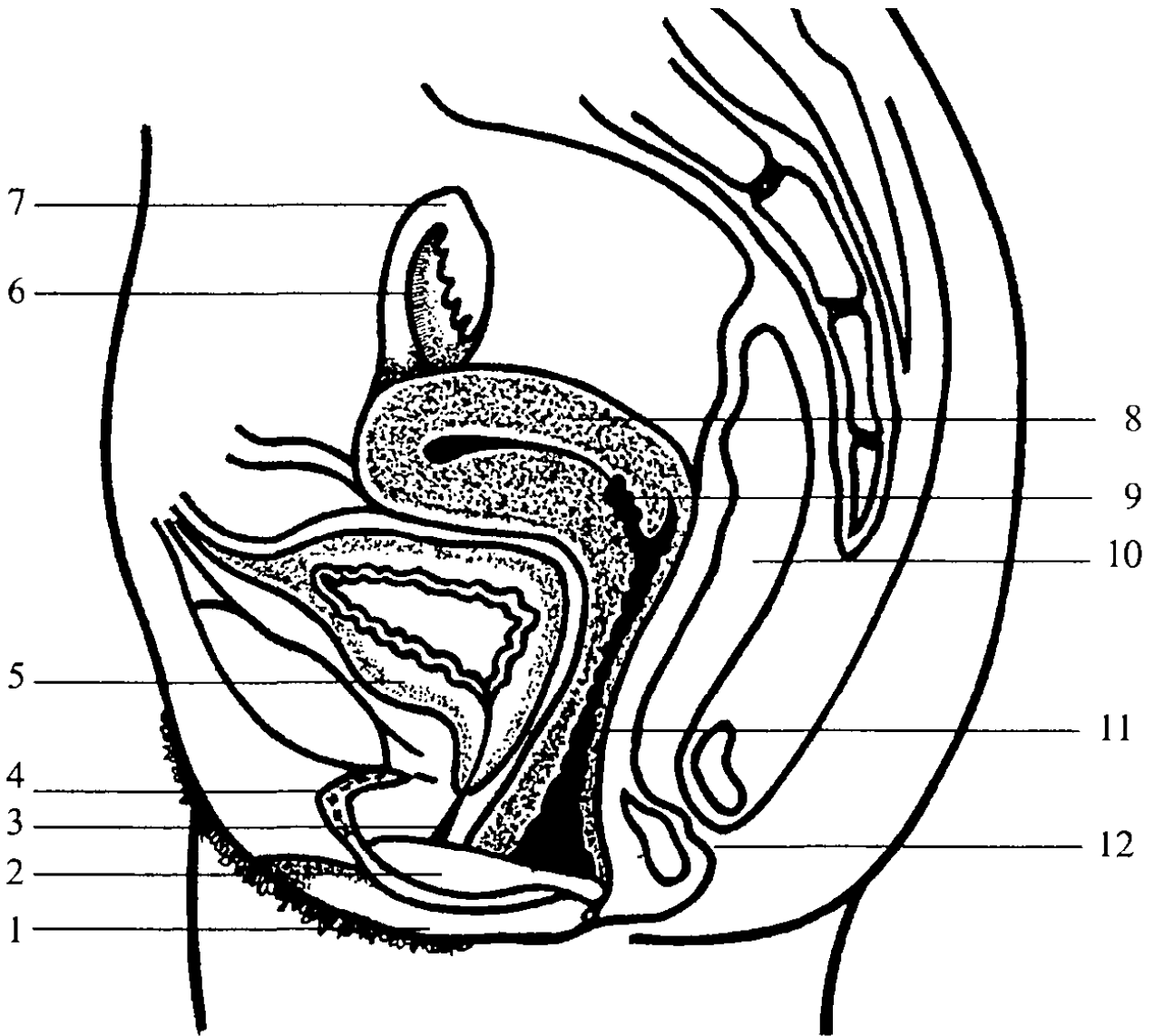
ման անդրոգենների որոշ քանակություն Դրանց առկայությունը, չափի սահմաններում, անհրաժեշտ է մարդու բնականոն զարգացման համար Այդ հորմոնների արտադրության համամասնության խանգարման դեպքում առաջանում են տարբեր հիվանդագին երևույթներ, որոնք հանգեցնում են ֆիզիկական և հոգեբանական շեղումների Դրանք են տղամարդկանց ներքինացումը, աճի արգելակումը, գինեկոնասպիան, կանաչիացումը, իսկ կանանց մոտ մկանների աճը, մազակալումը և այլն

Սեռական և ներզարիչ մյուս գեղձերի միջև գոյություն ունի սերտ կապ, որի կարգավորման գործում մեծ դեր ունեն մարդու գլխուղեղի առանձնահատուկ կառուցվածքները, այլ խոսքով նյարդային համակարգը Ահա թե ինչու գլխուղեղի տարբեր խանգարումների կամ վնասվածքների, հոգեբանական ցնցումների (սթրես), թունավորումների (ալկոհոլով, թմրանյութերով) ժամանակ կարող են առաջանալ սեռական խանգարումներ, որոնք հանգեցնում են տղամարդկանց սեռային անկարության, իսկ կանանց զրկում երեխա ունենալու հնարավորությունից Մյուս կողմից՝ բացահայտվում է սեռական գեղձերի գործունեության ազդեցությունը գլխուղեղի վրա և դրա հետ մեկտեղ նրանց դերը ման մարդու հոգեբանության ձևավորման հարցում

Կանանց սեռական օրգաններն էլ են բաժանվում երկու մասի արտաքին և ներքին (նկ 3) Արտաքին օրգաններն են՝ մազածածկույթով պատված մեծ ամոթաշուրթերը Դրանց միջև գտնվում են փոքր ամոթաշուրթերը, որոնք միանում են ծլիկի (կլիտորի) հիմքում, որը կանաչի առանձնահատուկ զգայուն, առնանդամին մոտավոր նմանություն ունեցող օրգանն է Հանգիստ վիճակում ծլիկը նման է փոքրիկ ելուստի, իսկ գրգռվելիս լցվում է արյունով, ինչպես առնանդամը, և կարող է հասնել 2-3 սմ մեծության Ծլիկից ներքև գտնվում է կանանց միզածորանը, որից քիչ ներքև գտնվում է հեշտուղի մուտքը, որը աղջիկների մոտ ծածկված է կուսաթաղանթով Դրսից հեշտուղի մուտքը ծածկված է մեծ և փոքր ամոթաշուրթերով, որոնք սեռական գրգռվածության ժա-

մանակ արյան հոսքի հերկանքով մեծանում են Միաժամանակ ուժեղանում է դրանց վրա գրգռվող փարբեր գեղձերի գործունեությունը, արտադրվում է մեծ քանակությամբ լորձ, որը և հեշտույնում է առնանդամի մուտքը հեշտույ

Հեշտույնը խողովակաձև է, ունի 8-12 սմ երկարություն և 2-3 սմ լայնություն, շափ առածգական է և կարող է սեռական հարաբերության և հարկապես ծննդաբերության ժամանակ ընդարձակվել



Նկ. 3. Կնոջ արտաքին և ներքին սեռական օրգաններ

- 1 մեծ ամոքաշուրթեր, 2 փոքր ամոքաշուրթեր, 3 միզուկ, 4 ծլիկ,
 5 միզապարկ, 6 չվարան, 7 արգանդափող, 8 արգանդ
 9 արգանդի վզիկ 10 ուղիղ աղի, 11 հեշտույն, 12 սրբան

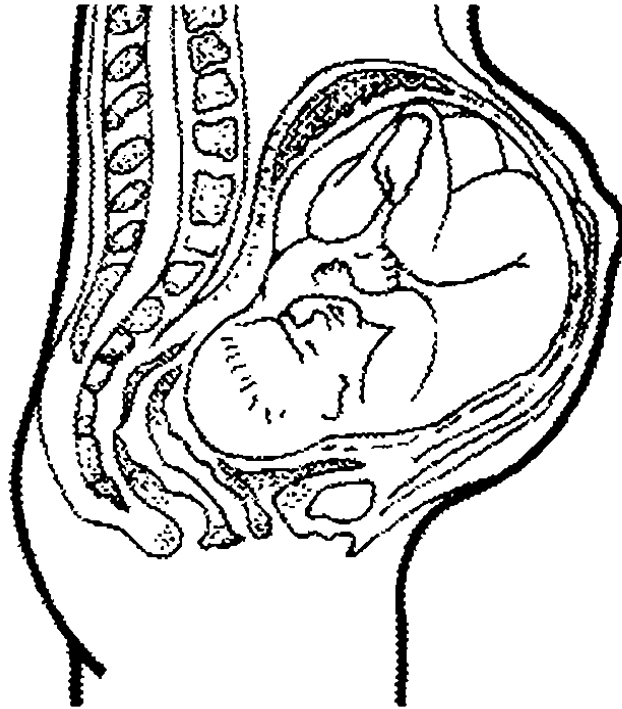
Հեշտոցի կենսաբանական նշանակությունն այն է, որ սեռական հարաբերության ժամանակ ընդունում է առնանդամը Հեշտոցը նաև այն ճանապարհն է, որով անցնում է երեխան ծննդաբերության ընթացքում Այս օրգանը, միաժամանակ, կարարում է կարևոր դեր ներքին սեռական օրգանները պաշտպանելով մի շարք վարակներից, որոնք սովորաբար ոչնչանում են յուրաքանչյուր կնոջ հեշտոցում արտադրվող «պաշտպանների»՝ մանրէների և նյութերի կողմից

Հեշտոցի նորմալ լորձաթաղանթը արտադրում է աննշան քանակությամբ սպիտակավուն հեղուկ (շմաթ) Առողջ աղջիկներն ու կանայք այդ արտաթորումը չեն նկատում Հիվանդագին երևույթների ժամանակ դրա քանակությունը կարող է մեծանալ՝ փարբեր դրսևորումներ սրանալով՝ փոխվում են գույնը և հոտը, կազմությունը և տեսքը Սեռական հասունացման շրջանում աղջիկների 80-90 փոկոսն ունենում է շմաթի արտադրություն, և դա համարվում է սովորական երևույթ

Կուսանց ներքին սեռական օրգանները, հեշտոցից բացի, ձվարաններն են, արգանդը, ձվափար փողերը (արգանդափողերը), որոնք միասին տեղավորված են որովայնի խոռոչի ներքևի մասում Ձվարաններում գտնվում են բազմաթիվ պարկիկներ (ֆոլիկուլներ) դրանցից տեղադրված ձվաբջիջներով կանանց սեռական բջիջներով Ձվարանները ոչ միայն ձվաբջիջ են արտադրում, այլև կանանց սեռական հորմոններ՝ էստրոգեններ Այդ հորմոնների ազդեցության տակ ձևավորվում են առաջնային և երկրորդային նշանները, սկսվում է դաշտանը, կարարվում են արգանդի լորձաթաղանթի պարբերական փոփոխություններ, որոնք արգանդը նախապարասպում են բեղմնավորված ձվաբջջի հնարավոր մուտքին, իսկ կաթնագեղձերը՝ կաթի արտադրությանը Ձվարաններում կանանց սեռական հորմոնների հետ միաժամանակ արտադրվող փղամարդկանց հորմոնների հարաբերությունը աննշան է 10:1 Ձվարանների (ինչպես և ամորձիների) գործունեությունը նույնպես կարգավորում է գլխուղեղը, որի որոշ կառուցվածքները աղջիկներ

րի սեռական հասունացման սկզբից ապահովում են դաշտանի պարբերականությունը

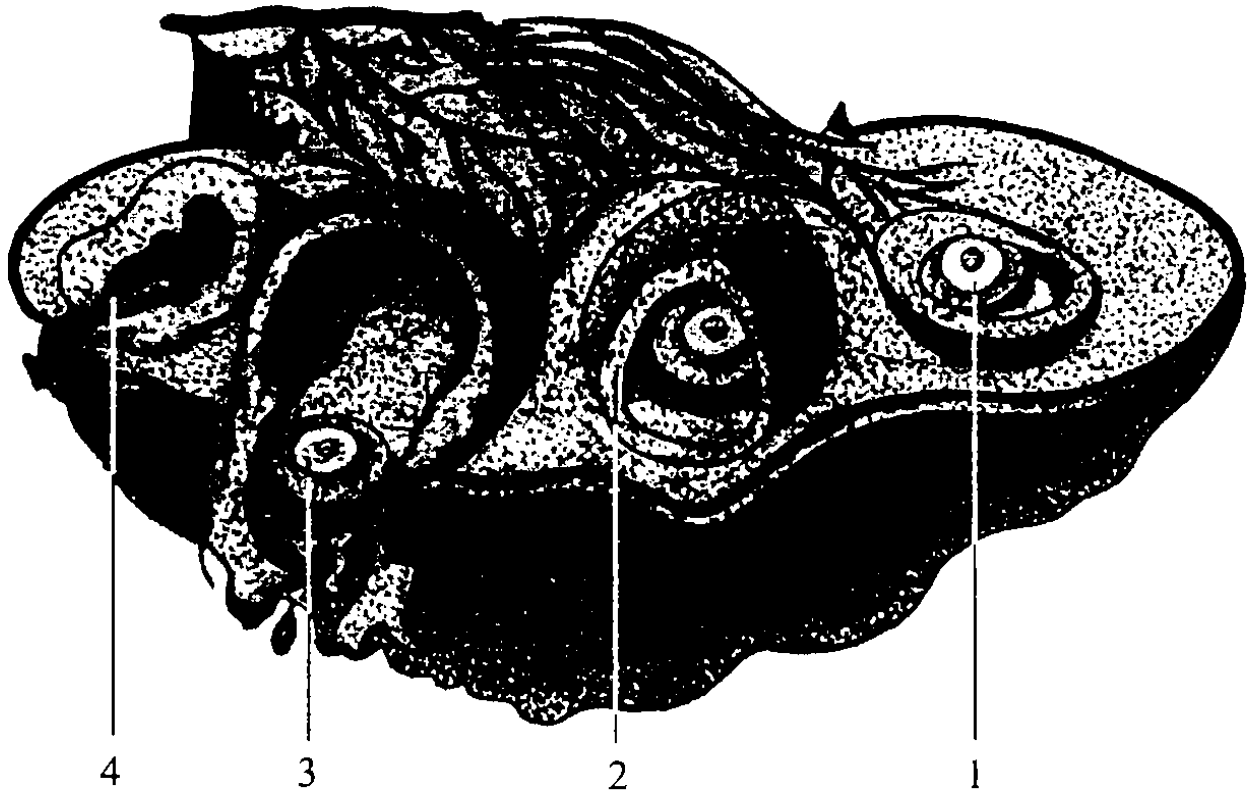
Որովայնի խոռոչի ներքևի մասում՝ փոքր կոնքում, գտնվում է արգանդը Դա տանձանման օրգան է, որն ունի հասարակական պարբեր, որոնք ներսից պատված են լորձաթաղանթով։ Սովորաբար արգանդն ունի 7-9 սմ երկարություն, 5 սմ լայնություն և 50 գրամ քաշ Հղիության շրջանում այն մեծանում է տասնյակ անգամ, որպեսզի տեղավորի զարգացող պտուղը (նկ. 4)



Նկ. 4. Պտուղը ծննդաբերությունից առաջ՝ հղիության վերջին ամսվա ընթացքում

Արգանդը մի քանի անգամ մեծանում է նաև դաշտանի ընթացքում Այդ պրոցեսը ավելի վառ է արտահայտվում ձվազարման (օվուլյացիայի) ժամանակ, երբ հասունացած ձվաբջիջը դուրս է գալիս ձվարանից և անցնում արգանդային ձվարար փողերով։ Այդ ժամանակ արգանդի հասարակած լորձաթաղանթը պատրաստ է ընդունել բեղմնավորված ձվաբջիջը Ձվազարտումը սովորաբար փակ է ունենում դաշտանից 14 օր անց։ Ձվաբջջի ձվարանից դուրս գալու տեղում ձևավորվում է այսպես կոչված դեղին մարմինը, որն արտազարտում է հղիության ընթացքի և կաթնազար-

մում համար շատ անհրաժեշտ հորմոն լյուտեին (նկ 5) Սակայն սպերմատոզոիդների բացակայության դեպքում, երբ բեղմնավորում չի կատարվում, լորձաթաղանթն անջատվում է, սկսվում է արյան հոսք սևռական ճեղքից դաշտանային արյունահոսություն 1-2 օր անց արգանդը կրկին իր բնական չափերն է ընդունում



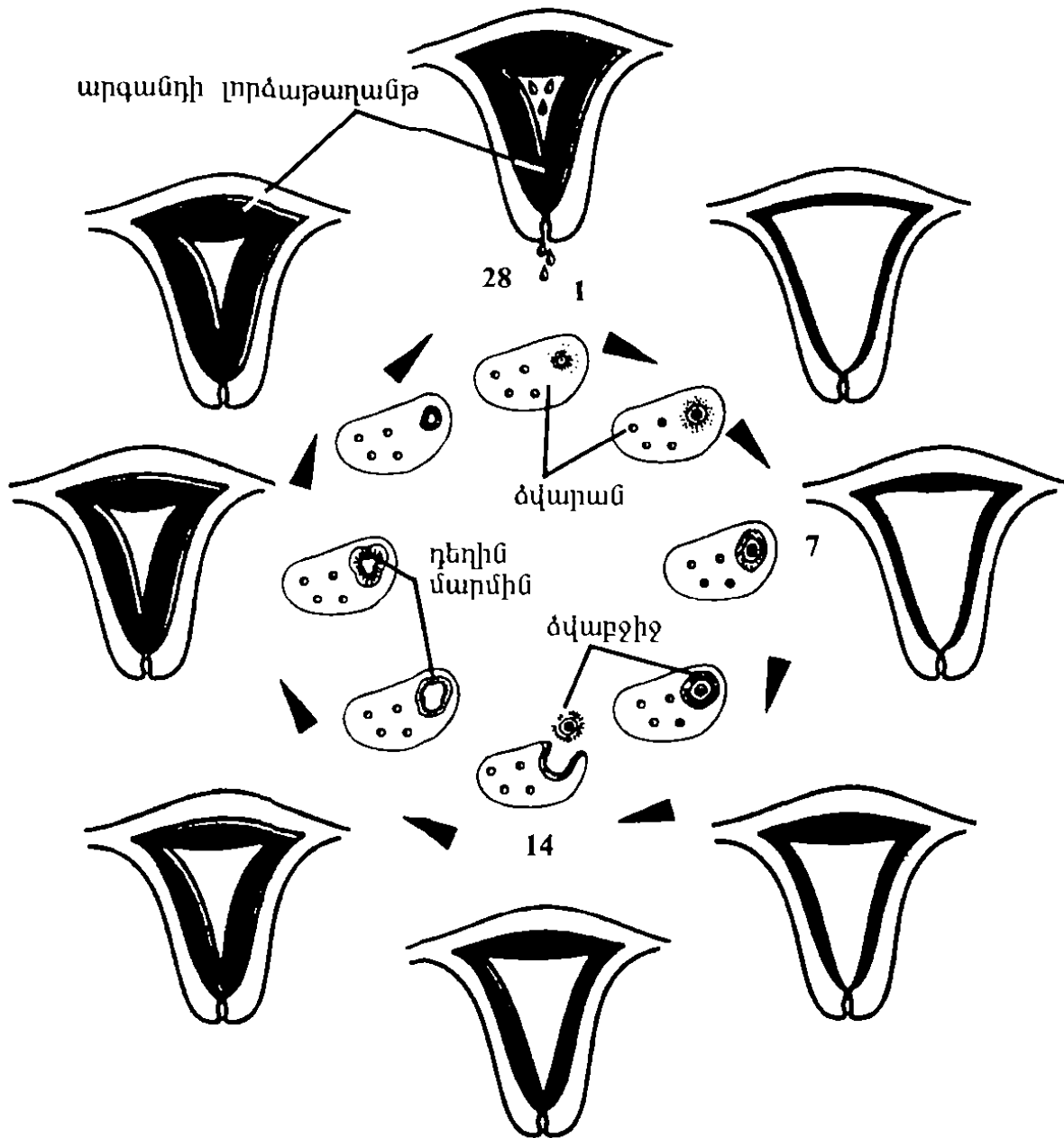
Նկ. 5. Չվաբջի զարգացման փուլերը ձվարանում

1 ձվաբջիջ, 2 ձվակիր պարկիկ (ֆոլիկուլ), 3 ձվազարման պահ, 4 դեղին մարմնի զարգացում

Նկարագրված փոփոխություններն ունեն պարբերական բնույթ, կրկնվում են միջինը 28 օրը մեկ և կազմում են դաշտանային ցիկլը Արյունահոսությունը լինում է պարբեր փուլերում և չափով, բայց սովորաբար փուլում է 3-5 օր Դաշտանային ցիկլը կարող է և ավելի կարճ լինել՝ մինչև 21 օր, ինչպես նաև ավելի երկար՝ փուլով մինչև 32 օր Սեռական հարաբերության ժամանակ բացվում է արգանդի վզիկը, որը նպաստում է սպերմատոզոիդների ներթափանցմանը Բեղմնավորման դեպքում ձվաբջիջը անրանում

Լ արգանդի լորձաթաղանթին, որը նշանակում է հղիության սկիզբ (նկ 6)

Ձվաբար խողովակները (արգանդափողերը) ձգվում են արգանդից աջ և ձախ դեպի ձվարանները Նրանց երկարությունը 10-13 սմ է



Նկ. 6. Գաշտանային (մենստրուալ) ցիկլի ընթացքը

Փողերի ազատ ծայրը ծոպերի տեսք ունի, ընդգրկում է ձվարանը և բռնում է ձվազարման ժամանակ անջատված ձվաբջիջը։ Փողերի պատերի կծկման շնորհիվ ձվաբջիջը շարժվում է դեպի

արգանդ: Առողջ կանանց օրգանիզմում այս ամենը կապարվում է առանց որևէ շեղման Երբ ներքին սեռական օրգաններում զարգանում է բորբոքում և դրա հետևանքով փողի նեղացում, կծկումների խախտվում են և խանգարվում է ձվաբջջի շարժումը դեպի արգանդ Եթե այդ ամենին զուգահեռ տեղի է ունենում նաև բեղմնավորում, ձվաբջջից ամրանում է փողի պատին և այսպեղ էլ սկսվում է նրա զարգացումը Այդ վիճակն անվանում են արտարգանդային հղիություն: Աճող պտուղը մեծանալով պատում է արգանդի փողը՝ առաջանում է ներքին արյունահոսություն, որի ժամանակ հնարավոր են լուրջ հետևանքներ:

Սեռական հորմոնների ազդեցությունից փոփոխություններ են տեղի ունենում նաև կանանց կաթնագեղձերում, որոնք ունեն, ի դեպ, ոչ միայն երեխային կերակրելու դեր, այլև կարևոր նշանակություն կնոջ սեռական կյանքում Սեռական հասունացման սկզբից սկսած, կաթնագեղձերը հետզհետե մեծանում են, պտուկները խոշորանում են, նրանց շուրջը լայնանում է մուգ շագանակագույն շրջանակը (պսակ), որը հարուստ է նյարդային վերջավորություններով և ամենազգայուն (երոզևն) գոտիներից է:

Սեռական հակումը բնութագրվում է ոչ միայն նկարագրված կենսաբանական պրոցեսներով և սոցիալ-հասարակական գործոններով, այլև անձի անհատական հատկանիշներով, նրա կրթական մակարդակով, կենսափորձով: Առողջ մարդուն հապուկ են սեռական (սեքսուալ) լարվածության որոշակի մակարդակ, սեռական հակումներ, որոնք ծագում են սեռական հասունացման շրջանում և պահպանվում են երկար տարիներ:

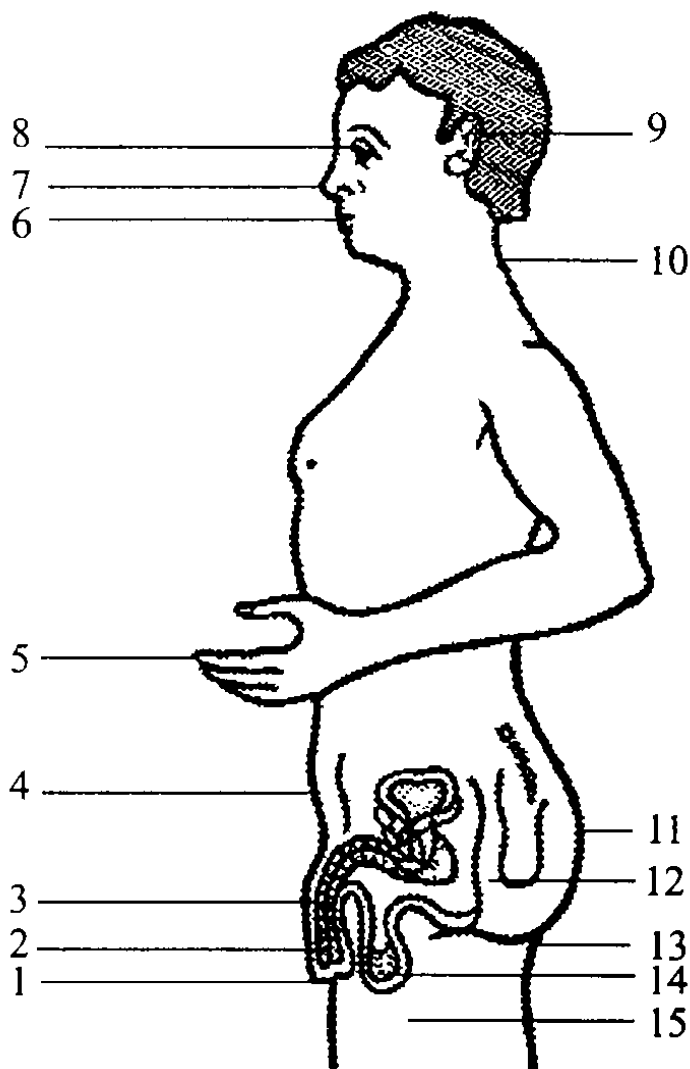
Սեռական հարաբերությունների ժամանակ զուգընկերների վարքագիծը, նրանց համբույրները, զգվանքները և գրկախառնությունները բազմերանգ ներկայանակ են, որը հոգեբանական, զգայմունքային դրական ազդեցություն է ունենում նրանց վրա, բարձրացնում սեռական ունակությունը (պոտենցիա):

Համբույրները, օրինակ, ուղեկցվում են գրկախառնություններով: Ունանք գերադասում են նուրբ համբույրներն ու քնքուշ զրգ-

վանքները, մյուսները ուժեղ և կարուկ Հայրնի է, որ շրթունքներն ու լեզուն շատ ուժեղ գրգռիչներ են. Ահա թե ինչու այդքան մեծ է համբույրների նշանակությունը սիրախաղի մեջ, որը սեռական հարաբերությունների նախերգանքն է Ի դեպ, սեռական օրգանները համբուրելը կարելի՞ է այլասերվածություն համարել Հավանաբար՝ ոչ: Այս ասելով՝ պետք է հաստատել, որ նման գործողությունները թույլատրելի են, եթե դրանք երկուստեք հաճելի են. Իսկ եթե դրանք ամուսիններից մեկին փհաճ են, նման բռնությունը բոլորովին անպետի է

Սովորաբար սեքսուալ խաղն սկսվում է բառերով «գուրգուրանքներից» և հետզհետե վերածվում է մարմնի փաթեթ մասերի փաղաքշանքի, գուրգուրանքի.

- 1 թլիփ.
- 2 առնանդամի գլխիկ.
- 3 առնանդամի մաշկ.
- 4 որովայնի և ցայլքի մաշկ
- 5 շոշափական գուրի.
- 6 շրթունքներ, լեզու
- 7 հոտառական գուրի.
- 8 րեստդական գուրի.
- 9 լսողական գուրի.
- 10 պարանոցի մաշկ.
- 11 հեյրույթի մաշկ.
- 12 սրբան,
- 13 շեքի մաշկ.
- 14 փոշի մաշկ.
- 15 ազդրի ներսային մակերես



Նկ. 7. Տղամարդու էրոգեն գոտիներ

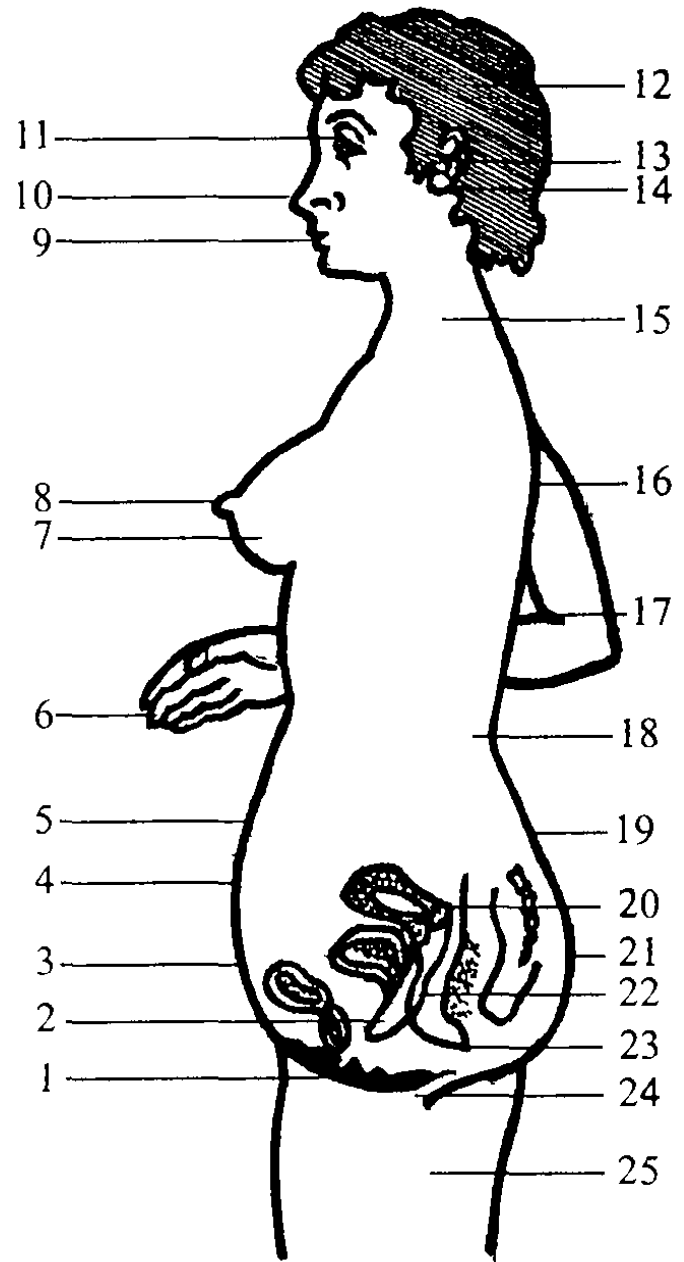
Մարդն ունի մաշկի որոշակի գերզգայուն մասեր՝ երոզեն գոտիներ, որոնց գրգռումը հաճույք է պատճառում և հաճախ կարող է ավարտվել օրգազմով (նկ. 7).

Տղամարդկանց մոտ երոզեն գոտիները ավելի հաճախ շրթունքներն են, առնանդամի գլխիկը, թլիփր, ամորձապարկը, ցայլքը, ազդրերի ներքին մասերը. կանանց էրոզեն գոտիներից են շուրթերը, ականջաբլթակները, կաթնագեղձերը, հարկապես պրուկները և հարպրուկային շրջանը, որովայնի ներքևի մասի մաշկը, ցայլքը, ազդրերի ներսային մասը, հեկուլքը Սակայն կանանց սեռական օրգանների ամենազգայուն մասերն են ծլիկը, մեծ և փոքր ամոթաշուրթերը, հեշտույթի մուկը (նկ. 8)

Սեռական հարաբերության սկզբում փղամարդը պետք է նըրքանկատրեն գտնի կնոջ էրոզեն գոտիները և անցնի առավել զգայուն հատվածների գրգռելուն՝ Պետք է հիշել, որ էրոզեն գոտիների գրգռումը սեռական գրգռվածություն է առաջացնում էրոտիկ-հոգեբանական փրամադրվածության ժամանակ Նկարագրված էրոզեն գոտիները մարդկանց մեծ մասի համար հաճախ նույնն են՝ Սակայն լինում են նաև անհատական, առանձնահատուկ էրոզեն գոտիներ, օրինակ՝ արմնկաձալի կամ ծնկի, մարմերի մաշկը և մաշկի այլ հատվածներ:

Սեռական հարաբերության ընթացքն ընդունված է բաժանել մի քանի հատվածների (փուլերի), որոնք ունեն իրենց անվանումները և գիտական բացատրությունը. Սակայն չխորանալով այդ մանրամասների մեջ հարկ է նշել, որ սեռական հարաբերության փրկությունը փրամանվում է շատ մեծ սահմաններում Շատ բան ուղղակիորեն առնչվում է զուգընկերների ֆիզիկական, հոգեզգայմունքային վիճակին, սեռական փորձին, մի խոսքով՝ կախված է նրանց անհատական առանձնահատկություններից. Ցավոք, շատերը չգիտեն, որ գգվանքների փուլը պետք է զգալիորեն գերազանցի հաջորդ շփման փուլի փրկությանը, քանի որ, փղամարդիկ շուտ են գրգռվում, իսկ կանայք ավելի դանդաղ՝ 3-10 րոպեի ընթացքում

- 1 մեծ եւ փոքր ամոթաշուրթեր
- 2 ծիկ.
- 3 ցայլքի մաշկ.
- 4 որովայնի մաշկ.
- 5 պորր
- 6 շոշափական գորի.
- 7 կրծքագեղձ
- 8 պրուկ եւ պրկային գորի.
- 9 շրթունքներ եւ լեզու.
- 10 հոտառական գորի.
- 11 տեսողական գորի.
- 12 գլխի մաշկ.
- 13 լսողական գորի.
- 14 սկանջ (խեցի եւ բլթակ).
- 15 պարանոցի մաշկ.
- 16 մեջքի մաշկ.
- 17 արմնկածալքի մաշկ
- 18 գուրկատեղի մաշկ.
- 19 սրբուկի մաշկ.
- 20 արգանդի վզիկ
- 21 հետույքի մաշկ.
- 22 հեշտոց.
- 23 սրբան.
24. շերի մաշկ
- 25 ազդրի ներսային մակերես



Նկ. 8. Կնոջ էրոգեն գոտիներ

Բժիշկները նշում են «Սեռական հարաբերություններից առաջ զգվանքները պետք է չորս անգամ ավելի տևական լինեն, քան բուն հարաբերությունը»

Ուստի, նախերգանքը (սիրախաղը) գուզընկերներին մեծ հաճույք պատճառելով, նրանց նախապատրաստում է սեռական հարաբերության իրականացմանը. Դրա արդյունքը տղամարդկանց առնանդամի էրեկցիան է, որը հաճախ ուղեկցվում է միզուկից լոր-

ձի աննշան քանակի արտահոսքով Կանանց գրգռվածության և սեռական հարաբերությանը պատրաստ լինելու առաջին նշաններից է հաճախապես շնչառությունը, կաթնագեղձերի մեծացումը, պտուկների երկարումը, և ամենակարևորը ծիկի լարումը, մեծ ու փոքր ամոթաշուրթերի մեծանայն ու խոնավանալը:

Սկզբում սեռական հարաբերությունը հեշտուղիով համար կինը կարող է ինքն ուղղակի առնանդանը դեպի հեշտուղի Դրանից հետո տղամարդն սկսում է շարժումներ, որոնց հաճախականությունը գուցենկերները կանոնավորում են համապետ Շարժումները հեղուկներ ավելի արագանում են, իսկ գգվանքները և գուրգուրանքները դրան գուցահետ շարունակելով, նպաստում են գրգռման պրոցեսի զարգացմանը Շարժումների թիվը մի քանի տասնյակից կարող է հասնել մինչև մի քանի հարյուրի և ուղղակիորեն պայմանավորված է տղամարդու սննդամթերքի առանձնահատկություններով Ընդունված է, որ սեռական հարաբերության այս փուլի միջին տևողությունը 1-3 րոպե է Սակայն շատ տղամարդկանց մոտ այդ փուլը տատանվում է լայն սահմաններում և կարող է հաշվվել տասնյակ րոպեներով:

Եթե կնոջ գրգռվածությունը չի աճում ավանարդու գրգռվածությանը գուցահետ, պետք է շարժումները կանոնավորել այնպես, որպեսզի հասնել ներդաշնակության: Հակառակ դեպքում տղամարդու մոտ սկսվում է սերմնաժայթքումը և օրգազմը, իսկ կինը մնում է չբավարարված, օրգազմի չհասնելու պատճառով Տղամարդու օրգազմը տևում է մի քանի վայրկյան և արտահայտվում է հաճույքի զգացման արագ զարգացմամբ և կտրուկ անկումով:

Ի տարբերություն տղամարդկանց, կանանց մոտ օրգազմը կայուն չէ, սովորաբար ունի ակիքածն բնույթ, հաճախ լինում է երկարատև և թուլանում է մի քանի րոպեի ընթացքում: Հնարավոր են 1-2 րոպե ընդմիջումով իրար հաջորդող մի քանի օրգազմներ: Օրգազմից հետո գուցենկերների մոտ սկսվում է մկանային լարվածության թուլացում, սեռական օրգանների արյան հոսքը պակասում է, դրի հերևանքով թուլանում են առնանդանը, ծիկը և

անհետանում է հեշտոցի արտաքին հարվածի կծկվածությունը (օրգաստիկ մանժետ) Եթե կինը չի բավարարվել «լիցքաթափում» փեղի չի ունեցել, արգանդը, հեշտոցը և արտաքին սեռական օրգանները մնում են այտուցված Կնոջ հաճախակի անբավարարվածությունը կարող է հանգեցնել անցանկալի հետևանքների՝ սեռական օրգանների բորբոքում, դաշտանի խանգարում, ներոզներ: Դրանից խուսափելու համար փղամարդը պետք է սեռական հարաբերությունն ավարտի շատ նրբանկատորեն, հնարավորին չափով հասնելով զուգընկերոջ լիցքաթափմանը՝ օրգազմի

Վան դե Վելդեն իր «Ամուսնության ֆիզիոլոգիան» գրքում այդ մասին գրել է. «Սեռական հարաբերությունից հետո փղամարդու վերաբերմունքը շատ կարևոր և առավել էական հանգամանք է, որը հաճախ անտեսում են ամուսինները Անգամ սիրող ամուսինները սեռական ակտից հետո անմիջապես քնում են Նրանք մեջքով շրջվում են դեպի կինը այն ժամանակ, երբ նա, դեռ նվաղկոտ, ներքուստ զգում է սեռական գրգռվածության դանդաղ անհետանալը Նման վերաբերմունքի հետևանքով փղամարդն իրեն զրկում է հոգեկան և զգայմունքային սուր ապրումներից, բայց ավելի վարձն այն է, որ դրանով նա զրկում է սիրած կնոջը պատրանքներից՝ ի հայտ բերելով նրա զգայուն էության, սիրո գեղագիտական նրբանկատության, վերստին քնքշանքի և գուրգուրանքի անհրաժեշտության իր բացարձակ չիմացությունը».

Ներդաշնակության և փոխադարձ բավարարվածության հասնելու հարցում կարևոր նշանակություն ունեն նաև այլ գործոններ: Օրինակ՝ մարմինների դիրքը սեռական հարաբերության ժամանակ Դիրքի ճիշտ ընտրությունը հաճախ վճռորոշ է ոչ միայն առավել գրգռվածություն առաջացնելու, այլև՝ ինտիմ կյանքի բազմազանություն ստեղծելու համար: Անշուշտ, այդ հարցը ինքնուրույն կարգավորում է զուգընկերների հասակների փոքրերությունը, մարմնի քաշը, սեռական օրգանների անատոմիական կառուցվածքը, առողջական վիճակը և այլն

Այդ պարզապես էլ պետք է համաձայնել նրանց հետ, ովքեր

պնդում են, որ անկողնում փոխադարձ համաձայնությամբ թույլատրելի է ամեն ինչ, և թույլատրելիի ու անթույլատրելիի (ամոթի ու անամոթի) չափանիշը սիրողների փոխըմբռնումն է Դա վերաբերում է առաջին հերթին սեռական հարաբերությունների ժամանակ մարմնի դիրքերին, որի ավելի քան 300 տարբերակներ են նկարագրել տարբեր հեղինակներ

Այդ առումով հարկավոր է ընդգծել, որ այս կամ այն դիրքը կիրառելը, դրանց հաճախակի փոփոխությունը, սեռական գրգռվածություն առաջացնելու հատուկ միջոցներ օգտագործելը ոչ մի ընդհանրություն չունեն անբարոյականության, սեռական սանձարձակության հետ Ավելին, հաճախ հենց դիրքի փոփոխությունը, որին կինը դժվարությամբ է համաձայնում, տալիս է նրան այն զգացումը, ինչի մասին նա կարողացել է միայն գրքերում կամ տեսել ու զգացել է երազներում։ Այնուամենայնիվ, սեռական կյանքի վրա ներազդող բոլոր գործոններից ամենակարևորը պետք է համարել սիրո փոխադարձ զգացումը

ԻՆՏԻՄ ՀԱՐԱԲԵՐՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ՀԻՓԵՆԱ

Երիտասարդ հասակում մարդու մեջ ձևավորվում են բազմաթիվ սովորություններ, որոնցից հետագայում մեծապես կախված են մեր առողջությունը, ինքնավստահությունը, ինչպես նաև ֆիզիկական հմայքը

Առողջության և գեղեցկության առաջին նախապայմանը մաքրությունն է Դժբախտաբար, երիտասարդներից շատերը մինչև սեռական հասունացումը մաքրությանը մեծ նշանակություն չեն տալիս Ֆիզիկական բուռն աճի և մարդու ներքին օրգանների, համակարգերի հարաճուն զարգացման շրջանում անձնական հիգիենայի պահանջներն ավելի են կարևորվում Եթե տանը կան անձնական հիգիենայի համար նպաստավոր պայմաններ (ցնցող, լոգարան), ուրեմն ոչինչ չի կարող լարդարացնել երիտասարդ մարդու փնթիությունը Քնից առաջ ամեն օր լողանալն անհրա-

ժեշտ է, որպեսզի մաքրվեն օրվա ընթացքում քրտնագեղձերի և ճարպագեղձերի արտադրած արտազատուկները, որոնց մեջ կան փոշի, կեղտ, ինչպես նաև մաշկի մանրէների կենսագործունեության հետևանքով առաջացած նյութեր, որոնք փհած հոտ ունեն։ Տաք ցնցուղը թուլացնում է օրվա ընթացքում կուտակված լարվածության զգալի մասը, նպաստում նյարդային համակարգի հանգըստանալուն և խաղաղ քուն պարզևում

Երբ սեռական գեղձերը սկսում են ակտիվորեն գործել, պետք է ամեն օր զբաղվել սեռական օրգանների մաքրությամբ Դա վերաբերում է և աղջիկներին, և տղաներին Լավ կլինի, որ ամենօրյա լոզանք ընդունելն ու սեռական օրգանների լվացումը դառնան սովորություն Անձնական հիգիենայի հիմունքներին վաղ տարիներից վարժեցումը, արտաքին սեռական օրգանների ամենօրյա պարտադիր լվացումները, այդ թվում նաև զուգարանից հետո, սեռական օրգանների բորբոքային հիվանդությունների կանխարգելման պայմաններից մեկն է

Սեռական դաստիարակության կարևոր հանգամանքներից է իր սեռի հիգիենայի մասին ժամանակին տեղեկացումը և անհրաժեշտ հիգիենիկ հմտություններին վարժեցումը Երբ խոսքն աղջիկների մասին է, ամենակարևորը դաշտանի վերաբերյալ տեղեկությունների լուսաբանումն է Որքան էլ տարօրինակ է, դեռահասների խընդիրների ուսումնասիրությամբ զբաղվող սեքսուլոգները հաստատում են, որ աղջիկներից շատերի համար առաջին դաշտանը անակընկալ է կամ քիչ հայտնի, անձանոթ ու սարսափեցնող երևույթ։

Յուրաքանչյուր մայր պետք է պատմի իր 10-11 տարեկան աղջկան, թե ինչ է դաշտանը, ինչպես է ընթանում, ինչպիսի հիգիենիկ պահանջներ պետք է իմանալ ու պահպանել Չնայած դաշտանը ֆիզիոլոգիական օրինաչափ երևույթ է, որ վաղ թե ուշ լինում է բոլոր աղջիկների մոտ, օրգանիզմի համար լուրջ փորձություն է։ Այսպես, դաշտանի օրերին չի կարելի լողանալ ջրավազաններում կամ ջրամբարներում, խորհուրդ է տրվում հնարավորության դեպքում ամեն օր ցնցուղի տակ լողանալ կամ հիգիենիկ

լվայումներ կատարել Դաշտանի ժամանակ սեռական հարաբերությունները ցանկալի չեն, քանզի կա վարակի անցման վրանգարգանդի խոռոչ, որը շատ զգայուն է փարբեր փեսակի ախտածին մանրէների նկատմամբ։ Առաջին դաշտանը համընկնում է սեռական երկրորդային նշանների ի հայտ գալուն, որը վկայում է սեռական հասունացման սկսման մասին Այդ ժամանակ աղջիկներից ու պատանիներից շատերի դեմքին առաջանում են պզուկներ, մաշկը և մազերը ճարպոտում են, ուժեղանում է քրտնարտադրությունը Այդ երևույթները պայմանավորված են ներզատիչ գեղձերի գործունեությամբ և սեռական հորմոնների բուռն արտադրությամբ Լինելով սովորական ֆիզիոլոգիական փոփոխություններ՝ նրանք անցնում են առանց բուժման, սակայն դեռահասներին բավական երկար ժամանակ փհածություն են պատճառում Երբեմն այդ երևույթը շարունակվում է մի քանի տարի, և այսպես կոչված պատանեկան պզուկները դառնում են պատանիների անլիարժեքության բարդույթի (կոմպլեքս) պատճառ

Ոմանք պնդում են, թե սեռական կյանքի ընթացքում պզուկները նվազում կամ անհետանում են Դա, իհարկե, սխալ կարծիք է։ Ավելի լավ է օգտվել հատուկ օժանոհեղուկներից (շամպուն), հաճախակի լվացվել, օգտագործել դիմահարդարման միջոցներ և հաճախակի փոխել սպիտակեղենը

Տղամարդկանց ներկայացվող հիգիենիկ պահանջներն այնքան խիստ չեն, որքան կանանց համար, բայց պատանին պետք է իմանա իր սեռական օրգանների խնամքին առնչվող մի քանի հիմնական պահանջներ։ Մանրէների զարգացման համար բարենպաստ և սնուցիչ միջավայր են ստեղծում առնանդամի գլխիկի և թլիփի միջև կուտակվող լորձը, մեզի, թլիփաճարպի, ինչպես նաև երազախաբության ժամանակ արտադրված սպերմայի մնացուկները։ Թլիփի մաշկը բորբոքվելով կարող է այտուցվել, առաջացնել սեղմումներ և նեղացում (ֆիմոզ), որը շատ ցավոտ է։ Երբեմն, բորբոքման հետևանքով, առաջանում են կպումներ, որոնք բուժվում են միայն վիրաբուժական միջամտությամբ։

Բնականաբար, բոլորին էլ հաճելի է, որ այն մարդը, որի հետ ինքը շփվում է, առնչվում է, աչքի ընկնի առողջությամբ, հիգիենայով: Հմայիչ լինելը պայմանավորված է առաջին հերթին ժափտով, որը ցուցադրում է առողջ, խնամված արամները Դրանք պարբերաբար պետք է մաքրել առավոտյան արթնանալուց հետո և երեկոյան քնելուց առաջ: Ներդաշնակ զարգացած առողջ մարմինը անձին փալիս է զգալի ինքնավստահություն և համարձակություն մարդկանց հետ շփվելիս Դրա համար պետք է չափավոր սնվել և հնարավորության դեպքում զբաղվել սպորտով:

Աճող օրգանիզմը պետք է լիարժեք սնվի, պահպանելով չափը, հետևելով որոշակի համամասնությանը և ռեժիմին Նորմալ կենսագործունեության համար օրգանիզմին անհրաժեշտ է շարժողական ակտիվություն: Գաղտնիք չէ, որ ժամանակակից մարդու համար ամենալուրջ պրոբլեմներից է մսրակյաց կյանքը (հիպոդինամիա) Դա նպաստում է ճարպակալմանը, հետագայում զանազան հիվանդությունների առաջացմանը՝ աթերոսկլերոզ, կաթվածներ, մկանների թորշոնություն Սկանների թերլարումը՝ հիպոպոնիան, զգալի ազդեցություն է ունենում կանանց օրգանիզմի ընդհանուր փոքունսի վրա՝ որովայնի պարտերի և կոնքի հատակի մկանների թուլացումը փոխում է ներքին սեռական օրգանների դիրքը և ֆունկցիաները: Հեշտույցի պարտերի մկանների թուլացումն անդրադառնում է սեռական հարաբերությունների ընթացքի վրա. սեռական օրգանների էրոզեն գոպիները բավարար չափով չեն գրգռվում, և շուրտվ գուգընկերների համար սեռական մերձեցումը դադարում է ցանկալի լինել Դրանից խուսափել կարելի է՝ հետևելով կյանքի առողջ ապրելակերպի կանոններին՝ զբաղվել սպորտով, զբոսնել մաքուր օդում, ընկերների հետ արշավների գնալ: Անշուշտ, բարեպետ արտաքինը պահպանելու համար շատ կարևոր է ուսման, աշխատանքի և հանգստի ճիշտ համադրումը և առաջին հերթին փրկական քունը, որ խիստ անհրաժեշտ է աճող օրգանիզմին:

Առողջ կենսաձևի վրա բացասական ազդեցություն են թողնում

փարբեր գործոններ, բայց առաջին հերթին ծխելը, ալկոհոլի և թմրանյութերի օգտագործումը Ծխելը վնաս է հասցնում ոչ միայն առանձին օրգաններին (սիրտ, անոթներ, թոքեր և այլն), այլև սեռական համակարգին Երկարապես ծխելը ազդում է սեռական ակտիվության վրա, առաջացնում է փղամարդկանց փրկական սեռական անկարություն կամ թուլություն Հայրնի է, թե որքան վնասակար, կործանարար է ծխելը երիտասարդ աղջիկների, հարկապես հղի կանանց համար Իզուր չեն ասում, որ հղիության ժամանակ ծխելն ու խմելը հանցագործություն են սեփական երեխայի նկատմամբ Արդեն գիտականորեն ապացուցված է, որ նման վարքագծի և երեխաների բազմաթիվ ծանր հիվանդությունների միջև կա ուղղակի կապ Ալկոհոլը պակաս վնասակար չէ նաև փղամարդկանց համար, չնայած ոմանք համարում են, որ սեռական հարաբերության ժամանակ նյարդային լարվածությունը և անինքնավստահությունը հաղթահարելու գործում ալկոհոլը լավ «օգնական» է

Այդ կարծիքը պարզապես թյուրիմացություն է Առաջինը հարբած մարդը համարձակի փոխարեն փառնում է գռեհիկ և կոպիտ Բացի այդ, ալկոհոլը հաճախ ճնշում է սերմնազարման ընթացքը, քանի որ պահպանելով սեռական հակումը կամ նույնիսկ այն մեծացնելով՝ թուլացնում է սեռական կարողունակությունը Հայրնի է, որ ալկոհոլի պարբերական օգտագործման ժամանակ փղամարդու օրգանիզմում փեղի են ունենում փոփոխություններ, որոնք հանգեցնում են նրա բեղմնավորման ունակության անկման և միաժամանակ նպաստում են նրա սերնդում բնածին հիվանդությունների առաջացման Դեռևս Հին Հռոմում, մինչև 30 փարեկան փղամարդկանց արգելվում էր ալկոհոլ օգտագործել, իսկ մեր օրերում շատ ժողովուրդների սովորույթներում գործում է մի կանոն, որն արգելում է նորապսակներին ամուսնական առաջին գիշերվա նախօրյակին գինի խմել Սեռական թուլությունը ժամանակի ընթացքում բերում է հոգեկան խանգարումների, խանդի զառանցանքի, որոնք հաճախ փղամարդու համար փխուր հեղևանքներ են ունենում

Երիտասարդների մի մասը հակված է փարբեր հոգեբանական

խթանիչներ թմրանյութեր օգտագործել։ Սովորաբար դրանք առաջացնում են կենտրոնական նյարդային համակարգի խանգարումներ, որոնց հետևանքով փոփոխություններ են առաջանում մարդու ընկալումների, տրամադրության, մտածողության և վարքագծի մեջ։ Երբ թմրանյութի ազդեցությունն անցնում է, մարդը շատ անհանգիստ է դառնում։ Տիաճ զգացողություններից խուսափելու համար նա ստիպված է կրկին այդ չարիքին դիմել, բայց այս անգամ ավելի մեծ չափաքաժնով։ Այսպիսով, թմրամոլները դառնում են կոպիտ, կասկածամիտ, փնթի և եսասեր։ Հետզհետե սկսվում է անձի վարթարացում, նրա հոգեբանական և ֆիզիկական լրիվ քայքայում, դրան միանում են սեռական համակարգի լուրջ ախտահարումներ, որոնք խիստ պակասեցնում են բեղմնավորման հնարավորությունը, բերում են սեռական թուլության, ինչպես նաև ազդում ապագա սերնդի առողջության վրա։ Թմրամոլությունը մարդկության ամենապակուր և ամենալուրջ հարցերից է արժանի հարուկ լուսաբանման։

Սեռական կյանքի հիգիենայի կարևոր պայմաններից է նաև զուգընկերոջ գիտակցված ընտրությունը։ Այս դրույթը վերջին տարիներին շատ է լուսաբանվում զանգվածային լրատվամիջոցներում, ինչպես նաև երիտասարդության հետ մասնագետների հանդիպումների ժամանակ։ Այս դեպքում քիչ է խոսվում «պարտախան անբարոյական կապերից» հրաժարվելու մասին։ Հիմնական շեշտը դրվում է երիտասարդության գիտակցական վերաբերմունքի, նրանց պարտախանարվության զգացումի ձևավորման վրա, այնպիսի հարցերի, ինչպիսիք են մարդկային հարաբերությունները, շրջապատի, մարդկանց հարկությունների և թերությունների գնահատումը։ Չէ՞ որ երիտասարդը դեռևս կանգնած է սեռական կյանքի շեմին և մինչ ներս մտնելը ավելի լավ է իր մեջ հղկի մարդկային հարաբերությունների հմտություններ։ Հաղորդակցության կուլտուրան զգալիորեն բարձր կլինի, եթե հաջողվի ընկալել անվտանգ սեքսի և սեռավարակների կանխարգելման հիմունք-Ուկր, ինչպես նաև անցանկալի հղիությունից և անկանոն սեռա-

կան հարաբերությունների մյուս հեռևանքներից պաշտպանվելու ձևերը Սեռական վարքագիծը սկսվում է, որքան էլ փարօրինակ թվա, անճնական և ինտիմ հարաբերությունների հիգիենայից

Գաղտնիք չէ, որ թարմությամբ իագեցած մարմնի բուրմունքը երոտիկ ուժեղ ազդեցություն ունի, իսկ փնթիությունը, առաք քրտնարտադրությունը բացասական ազդեցություն են թողնում Սեռական անհամարելիությունը, սեռական հարաբերության ընթացքի ձախողումները, զուգընկերոջ նկատմամբ փհաճությունը կարող են այդպիսի սուբյեկտիվ գործոնների հեռևանք լինել Դրա համար էլ զուգընկերները պետք է լոգանք ընդունեն այնքան, ինչքան պետք է, իսկ սեռական օրգանները գոնե լվանան յուրաքանչյուր մերձեցումից առաջ և հետո Ի դեպ, կանանց խորհուրդ չի արվում հեշտուցի ողողում (ցնցուղում) կատարել, քանի որ այդ դեպքում լվացվում ևն չափազանց օգտակար մանրէները, որոնք արգելակում են ախտաժին մանրէների զարգացումը

Աղջկա սեռական առաջին հարաբերությունը համարյա միշտ կապված է որոշակի բարդությունների հետ, քանի որ տեղի է ունենում կուսաթաղանթի պատռում (դեֆլորացիա) Եթե աղջիկը մեջքին պառկած վիճակում ծալի ոտքերը և ծնկները կողք փանի ու մոտեցնի որովայնին, ապա առնանդամի ներթափանցումը նվազ ցավ կպատճառի Ուժեղ ճնշումից հետո առաջանում է կուսաթաղանթի պատռվածք և արյան շնչին հոսք Վերջինն անվրանգ է և կարելի է դադարեցնել բամբակի վիրախժուծով

Հաջորդ 3-4 օրը, քանի դեռ կուսաթաղանթի պատռվածքը չի առողջացել, խորհուրդ չի արվում կրկնակի սեռական հարաբերություն ունենալ, քանի որ դեռ պահպանվում է թարախակալման վրանգը Երբեմն կուսաթաղանթը լինում է հոծ և պիրկ, որը խոչընդոտում է պատռվածքի առաջացմանը Այդ դեպքում փղամարդը պետք է զգուշորեն կրկնի իր փորձը Երիտասարդները պետք է իմանան, որ կուսաթաղանթը երբեմն այնքան ճկուն է լինում, որ անգամ չի պատռվում մի քանի սեռական հարաբերություններից հետո

Մյուս կողմից կուսաթաղանթի քայակայությունն ամենևին էլ անբարոյակրանության նշան չէ հայրնի են կուսաթաղանթի վնասումն դեպքեր սրացած մանուկ հասակում փարբեր պարտառոտներից Ի՛ դեպ, կուսաթաղանթի առկայությունը ապագա ընդունակիան կյանքում դեռևս հավաքարմության պահպանման պայման չէ, ինչպես նաև պարոված կուսաթաղանթը չի ուսումնական անհավաքարմություն ընդանեկան կյանքում. Գաղտնի չէ, որ անխաթար կուսաթաղանթն աղջկա անմեղության, ողջամտության նշան չէ, քանի որ երբեմն հանդիպում են սեռավարակներով քառապող «կույս» կանայք

Հնուց ի վեր ինքիմ հարաբերությունների հիգիենայի հետ առնչվում են մի շարք հարցեր, որոնց մասին արժե հիշարակել (Գրիկոսկ «Քանի՞ փարեկանից է նպարակահարմար սկսել կանոնավոր սեռական հարաբերություններ», «Ի՞նչ հաճախականությամբ կարելի է սեռական հարաբերություն ունենալ», «Սեռական հարաբերությունը որքա՞ն պետք է փնի», «Որո՞նք են սեռական ժուժկալության պարճառները» և այլն

Միշտ չէ, որ փարիքը կարող է հասունության, զգայունքների վախարարճության կամ պարասխանարվության զգայունի չավանիշ լինել Սեռական հարաբերությունների հիմնական արժեքը ոչ թե մեխանիկական գորճողությունն է, այլ ամենամարեիմ մարդու հետ ամենախոր զգայուններ ապրելը, ոչ թե մարմինների ֆիզիկական մերճեցումը, այլ միմյանց հաճույք պարճառելու հոգևոր ճգարումը Այդ զգայունները, ապրումները սովորարար հասունանում են 18-19 փարեկան հասակում, երբ սկսվում է հոգեքանական, սեռական հասունությունը Ճիշտ է, վերջին փասնամյակներում ամբողջ աշխարհում նկարվում է սեռական կյանքով ավելի վաղ ապրելու միարում. Դա կարված է երիարասարդ սերնդի ավելի վաղ հասունացման (արքսելերացիա) հետ

Իհարկե, սեռական ակրիվության աճը պարանեկան հասակում կախված է սեռական համակարգի զարգայման առանճնահարկություններից և սեռական հակումների ճևավորումից: Այնու-

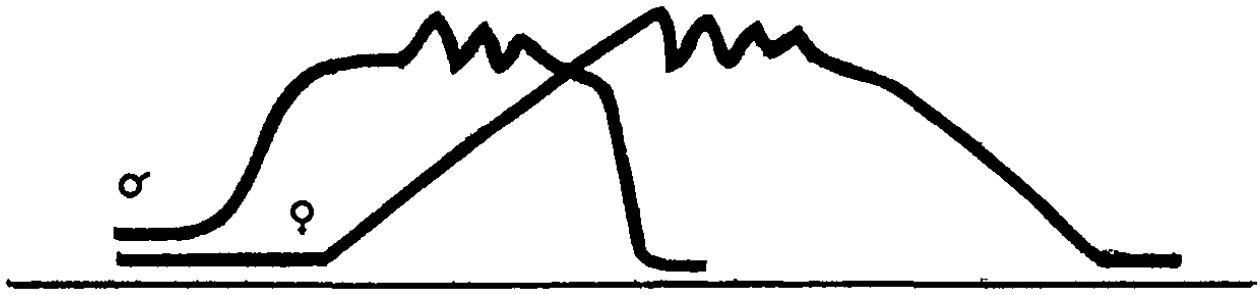
հանդերձ, ամեն անգամ չպաշտպանված սեռական հարաբերություն ունենալու դեպքում լավ կլինի, որ երիտասարդը պարասխան փա մի շարք հարցերի, առաջին հերթին մտածի հնարավոր հետևանքների մասին, որոնք, ի դեպ, անցանկալի են թե՛ տղայի, թե՛ աղջկա համար:

Սեռական հարաբերությունների հաճախականության և փոփոխության մասին հարցեր հաճախ են տալիս երիտասարդ ամուսինները Այսպիսի չկա ընդունված «սեքսուալ նորմա» Մակայն սեքսուոլոգները քերում են հեղեղալ վիճակագրությունը նպատակահարմար և 2-3 սեռական հարաբերություն շաբաթվա ընթացքում, սակայն փոխադարձ համաձայնությամբ ինտիմ կապի համար կարող է ընդգրկել ցանկացած սլահ՝ երեկո, գիշեր, առավոտ, ցերեկ

Սեռական հարաբերության փոփոխության վերաբերյալ տվյալները շարադրել ենք վերևում Սնուն և հավելել, որ սիրախաղի երկարացումը նպաստում է ոչ միայն գուզրնկերների սեքսուալ փրամադրվածության առաջացմանը, այլև սեռական օրգանների նախապարաստմանը խոնավապում (լուբրիկացիա), գրգռվածության կարուկ բարձրացում և այլն Շատ կարևոր է սեռական կյանքի որոշակի ռիթմի հաստատումը, որպեսզի մտքեման կամ ավելի լավ է համընկնեն կնոջ և տղամարդու օրգանի զգացողությունը: Ասվածը պարկերավոր ներկայացված է գծագրում, որը լուսաբանում է կնոջ և տղամարդու գրգռվածության կորագծերի համեմատությունը (նկ. 9)

Կան սեռական կյանքի հիգիենայի մի քանի հարցեր, որոնք հաճախ ճիշտ չեն մեկնաբանվում Դրանցից են տարբեր տարիքի մարդկանց սեռական ժուժկալության, ինչպես նաև ընդհարված սեռական հարաբերության գնահատումը

Դեռահասների սեռական ժուժկալությունը վնաս չի հասցնում նրանց օրգանիզմին: Հայտնի է, որ պարանեկան գերսեքսուալությունը հեղագայում երբեմն փհաճությունների պարճառ է դառնում Սեռական հարաբերության ժամանակ արագ սերմնաճայթման հասնելու նրանց ձգտումը կարող է դառնալ անցանկալի հղիության և ի հետևանք՝ արհեստական վիճման (արորտ) և նրա բարդությունների պարճառ:



Նկ. 9. Տղամարդու (σ) և կնոջ (φ) սեռական գրգռման ու օրգազմի կորագծերի համեմատականը

Գերսեքսուալությունը, առաջացնելով նյարդային լարվածություն, հաճախ ինքնաբերաբար հասցնում է սեռական ինքնաբավարարման ձեռնաշարժության, օնանիզմի, մասսարուբայիայի Ձեռնաշարժության առաջին գործողությունները սովորաբար կատարվում են դեռևս անորոշ, չգիտակցված մղումներից դրդված չեքագայում պատրանին հստակ գիտակցում է իր ցանկությունները, որոնց առաջացմանը նպաստում են սեռական երևակայությունը Ի դեպ, վերջիններին փղաներն ավելի շատ են հակված, քան աղջիկները

Ճանաչված սեքսուոգ Ա Սվյադոշչի կարծիքով, պատրանեկան հասակում չափավոր ձեռնաշարժությունը սեռական ֆունկցիայի կարգավորման դեր ունի Այն ծառայում է սեռական գերգրգռվածության նվազեցմանը և անվտանգ է Հայրնի Լ, որ ձեռնաշարժությամբ զբաղվում են մասն աղջնակները, բայց շատ ավելի հազվադեպ, քան պատրանիները:

Շատ սեքսուոգների փվյալների համաձայն՝ պատրանեկան հասակում ձեռնաշարժությամբ զբաղվում է փղաների 80 փոկոսը: Այսպիսով, հեղինակները պնդում են, որ ձեռնաշարժությունը բավական փարածված է, իսկ ժամանակակից երիտասարդությունը ձեռնաշարժությունը դիտարկում է որպես ավելի կամ պակաս անհրաժեշտ ֆիզիոլոգիական պրոցեսների հերևանք, որը ոչնչով չի ներազդում նրանց առողջության վրա Բայց և այնպես ձեռնաշարժության ամոթալի և վրանգավոր լինելու վերաբերյալ արմատապես կարծիքը երիտասարդներից շատերին վախեցնում է սե-

ռական կարողունակության անկման կամ սեռական անկարությանն առաջապան հետևանքներով, որից էլ առաջանում են ինքնամոլորությունն ու հոգեկան ծանր ապրումներ

Չնայած վերն ասվածին ոմանք, այնուամենայնիվ, զգում են ձևումաշարժության վնասը Բանն այն է, որ սեռական սխալ դաստիարակության դեպքում, վախեցնելու և սպառնալիքների հետևանքով պատրանու գլխուղեղում առաջանում է, ինչպես ասում են բժիշկները, բացասական հետևանքների սպասումային օջախ Այսպիսով՝ վնասակար է դառնում ոչ այնքան ձեռնաշարժությունը, որքան անխուսափելի հարուցման սարսափը Հենց այդ վախն է երբեմն դառնում չհաջողված սեռական հարաբերությունների պատճառը, հարկապես սեռական կյանքի սկզբում

Ակնհայտ է, որ պատրանուն ձեռնաշարժությունից կտրելու հնարավոր արդյունավետ միջոցը նրա ազատ ժամանակը սպորտով, որևէ սիրած մախասիրությամբ (հորբի) լցնելն է Իսկ պատրանին ինքը պետք է պատրաստ լինի ծնողներից՝ իրեն հարազատ մարդկանցից և ոչ թե փողոցի «խորհրդատուներից» տեղեկություն ստանալուն ։ Որպես օրենք շարերը ձեռնաշարժությունը դադարեցնում են սեռական կյանքով պարբերաբար ապրելու հետ Բայց որոշ դեպքերում այն կարող է շարունակվել մաև ամուսնությունից հետո, մասնավորապես սեռական ժուժկալության ժամանակ, երբ ինտիմ հարաբերություններն անհնար են կնոջ հիվանդության, հղիության կամ այլ պատճառներով ։

Կնոջ և տղամարդու ժուժկալությունը, իհարկե, անցանկալի է Սեռական հարաբերությունների ընդմիջումը կամ ընդհատումը հաճախ հանգեցնում է դյուրագրգռության, խանգարվում է քունը, ընկնում փրամադրությունը ։

Ընդհատված սեռական հարաբերությունը նյարդայնացնում է և գրգռվածություն է առաջացնում, այդ դեպքում տղամարդու մեջ բախվում են երկու ցանկություն սեռական հաճույք ստանալն ու բեղմնավորման կանխարգելումը Այդպիսի «հակողության» հետևանքով տղամարդու սեռական գեղձերը սերմնազարման ժամանակ լրիվ չեն դարարկվում, իսկ կնոջ օրգանիզմում բավարար-

վածության բացակայության հետևանքով առաջանում են փոքր կոնքի օրգանների կանգային բորբոքումներ Արդյունքում բորբոքվում են տղամարդու սերմնարշտիկները, շագանակագեղձը, իսկ կանանց մոտ արգանդափողերը, ձվարանները Այդ ամենը հանգեցնում է սեռական խանգարումների, օրինակ կանանց մոտ՝ սեռական սառնության, տղամարդկանց մոտ պրոստատիտի և այլն Հարկավոր է նշել, որ սեռական այդպիսի հարաբերությունից հետո զուգընկերուհին չի սրանում տղամարդու սերմի մեջ գտնվող կենսաբանական ակտիվ նյութերը, որոնք օրգանիզմի վրա բարերար ներգործություն են ունենում և ձևավորում են սեռական հակումներ

ՍԵՌԱԿԱՆ ԽԱՆԳԱՐՈՒՄՆԵՐ (ԿԵՂԾ ԵՎ ԻՍԿԱԿԱՆ)

Մարդու սեռական խանգարումները և սեռական օրգանների հիվանդությունները բավական շատ են Սակայն դրանք մեծավ մասամբ հանդիպում են հասուն տարիքում Երիտասարդ աղջիկների ու տղաների մոտ այդ խանգարումները հաճախ կեղծ բնույթ են կրում, պայմանավորված են ներշնչման գործոններով

Վաղ տարիքում, զգայմունքներով չհաստատված սեռական շփումը, իսկապես, կարող է ունենալ անցանկալի հոգեբանական հետևանքներ Կարծիք կա, որ այն մարդիկ, որոնք սկսում են սեռական կյանքը այն տարիքում, երբ դեռևս ի վիճակի չեն այն ամբողջովին ընկալել, շուտով կորցնում են սեքսուալ հարաբերությունների նկատմամբ հետաքրքրությունը: Ավելին տարիներ անց սեռական հարաբերությունը նրանց այլևս չի հուզում և չի պարգևում սպասված հաճույքը Դա պատահում է առաջին հերթին այն դեպքում, երբ սեռական հարաբերությունների մեջ են մտնում պատահական զուգընկերոջ կամ այնպիսի մարդկանց հետ, որոնց նկատմամբ չունեն խոր զգայմունքներ և հոգեկան հարազատություն Առանց սիրո այդպիսի սեքսն առաջացնում է հակասական ապրումներ և կարող է դառնալ անբավարարվածության, ընկճվածության մշտական պատճառ

Երիտասարդներից ոմանք փորձում են նման իրավիճակից դուրս գալ գուգրնկերոջը հաճախակի փոխելու ճանապարհով։ Սեռական վարքագծի այդպիսի ոճը հաճախ հանգեցնում է անձի ձևախեղման Սեռական հասունացման սկզբում պատրանու օրգանիզմը բառայիորեն «գերլցվում» է սեռական հորմոններով, իսկ դա ներազդում է նրա հոգեբանության վրա՝ դարձնելով այն գերգրգռված։ Այդ շրջանում յուրաքանչյուր պատրանի փաստորեն գտնվում է մշտական սեքսուալ պատրաստականության վիճակում, որը թույլ է տալիս իրագործել կրկնվող սեռական հարաբերություններ։ Սեքսուոլոգները այդ տարիքը հաճախ անվանում են «պատրանական գերսեքսուալության շրջան»։ 20 տարեկանից հետո այդ վիճակը հեղհեղեղ փոխվում է, հնարավորությունները փոքր-ինչ նվազում են, և հաստատվում է սեռական կյանքի այնպիսի ռիթմ, որը համապատասխանում է յուրաքանչյուր տղամարդու տարիքին և սեռական կառուցվածքին։ Անգամ եզակի չհաջողված սեռական հարաբերությունը կարող է առաջացնել վերլուծությունների մի ամբողջ շարան պատճառների փնտրությամբ, կասկածներ, վախ նոր անհաջողություններից։

Իրականում ոչ մի սարսափելի բան տեղի չի ունեցել. դա ընդամենն անինքնավստահ, կասկածամիտ մարդկանց սեռական կեղծ անկարության վիճակ է։ Այդ մարդիկ, ինչպես գրում է սեքսուոլոգ Չնարը, «պարզապես պետք է մոռանան անհաջողության մասին, խուճապի չմտնեն»։

Հարկավոր է տարբերակել սեռական կեղծ անկարությունը իսկական անկարությունից (Իմպոտենցիա), որը պայմանավորվում է թույլ էրեկցիայով կամ նրա բացակայությամբ։ Իմպոտենցիայի պատճառը հաճախ հորմոնային հիվանդություններն են, անոթային վնասվածքները, օրգանիզմի այն վիճակը, որն առաջացել է թունավորումներից կամ նյութափոխանակության խանգարումներից, ինչպես նաև մի շարք նյարդային հիվանդությունները։ Ոչ բավարար էրեկցիան կարող է հանդես գալ առանձին կամ գուցակցվել վաղ սերմնազատմանը։

Եկարագրված խախտումները ավելի հաճախ պայմանավորված են նյարդային համակարգի ֆունկցիոնալ փոփոխություններով և վերափոխելի են Դժբախտաբար սեքսուոլոգները գտնում են, որ փղամարդկանց միայն 30 փոկոսը չունի սեռական որևէ խախտում Բժշկի օգնության դիմող և իրեն հիվանդ համարող փղամարդկանց 50 փոկոսի մոտ նկատվում է վաղ սերմնաժայթքում՝ Գոտրանիների և այն փղամարդկանց մոտ, որոնք սեռական հարսերության մեջ են մտնում կյանքում առաջին անգամ կամ փուսկան դադարից հետո, վաղ սերմնաժայթքումը դիտվում է որպես ֆիզիոլոգիական երևույթ՝ գրավող նորմալի սահմաններում՝ Դա ընդամենը գրգռված վիճակի արդյունք է, որն ասպիճանաբար անհետանում է կանոնավոր սեռական հարաբերություններին փոփոխությամբ

Կա նաև մի վիճակ, որը փղամարդկանց մոտ ուղեկցվում է սերմնաժայթքման և օրգազմի կասեցումով (ուշացումով)՝ Սեռական հարաբերությունը այդ դեպքում կարող է շարք երկար փնել (մեկ ժամ և ավելի) Շատ փղամարդիկ այդ վիճակը դրական են համարում Սակայն, սերմնաժայթքման կասեցումն այնուամենայնիվ հիվանդագին երևույթ է, հոգնեցուցիչ և փղամարդու, և կնոջ ևսուհար և կարող է ներոզների պարճառ դառնալ

Կանանց սեռական ոլորտի խանգարումները նույնպես բազմափուն են Սակայն երիտասարդների համար առավել կարևոր են այն խանգարումները, որոնք այս կամ այն չափով ներազդում են ինտիմ կյանքի ներդաշնակության վրա Դրանք են օրգազմի բացակայությունը (անօրգազմիա) և սեռական սառնությունը (ֆրիգիդիզմ):

Կանանց օրգազմի բացակայությունը բավական փարածված երևույթ է՝ Սեռական զգայմունքների արգելակման գլխավոր պատճառներից մեկը սեռական կյանքի առանձնահատկությունների և փղամարդկանց ու կանանց հոգեֆիզիոլոգիական հակազդեցությունների վերաբերյալ փարրական գիտելիքների բացակայությունն է

Սեքսուոլոգները գտնում են, որ սեռական կյանքով չապրող աղ-

ջիկների միայն 20 փոկոսն է ամուսնության առաջին երեք ամսում օրգազմ զգում, առաջին փարվա ավարտին մոտ 40 փոկոսը, իսկ ամուսնության 5-րդ փարում՝ 70 փոկոսը Նրանց կարծիքով, օրգազմ ճանաչելու հաճախականությունը կախված է ամուսինների համատեղ կյանքի փորձից, կանոնավորելու ունակությունից, նրանց խառնվածքից և այլն:

Շափ հաճախ անօրգազմիայի պատճառով ընդհատված սեռական հարաբերությունն է, որին դիմում են հղիությունից խուսափելու համար Այս դեպքում ցանկալի հանգուցալուծում փեղի շի ունենում, քանի որ կինը շեղվում է բուն սեռական հարաբերությունից Եւ ուշադիր հետևում է ամուսնու վարքագծին, որպեսզի սերմնազարման հենց սկզբից անմիջապես ընդհատի գործողությունը ինչի հետևանքով և սեռական բավարարվածություն չի ստանում

Կանանցից շատերը օրգազմի բացակայությունը բացատրում են փղամարդու առնանդամի փոքր չափերով, չնայած անօրգազմիայի պատճառները հաճախ բոլորովին այլ են Իսկ փղամարդիկ, կարծելով, թե այդ հարցում բնությունն իրենց զրկել է, բժշկի օգնությանն են դիմում

Ա. Սվյադոշչը, արտահայտելով շափ սկսողոցների կարծիքը, գրում է, որ փղամարդն ընդունակ է նորմալ սեռական հարաբերության, եթե նրա առնանդամը հանգիստ վիճակում 3 սմ երկարություն ունի Առնանդամի երկարությունը միջին հաշվով 6-8 սմ է, երեկցիայի ժամանակ մեծանում է մինչև 10-16 սմ և ավելի

Մասնագետների կարծիքով, առնանդամի մեծությունը սեռական ներդաշնակության հասնելու գործում էական նշանակություն չունի՝ կնոջ սեռական լիցքավորման համար ավելի կարևոր են զուգընկերների համաձայնեցված գործողությունները: Երիտասարդները պետք է իմանան, որ ամուսնական կյանքի սկզբում առաջացած խանգարումներից շատերի պատճառը սեռական հարաբերությունների վերաբերյալ փոխադարձ իմացության բացակայությունն է Նորապսակ կանանց մեծ մասը, չունենալով բա-

վարար սեռական դաստիարակություն, անգամ չգիտի, թե ինչ պիտի զգա ինքիմ հարաբերության ժամանակ Մարմնի առավել զգայուն տեղերի գուրգուրանքը նրանց վախեցնում է, եթե անգամ դա իրենց շար հաճելի է։ Ու ամենակարևորը, կանայք ամաչում են ամուսնուն ասել իրենց ապրումների, զգացողությունների մասին

Ամուսինը, շար թե քիչ ժամանակ հարկացնելով սիրախաղին, հասնելով գրգռվածության որոշակի աստիճանի, սկսում է սեռական հարաբերությունը Այս իրավիճակում կասկածելի է, որ ամուսինները միաժամանակ կհասնեն օրգազմի. ավելին քիչ հավանական է, որ կինը առհասարակ օրգազմ զգա

Այլ է իրավիճակն ամուսնական զույգերի գործողություններում, երբ կինը հայտնում է ամուսնուն, թե ինչն է իրեն դուր գալիս, հաճույք պատճառում Նա նաև մի քիչ ղեկավարում է ամուսնուն նրա շոյանքները, զգվանքները տեղափոխելով մարմնի մի մասից մյուսը՝ անընդհատ ավելացնելով իր գրգռվածության վիճակը Այս դեպքում ամուսինը սովորում է կնոջ հետ սեռական սիրո արվեստը մտապահելով նրա էրոզեն գոտիների տեղը և գուրգուրանքների տևողությունը

Որքան ճիշտ և նուրբ է ամուսինը կատարում սիրախաղը, ինչքան սիրալիր խոսքեր կհասցնի նա ասել իր կնոջը, այնքան արագ և բուռն կլինի կնոջ գրգռվածության վիճակը։ Չէ՞ որ իզուր չեն ասում, թե «տղամարդը սիրում է աչքերով, իսկ կինը՝ ականջներով»։ Բավական հաճախ է հանդիպում անօրգազմիայի մյուս՝ հոգեբանական տեսակը, որն առաջանում է սուբյեկտիվ պատճառներից՝ զուգընկերոջ (ամուսնու) նկատմամբ անբարեհաճությունից, հղիանալու, սեռավարակներով վարակվելու, ինչպես նաև սենյակում ծնողների կամ երեխաների հայտնվելու վրանգից։

Կնոջ՝ օրգազմ զգալու անկարողությունը կարող է պայմանավորված լինել նաև նրա սեռական սառնությամբ։ Մի շարք դեպքերում այն առաջանում է օրգանիզմի ընդհանուր հիվանդությունների դեպքում թունավորում, հորմոնային խանգարումներ, ներգա-

պիչ գեղձերի հիվանդություններ և այլն Հաճախ այդ վիճակն առաջանում է նաև կանանց սեռական օրգանների քրոնիկական հիվանդություններով, ինչպես նաև արհեստական վիժումներից հետո

Վիճակագրական ստուգումների մշտական վախճ, ինչպես նաև անկյամակայի սեռական հարաբերությունները, որոնք ուղեկցվում են փուլով փուլով կոպությունք, անհաշվենկապ վերաբերմունքով, երբևէն պատճառ է դառնում կանանց մի այլ սեռական խանգարման, որը կոչվում է վագինիզմ Այս հիվանդությունն արտահայտվում է հեշտուղի մուտքի մկանների կծկումով, որը խոչընդոտում է առնանդամի մուտքը հեշտուղի Վագինիզմը կարող է նաև սեռական սառնության այս կամ այն ձևի արդյունք լինել, օրինակ սեռական կյանքի նկատմամբ նողկանքի դրսևորում։ Այդպիսի վերաբերմունք ունենում են, ի դեպ, այն աղջիկները, որոնց մանկույցները չեն չվում է կեղծ պատկերացում սեռական հարաբերությունների վերաբերյալ Երբեմն վագինիզմի պատճառը վախն է, որն առաջացել է կուսաթաղանթի պատռումից կամ կնոջ նկատմամբ կիրառված բռնությունից, բռնաբարության սարսափից, ինչպես նաև հոգեկան փարբեր հիվանդություններից Այսպեղից էլ ծագում է այդ հիվանդության բուժման անհրաժեշտությունը փարբեր միջոցներով, ինչպես նաև երիտասարդության սեռական դաստիարակությունը, ամուսնացողների սեռական լուսավորությունը և այլն

Տղամարդկանց ու կանանց վերոհիշյալ սեռական խանգարումների բուժումն այնքան ավելի արագ կկատարվի, որքան շուրմրանք դիմեն բժշկի օգնության։ Ի դեպ, ամուսնու սեռական ֆունկցիոնալ խանգարումների բուժմանը պեք է օժանդակի նաև կինը, որը դուրս կբերի փղամարդուն այդ բարոյական և ֆիզիկական ծանր վիճակից Նրանք միասին կարիք ունեն մասնագետի խորհրդատվության, բարյացական վերաբերմունքի, որը և կապահովի զույգի սեռական հարաբերությունների ներդաշնակությունը։

ԱՆՊՏՂՈՒԹՅՈՒՆ

Անպարտությունը հիվանդություն չէ, գրում է լեհ նշանավոր սեքսոլոգ Մ.Վիսլոցկայան, « Դա անակնկալ փարերային աղետ է, որի համար հաճախ ոչ ոք մեղավոր չէ Ոչ այնքան քայքայում է երկու մտերիմ անձանց ֆիզիկական առողջությունը, ինչքան, որպես ժանգ, հեպոզիտե ներսից կրծում է նրանց փոխադարձ զգայմունքները Ժամանակի ընթացքում նոր կյանք ծնելու անիրագործելիությունը սպանում է այն ուրախությունը, որը պարզևում է ամուսիններից էրոտիկ զգացումը, հաճախ դառնում է ամուսնալուծության, այլ զուգընկեր կամ զուգընկերուհի որոնելու պարճառ»

Անպարտ է այն ամուսնությունը, երբ հղիություն չի լինում համարեղ ամուսնական կյանքի մեկ փարվա ընթացքում Նախկինում սերունդ չունենալու համար մեղադրում էին միայն կնոջը. Հիմա արդեն հաստատված է, որ անպարտության համար հավասարապես մեղավոր են ինչպես կինը, այնպես էլ փղամարդը Անպարտության կարող են հանգեցնել մի շարք հիվանդություններ կամ վիճակներ:

Տղամարդկանց ամլությունը լինում է առաջնային և երկրորդային Առաջնային անպարտությունը, երբ առկա է բեղմնավորման անկարողունակությունը, առնչվում է սերմի (սպերմա) հիվանդագին փոփոխությունների հետ, պայմանավորված է սպերմատոգոնների ոչ բավարար քանակությամբ և շարժունակության պակասով, երբեմն էլ դրանց լրիվ բացակայությամբ Պարճառները բազմազան են, բայց դրանցից առավել վրանգավոր են հորմոնային խանգարումները, թունավորումները, զարգացման բնածին արարները: Տղամարդկանց ամլության հաճախակի հանդիպող պարճառներից է գաղտնամործությունը (կրիպտորխիզմ), երբ ամորճիները մնում են որովայնի խոռոչում և չեն իջնում ամորճապարկ

Երկրորդային անպարտությունը, որպես օրենք, սեռական օրգանների հիվանդությունների (ամորճիների, շագանակագեղձի

բորբոքում), այդ թվում նաև խոզուկ, թոքախար, բրույելոզ առաջացնող վարակների. ինչպես նաև վնասվածքների հետևանք է Սակայն, ավելի հաճախ, պատճառը սեռավարակներն են սուսանակ (գոնոռեա), փրիխոմոնիազ, խլամիդիոզ Այս հիվանդությունները, առաջացնելով սերմնափար ուղիների, սերմնաբջջերի և գեղձերի բորբոքում, հաճախ առաջացնում են կպումներ և կոշտություններ, որոնց հետևանքով սպերմատոզոիդների դուրս գալուն խանգարող մեխանիկական արգելք է ստեղծվում և սերմը դառնում է անկենսունակ

Տարբեր են նաև կանանց անպտղության պատճառները, որոնք նույնպես լինում են առաջնային և երկրորդային Առաջնայինն այն վիճակն է, երբ կինը, ունենալով մշտական չպաշտպանված սեռական հարաբերություններ, այնուամենայնիվ չի հղիանում Երկրորդայինն այն վիճակն է, երբ կինն անպտուղ է դարձել վիժումից կամ մի քանի հղիություններից հետո

Առաջնային անպտղության առաջացման գլխավոր պատճառները զարգացման բնածին արատներն են, ձվարանի ֆունկցիայի պակասը կամ բացակայությունը, նյարդահոգեկան խանգարումները, ներզարիչ գեղձերի հիվանդությունները Հաճախ չհղիանալու պատճառ են հանդիսանում ներքին սեռական օրգանների բորբոքային երևույթներ, այդ թվում զանազան սեռավարակները, որոնցով էլ պայմանավորվում է երկրորդային անպտղությունը Սովորաբար բորբոքումը վնասում է արգանդափողերը, որոնք այլևս չեն կրճատվում, և արդյունքում դժվարանում է ձվաբջիջների շարժումը ձվարանից դեպի արգանդ. Ավելին, բորբոքման հետևանքով հաճախ առաջանում են կպումներ, փակվում է փողերի լուսանցքը, և սպերմատոզոիդն անկարող է լինում հաղթահարել այդ արգելքը:

Անպտղության առավել փարածված պատճառներից է արհեստական վիժումը (աբորտ) Բայց եթե արհեստական վիժումն անգամ չի առաջացրել բորբոքում, նրա ազդեցությունն օրգանիզմի վրա, այնուամենայնիվ, բացասական է, քանի որ խախտվում է

դաշտանային ցիկլի փոփոխությունը, ներգադիչ գեղձերի գործունեության մեջ աններդաշնակություն է առաջանում Լինում են դեպքեր, երբ հղիությունն սկսվում է, բայց ավարտվում է պտղի ներարգանդային վախճանով, ինքնաբեր վիժումով Այս դեպքում խոսում են պտուղը կրելու անկարողունակության մասին Սա էլ անպտուղ ամուսնության պատճառներից է և պահանջում է փոփոխություններ հետևողական բուժում Կանանց մոտ անպտղության պատճառների բացահայտումն ավելի դժվար է, քան փղամարդկանց մոտ Յավոք, անպտղության ոչ բոլոր դեպքերն են բուժվում Սակայն չի կարելի շտապել և անզավակ ընդամենին նախապես դժբախտ համարել հարկավոր է բուժվել, երբեք չկորցնել առողջանալու հույսը

Բացի սեռական օրգանների հիվանդություններից, սեքսուոլոգները փարբերակում են նաև սեռական հակումները համասեռամոլություն (հոմոսեքսուալիզմ), մազոխիզմ, սադիզմ. էքսիբիցիոնիզմ և այլն

Համասեռամոլությունը (հունարեն «հոմոս» սիանման և լատիներեն «սեքսուս» սեռ) սեռական հակումն է մույն սեռի մարդկանց նկատմամբ (հակառակ հետերոսեքսուալիզմի, որը սեռական հակումն է հակառակ սեռի նկատմամբ) Տղամարդկանց համասեռամոլությունը հաճախ անվանում են արվամոլություն, իսկ կանանցը՝ լեսբիականություն Կան անձինք, որոնք սեռական հակում ունեն հավասարապես զույգ սեռերի նկատմամբ երկսեռություն (բիսեքսուալիզմ)

Սադիզմը (Ֆրանսիացի գրող մարկիզ դը Սադի անունից) սեռական հակում է, որի դեպքում փղամարդը կամ կինը սեռական հաճույք է ստանում զուգընկերոջ փառապանքներից, փանջելով նրան սեռական հարաբերությունների ժամանակ

Մազոխիզմը (ավստրիացի գրող Չախեր Մազոխի անունից), սադիզմին հակառակ, այն սեռական հակումն է, որի ժամանակ մարդը սեռական հաճույք է ստանում, երբ զուգընկերն իրեն հոգեկան կամ մարմնական ցավ է պատճառում

Լինում են նաև պեդոֆիլիայի (երեխաների հանդեպ սեռական հակում), գերոնոֆիլիայի (ծերերի հանդեպ սեռական հակում), զոոֆիլիայի (կենդանիների հանդեպ սեռական հակում), էքսիբիցիոնիզմի (սեռական օրգանների մերկացում և ցուցադրում մարդկանց ներկայությամբ), ինչպես նաև տրանսվեստիզմի (մարդը հագնվում է հակառակ սեռի պես և ձգտում է նմանվել նրան) դեպքեր

Սեռական հակումների պատմությունը բավական հետաքրքրական է Դրանք հայտնի են դեռ վաղնջական ժամանակներից Հին Հունաստանում, օրինակ, համասեռամոլությունը ոչ միայն չէր արգելվում, այլև խրախուսվում էր։ Ավելի ուշ, Հին Հռոմում, դրա համար ընդհուպ մահապատիժ էր սպառնում։ 19-րդ դարի վերջին համասեռամոլությունը լայնորեն փարածված էր Արևելքում Մեր օրերում համասեռամոլությունը փարածված է ամբողջ աշխարհում, հատկապես Արևմուտքում

Սեռական հակումների և խեղությունների պատճառները մինչ այսօր բավարար ուսումնասիրված չեն Գիտնականների մի մասը գտնում է, որ այս հարցում վճռորոշ նշանակություն ունեն ժառանգական գործոնները Մյուսները առաջ են քաշում նյարդային տեսությունը Գոյություն ունի նաև հորմոնային գործոններով բացատրող տեսություն։ Հիմա արդեն շարերն են կարծում, որ սեռական հակումների զարգացման գործում զգալի է միջավայրի և հասարակության ազդեցության դերը Այդ հիվանդությունների բուժումը, ինչպես նաև անհատի վարքագծի փոփոխությունը դժվար լուծելի խնդիր է և իրագործվում է փարբեր մասնագիտությունների բժիշկների, առաջին հերթին հոգեբանների, սեքսոլոգների, հոգեբույժների համատեղ ջանքերով

ՀՂԻՈՒԹՅՈՒՆ

Հղիությունը նոր կյանքի սկզբնավորումն է՝ Այն ամուսինները, որոնք որոշել են սերունդ ունենալ, պետք է պատրաստ լինեն ծնողական գեղեցիկ, բայց ամենևին էլ ոչ դյուրին պարտականությունների կատարմանը

Դաշտանային հերթական ցիկլի ավարտից 7 օր անց արդեն կինը պատրաստ է հղիանալուն Եթե բեղմնավորումը տեղի է ունենում՝ սպերմատոզոիդը միաձուլվում է ձվաբջջին, դաշտանային ցիկլը ուշանում է (2 և ավելի շաբաթով), որն անուղղակիորեն վկայում է հղիության սկսվելու մասին Այդ ժամանակ կինը պետք է դիմի կանանց կոնսուլտացիա հղիությունը հաստատելու և նրա հետագա ընթացքին խանգարող գործոնները բացահայտելու համար Դա սուսկ ձևականություն չէ Բժիշկները, հետևելով հղիության ընթացքին, ոչ միայն օգնում են խուսափել անցանկալի բարդություններից, այլև ապագա մորը սովորեցնում են հղիության և ծննդաբերության ժամանակ ճիշտ վարքագիծը:

Հղիության առաջին նշաններից են (բացի դաշտանի ուշացումից) սրտխառնոցը, ախորժակի փոփոխությունը, երբեմն փսխումները, նյարդային գրգռվածությունը, համի և հոտի զգացողության խանգարումները Պատահում են նաև քնահաճույքներ՝ թթու համերի նկատմամբ հակում (կիտրոն, թթու պահածո), զգվանք ճարպոտ սննդի նկատմամբ և այլն Սակայն դաշտանային ցիկլի ընդհատումը և օրգանիզմում առաջացած մյուս փոփոխությունները կարող են կապված լինել ոչ միայն հղիության հետ: Այն դեպքում, երբ պարճառը հենց դա է, հղիության սկիզբը կարելի է որոշել այսպես՝ սպասվող, բայց չսկսված դաշտանի սկզբից հետ հաշվել 14-16 օր: Իսկ ծննդաբերության մոտավոր օրը որոշելու համար այդ 2 շաբաթին պետք է ավելացնել 280 օր, և կարելի է գրեթե ստույգ որոշել երեխայի ծննդյան օրը Ակնհայտ է, որ հղիության ժամանակ օրգանիզմում կատարվում են լուրջ վերափոխումներ, որոնք անդրադառնում են կնոջ ոչ միայն ֆիզիկա-

կան վիճակի վրա, այլև որոշակի հեպք են թողնում նրա հոգեկանի վրա

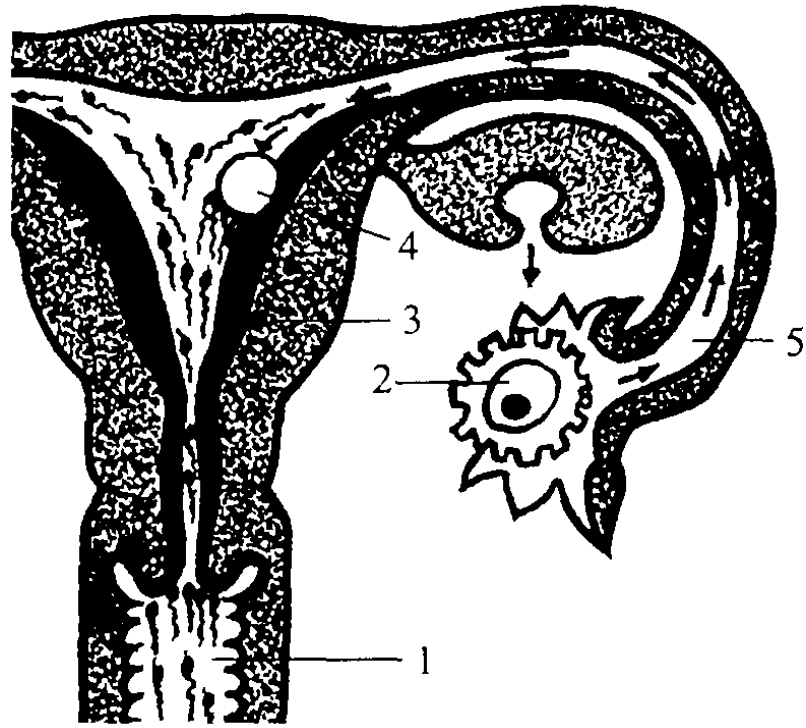
Երեխայի լույս աշխարհի գալու ընթացքն ավելի լավ պատկերացնելու համար անհրաժեշտ է հետևել նոր կյանքի առաջացման բոլոր փուլերին

Այսպիսով սպերմատոզոիդները, որոնք սեռական հարաբերությունից հետո ընկնում են հեշտոց, ակտիվ շարժումների հետևանքով 20-30 րոպե անց հայտնվում են արգանդի խոռոչում, իսկ 2-3 ժամ անց՝ արգանդափողերում Ձվաբջիջը, դուրս գալով ձվաբանից, ընկնում է արգանդափողի մեջ, որով և շարժվում է դեպի արգանդի խոռոչը, ճանապարհին հանդիպելով միլիոնավոր սպերմատոզոիդների Սակայն դրանցից միայն մեկին է հաջողվում թափանցել ձվաբջջի ներսը (ինչը լրիվ բավարար է) և բեղմնավորել այն Բայց և այնպես, պարսպադիր չէ ձվաբջջի դուրս գալու և սպերմատոզոիդի հետ նրա հանդիպման միաժամանակ լինելը Բնությունը ձվաբջջին օժտել է սրտչակի կենսունակությամբ, և այն կարող է «սպասել» հանդիպմանը 3-4 օր Սպերմատոզոիդները նույնպես կարող են 3-4 օր պահպանել իրենց կենսունակությունը (նկ 10 և 11)

Միացումից առաջացած միասնական բջիջը (սաղմ) նոր օրգանիզմի՝ պտղի սրբեղծման սկիզբն է

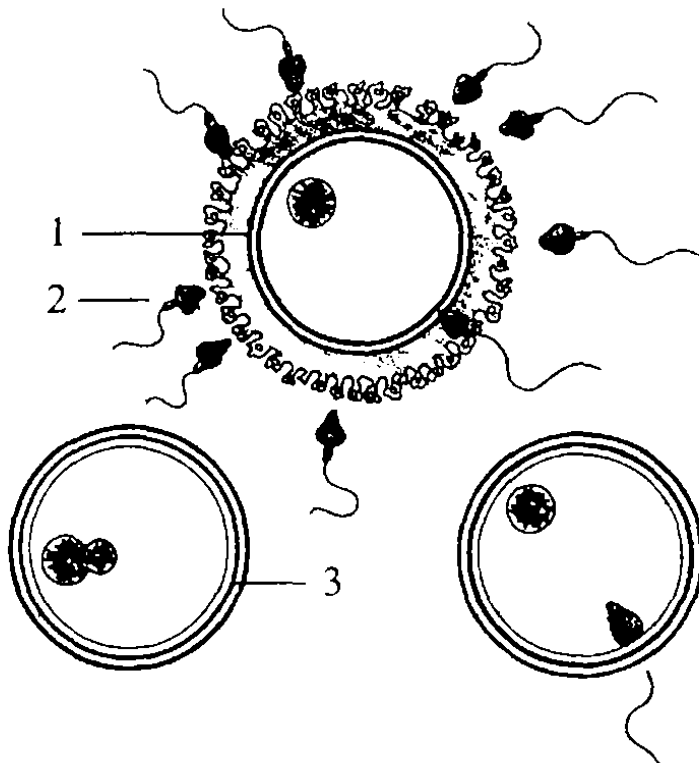
Տեղափոխվելով արգանդի խոռոչ այն ներդրվում է արգանդի լորձաթաղանթի մեջ, որն արդեն հաստացել է և փափկել ու պարբաստ է սաղմն ընդունել (նկ. 12)

Ամրանալով լորձաթաղանթին սաղմն սկսում է արագ աճել Հղիության 4-րդ ամսում արգանդում ձևավորվում է ընկերք՝ այն օրգանը, որն ապահովում է մոր և պտղի կապը Այդ կապն իրականացվում է պորտալարի միջոցով, որը սկիզբ է առնում ընկերքից և վերջանում պտղի պորտի շրջանում Այսպիսով, սկսում է գործել ընկերքային արյան շրջանառությունը, որի շնորհիվ մորից երեխային են անցնում թթվածին, սննդարար նյութեր (նկ. 13) և պտղի օրգանիզմից դուրս բերվում նրա կենսագործունեության հետևանքով առաջացած նյութերը



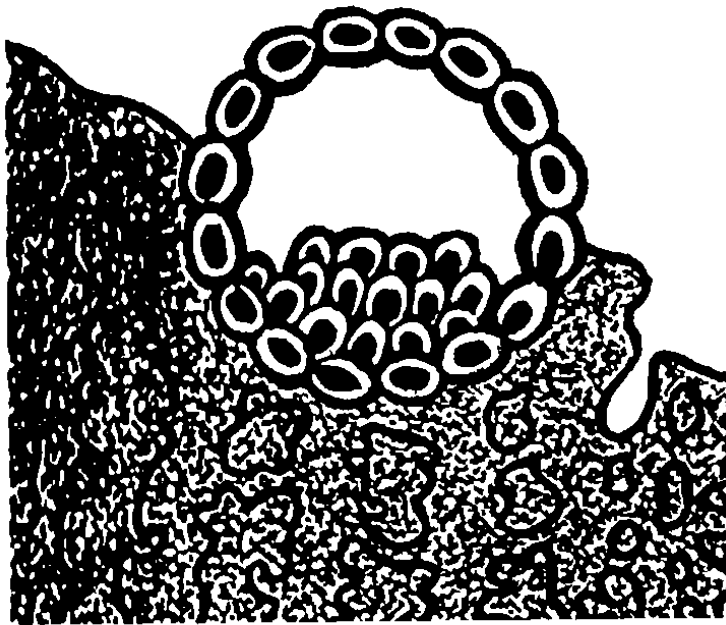
Նկ. 10. Բեղմնավորման ընթացքը

1 հեշտոցում կուտակված սպերմատոզոիդներ, 2 շվարանից ազատված շվարջիչ, 3 արգանդ, 4 սաղմ, 5 արգանդափող



Նկ. 11. Չվարջի բեղմնավորում և սաղմի առաջացում

*1 շվարջիչ,
2 սպերմատոզոիդ,
3 սաղմ*



Նկ. 12. Արգանդի լորձաթաղանթին սաղմի ամրանալու պահը

Չնայած բնությունը հոգ է տարել այն մասին, որ մոր և պլուրի արյունը չխառնվեն, նրանց միջև ակտիվ նյութափոխանակություն է կատարվում Այս պատճառով էլ ընկերքը չի կարող կանխել մոր արյունից պտղի օրգանիզմ նիկոտինի, ալկոհոլի, թմրանյութերի և քայասական ազդեցություն ունեցող այլ նյութերի անցումը. Ընկերքը անպաշտպան է նաև շատ դեղամիջոցների ու քիմիական միացությունների համար, որոնց ընդունումը անցանկալի է հարկապես հղիության 1-2-րդ ամիսներին, երբ նոր-նոր ձևավորվում են սպագա մարդու կենսականորեն անհրաժեշտ գլխավոր օրգանները և համակարգերը՝ նյարդային, սրտանոթային, ներզարիչ և այլն Ընկերքը, դժբախտաբար, «բաց» է նաև մի շարք մանրէների և վիրուսների առաջ Այդ պատճառով էլ բժիշկները խորհուրդ են տալիս հղի կանանց հնարավորինս պաշտպանվել վարակներից:

Պտղի համար անվտանգ չէ նաև ալերգիկ հիվանդություններով տառապող մոր կողմից այն սննդամթերքների չարաշահումը, որոնք կարող են սրել հիվանդության ընթացքը. շոկոլադ, ընկույզ, մեղր, ելակ, ցիտրուսային մրգեր, ինչպես նաև ծովային և այլ մթերքներ օգտագործելը կարող է նորածնի դիաթեզի և մաշկախտի (էկզեմա) պատճառ դառնալ:

Հղիության ժամանակ արգանդը զգալիորեն փոփոխվում է.



Նկ. 13. Չարգացող պտուղը հղիության երկրորդ կեսին

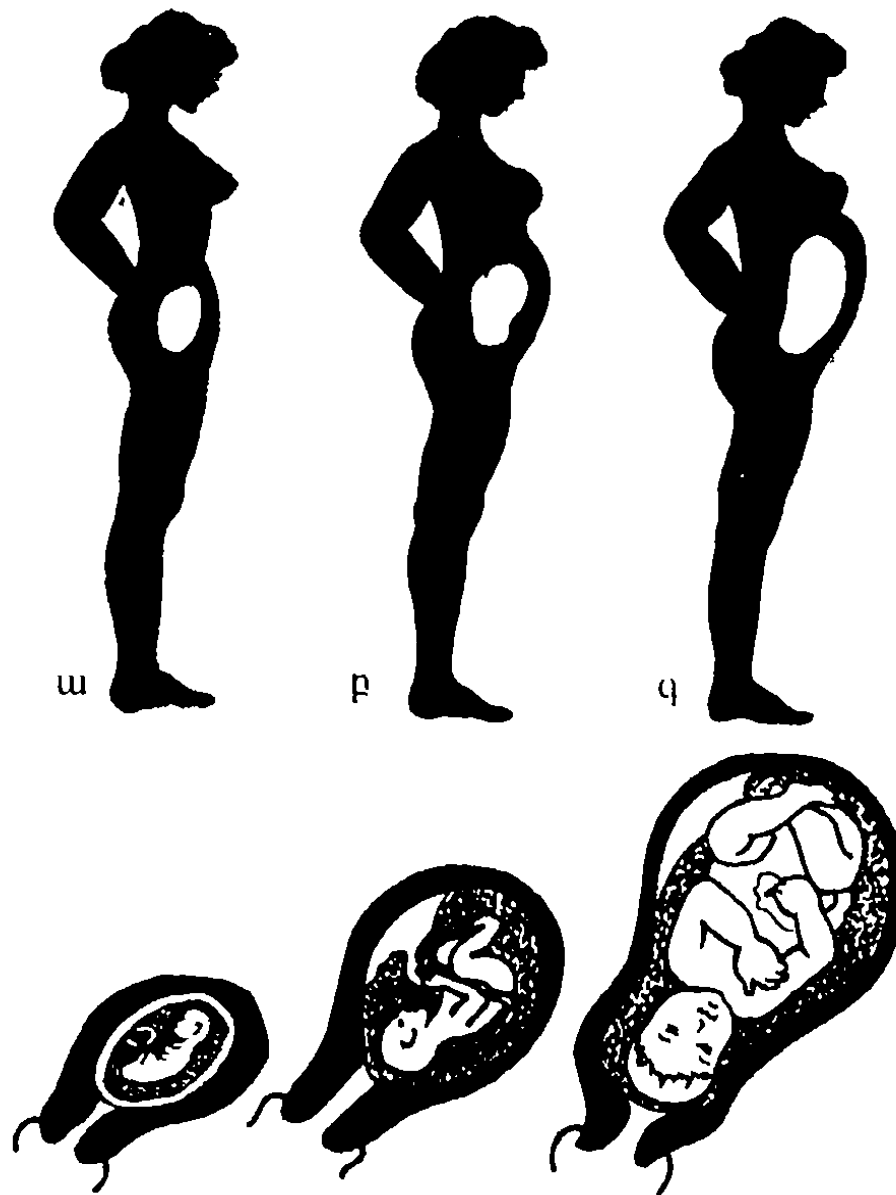
- 1 արգանդի մկանային պար.
- 2 պորտալար,
- 3 ընկերք,
- 4 պրդապարկ.
- 5 պրուղ. 6 պրդաջրեր.
- 7 արգանդի վզիկ

Նրա սկզբնական 7-9 սմ երկարությունը ծննդաբերությունից առաջ հասնում է 37-38 սմ, իսկ ծավալը մեծանում է մոտ 500 անգամ Ծննդաբերությունից առաջ արգանդը զբաղեցնում է համարյա ամբողջ որովայնի խոռոչը (նկ. 14)

Առաջին անգամ հղիացող կինը պարզի շարժումները սկսում է զգալ հղիության երկրորդ կեսի սկզբում։ Այդ ժամանակ էլ ի հայտ են գալիս հավասարի կամ անկասկածելի պարզի նշանները՝ գլխիկը, մեջքը, վերջույթները, որոնք շոշափվում են մանկաբարձ-գինեկոլոգի կողմից

Պարզի սրբի զարկը լսվում է նույնպես հղիության երկրորդ կեսի սկզբում, սակայն ժամանակակից բժշկական սարքերը թույլ են տալիս լսել սրբի աշխարհանքը հղիության 8-10-րդ շաբաթից սկսած Հղիության ժամանակ կնոջ քաշն ավելանում է 8-12 կգ-ով Քաշի զգալի ավելացում նույնպես հնարավոր է, քայքայ ավելի հաճախ դա պայմանավորված է այրուցներով, որոնք այսպես կոչված քոքսիկոզի (հղիության թունավորման) արդյունք են և հուշում են անհասարակ կանանց կոնսուլտացիա դիմելու անհրաժեշտության մասին.

Եթե հղիության ընթացքը նորմալ է, կնոջ ընդհանուր ռեժիմը քիչ է փոփոխվում Դրա համար էլ բոլորովին արդարացված չեն անգործությունը, երկար ժամանակ օրվա ընթացքում պառկելը



Նկ. 14. Հղիության զարգացումը 3-րդ (ա), 6-րդ (բ) և 9-րդ (գ) ամիսներին

Հակառակը, շատ օգտակար են մաքուր օդում զբոսանքն ու ֆիզիկական վարժություններով չափավոր զբաղվելը հղիության 4-րդ ամսից սկսած: Ճիշտ կլինի, որ այդ ամենի մասին հղին պեղեկություններ ստանա կանանց կոնսուլտացիայում կամ «Ամուսնության և ընտանիքի կենտրոնում» մանկաբարձ-գինեկոլոգի հետ խորհրդակցելիս: Բժիշկներն ամեն ինչ անում են, որ մայրության նախապատրաստվող երիտասարդ կինն իմանա հղիության ժամանակ և ծննդաբերությունից հետո խորհուրդ արվող ռեժիմի և

աննդակարգի, ինչպես նաև հիգիենայի և նորածնի խնամքի մասին Հենց այսպես էլ նրան հոգեբանորեն կնախապատրաստեն ծննդաբերությանը, կօգնեն հանգիստ վերաբերվել ծննդաբերական ցավերին, կթուլացնեն վախի և անհանգստության զգացումը և այդպիսով կօգնեն բժշկին հեղափոխում ծնունդն անցկացնել առանց բարդությունների

Առողջ կինը հղիության ժամանակ կարող է զբաղվել տնային տնտեսությամբ, սակայն պետք է զգույշ լինի, ծանրություն չբարձրացնի, ֆիզիկական ծանր աշխատանք չկատարի Ապագա մայրը պետք է խստորեն պահպանի անձնական հիգիենայի կանոնները Մաքուր մաշկը հեշտացնում է երիկամների աշխատանքը, նպաստում է օրգանիզմից նյութափոխանակության հետևանքով կուտակված վնասակար նյութերի հեռացմանը, կանխարգելում է մաշկի վարակիչ հիվանդությունների զարգացումը Դրա համար էլ խորհուրդ է տրվում պարբերաբար լողանալ, ցանկալի է ցնցողի տակ

Հղի կնոջ հագուստը պետք է մաքուր և ազատ լինի Շատ կարևոր է կաթնագեղձերը իրենց ապագա ֆունկցիային երեխային կերակրելուն նախապատրաստելը Դրա համար հղիության առաջին շաբաթից պետք է պտուկները լվանալ գոլ ջրով և չորացնել չոր և կոշտ սրբիչով Դա կկանխի ճեղքերի գոյացումը և հեղափոխում կաթնագեղձերի բորբոքման (մաստիտ) առաջացումը

Արդեն խոսել ենք հղիության ժամանակ կնոջ ծխելու և ալկոհոլ օգտագործելու վնասի մասին Հավելենք միայն, որ վիճակագրական տվյալներով՝ օրական մեկ փուփ ծխախոտ ծխող կնոջ՝ մեռած երեխա ծնելու հավանականությունը մեծանում է 20 տոկոսով Ծխող մոր օրգանիզմում պտուղը նորմալ չի աճում, նա բառացիորեն խեղդվում է մոր արգանդում, քանի որ ծխախոտի ծխի շնորհիվ գազն ու միկոտինը նրանից խլում են թթվածնի մի մասը Այդպիսի երեխաները ծնվելուց հետո մյուսներից թեթև քաշ են ունենում Եվ եթե անգամ մանուկ հասակում ամեն ինչ կարծես թե բարեհաջող է, հեղափոխում, ինչպես վկայում են մասնա-

գեպրները, երեխաները վաղ են աճում, ավելի հաճախ են հիվանդանում մանկական հիվանդություններով, նրանց օրգանիզմն աչքի է ընկնում թույլ դիմադրողականությամբ, հակված է լինում վարակների նկատմամբ.

Բայց ոչ միայն մոր օրգանիզմն ու նրանում առաջացած խանգարումները կարող են ներագդել հղիության ընթացքի և պրոդի աճի վրա Հղիության ժամանակ օրգանիզմում առաջացած որոշ փոփոխություններ կարող են իրենց հերթին կանանց մի մասի համար դառնալ խանգարումների պատճառ Գրանցից են, օրինակ, փագնապր և վախը ծննդաբերությունից, հիվանդ, անլիարժեք երեխա ծնկույց և այլն Այդ անհանգստությունը հասկանալի է, բայց անհիմն, և սովորաբար ծագում է հղիության առաջին ամիսներին, հետագայում կամաց-կամաց անհետանում է

Անշուշտ, դրան օժանդակում են ամուսնու հոգաբար վերաբերմունքը, ընտանիքի բարոյահոգեբանական մթնոլորտը, ինչպես նաև հղի կնոջ կապը կանանց կոնսուլտացիայի բժիշկների, բժշկական անձնակազմի հետ և նրանց լիարժեք աշխատանքը Համենայն դեպս, երիտասարդ, անփորձ հղի կնոջը ամեն անգամ պետք է խորհուրդ փալ՝ ցավի որևէ զգացողության դեպքում չդիմել հարևանին կամ ծանոթին Հղիության բարեհաջող ընթացքի լրիվ ապահովության համար ավելի լավ է դիմել բժշկի և ինքնաբուժմամբ չզբաղվել

Հղիության շրջանում կնոջ հիգիենայի հարցում որոշակի նշանակություն ունի նաև կնոջ սեռական կյանքը Արդեն նշել ենք, որ հղիության առաջին 8-10-րդ շաբաթում ցանկալի է ժուժկալություն հանդես բերել. Գրանցից հետո սեռական կյանքը կարելի է վերսկսել, բայց այն պետք է ոչ այնքան հաճախակի լինի, որքան հղիությունից առաջ էր. Այս ժամանակ կարևոր է ամուսինների դիրքը ինքիմ հարաբերության ընթացքում, որպեսզի տղամարդու մարմինը չճնշի պրոդին Ի դեպ, հեղինակներից մի քանիսը խորհուրդ են փալիս սեռական հարաբերություններից խուսափել այն օրերին, որոնք կհամընկնեն դաշտանի հետ, եթե հղիու-

թյուն շլինելը Նրանք գտնում են, որ հակառակ դեպքում վիժման վրանգ կա Ծննդաբերությունից 2 ամիս առաջ կրկին գործում է սեռական հարաբերությունների արգելքը, քանի որ ի հայտ են գալիս բարդությունների հնարավորություններ (պտղաջրերի շուր հեռանալը վաղաժամ ծննդաբերություն), որոնք կարող են երեխայի համար մահացու, իսկ մոր համար լուրջ սպառնալիք լինել

Անգամ հղիության նորմալ ընթացքում հնարավոր են խանգարումներ, որոնցից ապագա մայրը չպետք է խուճապի մարմնով, փազնապի Սակայն հարկ է հիշել, որ ավել կամ պակաս հաճախականությամբ կրկնվող ոչ մի փոփոխություն չպետք է անտեսվի Հղի կնոջն ու աճող պտղին անհրաժեշտ է մշտական բժշկական հսկողություն Հղիության առաջին կեսում կարող են սրտխառնոց, գլոբոց, այրուցք և փորկապություն առաջանալ Հղիության երկրորդ կեսում կարող են առաջանալ ուրքերի արյունափայտ երակների հանգուցավոր լայնացում, մաշկի քոր, ցավեր գոտկապտեղում, աճուկային շրջանում Բժշկի խորհուրդների կարիք ունեն մաս այն կանայք, որոնք հղիության երկրորդ կեսում ձեռքերին ու ուրքերին ցավ և ջղաձգություն են ունենում

Հարուկ պետք է խոսել հղիության թունավորումների մասին Այդ վիճակը որոշ բժիշկներ գնահատում են որպես կնոջ օրգանիզմի հղիությանը հարմարվելու հետևանք Թունավորումները լինում են վաղ, որոնք առաջանում են հղիության առաջին կեսում, և ուշացած

Վաղ թունավորումներն ուղեկցվում են հաճախակի սրտխառնոցով և օրեցօր կրկնվելով առաջացնում են ուժերի անկում և հյուծվածություն Այս դեպքում հնարավոր են մաշկային փարբեր երևույթներ քոր, եղնջարենդ (մոլաքոր), բշտիկավոր ցան Ուշացած թունավորումներն արտահայտվում են ուրքերի այրուցվածությամբ, ջղաձգություններով, ինչպես մաս մեզի մեջ սպիտակուցի առկայությամբ, երիկամների գործունեության փոփոխությամբ և այլն Չնայած ժամանակակից բժշկությունը հագուցած է հղի կանանց թունավորումների բուժման բավական արդյունավետ միջոց-

ներով, կրթմն, բարոյացած ընթացքում, հարկ է լինում դիմել ծայրահեղ միջոցի հղիության ընդհատման, որպեսզի կնոջ կյանքը փրկեն 'Դրա համար ամեն մի հղի կին պետք է խստորեն հետևի բնորոնված կարգին՝ անպայման այցելի կանանց կոնսուլտացիա Սանկարարձ-գինեկոլոգները հղի կանանց հատուկ ուշադրությամբ են հետազոտում սեռավարակների հայտնաբերելու համար Այս կամ այն հիվանդության առկայության դեպքում հղի կնոջը շտապ բուժում են նշանակում, որպեսզի նորածինը հանկարծ չհիվանդանա սիֆիլիսով, գոնոռեայով կամ այլ վարակով.

Նորմալ հղիությունը ավում է 40 շաբաթ մանկաբարձ-գինեկոլոգների հաշվարկումով միջինը 280 ± 14 օր Անհաս երեխա ծնելու կամ պտուղը երկար կրելը (ավելի քան 42 շաբաթ) անցանկալի երևույթ է և պայմանավորված է ինչպես կնոջ օրգանիզմին, այնպես էլ արտաքին միջավայրին առնչվող գործոններով Ծննդաբերության ժամկետը որոշվում է այսպես վերջին դաշտանի առաջին օրից հետո են հաշվում կրեք ամիս և գումարում 7 օր (հաշվարկի մեկ այլ տարբերակ ներկայացվում է 2-րդ աղյուսակում) Ցավոք, այս պարզ հաշվարկն ու անգամ բժշկի կանխատեսումները միշտ չէ, որ ճիշտ են լինում

Մեր օրերում հղի կանանց միջին հաշվով 10 տոկոսը ունենում է անհաս երեխա (28-39 շաբաթական) Չնայած նման դեպքերում անհաս պտուղը սովորաբար կենսունակ է, վաղ ծննդաբերությունը հաճախ ուղեկցվում է բարդություններով Վաղ ծննդաբերության կանխարգելման հարցում շատ կարևոր է հղիության ժամանակ ճիշտ ռեժիմին հետևելը, հղիությանն ուղեկցող հիվանդությունները ժամանակին բուժելը Առաջին նշանների հայտնվելուն պես (արյունային արտադրություն, ցավ) կինն անհապաղ պետք է պառկի և խնդրի «շտապօգնություն» կանչել հիվանդանոց տեղափոխելու հղիությունը պահպանելու համար Ժամանակին ձեռնարկված միջամտությունը կօգնի ինչպես կնոջ, այնպես էլ նորածնի առողջության պահպանմանը

Ծննդաբերությունն սկսվելու նշանները երկունքի ցավերն են

արգանդի կծկումները Գրանք ունեն ակամա բնույթ և տևում են մոտ 10 վայրկյան, կրկնվելով ամեն 10-15 րոպեին Հետո երկունքի ցավերի տևողությունը հասնում է 60-80 վայրկյանի, իսկ ընդմիջումը կրճարվում ու հասնում է 2 րոպեի Շուտով երկունքի ցավերին ավելանում են որովայնի առաջնային պարի մկանների և ստոծանու կծկումները՝ ճիգերը Գրանք նույնպես առաջանում են ակամա, չնայած ծննդկանը կարող է որոշ չափով ճիգերը ուժեղացնել կամ նվազեցնել Այդ կծկումների ազդեցության տակ բացվում է արգանդի վզիկը, պարաթաղանթը պարուզվում է և տեղի է ունենում պարաթղերի արտահոսք Երբեմն պարաթղերի ժամանակից շուտ մինչև ծննդաբերություն, արտահոսք է նկատվում, որը բացասաբար է անդրադառնում ծննդաբերության ընթացքի և պարզի վիճակի վրա

Ներարգանդային և ներորովայնային ճնշման աստիճանաբար բարձրանալը նպաստում են պարզի շարժմանը ծննդաբերական ուղիներով և նրա ծնվելուն Հետո, շարունակվող երկունքների ազդեցությամբ մի քանի րոպե անց արգանդի պարերից անջարվում և դուրս են գալիս ընկերքը և պարաթաղանթը Արյան կորուստը այդ ժամանակ կազմում է 100-200 միլիլիտր

Ծննդաբերության նորմալ ընթացքի դեպքում առաջին ժամերին կինը չպետք է ելնի անկողնուց առանց որևէ մեկի օգնության, քանի որ արյան պակասի հետևանքով հնարավոր է գլխապարույր Հերթննդյան շրջանում արգանդը հեղուկաբար փոքրանում է, իսկ ձվարանների գործունեությունը վերսկսվում Սակայն դաշտանը շատ կանանց մոտ չի սկսվում, ինչը կապված է երեխային կերակրելու (լակտացիա) հետ Ոմանց մոտ այն կարող է վերսկսվել ծննդաբերությունից 6-8 շաբաթ անց

Կաթնագեղձերը հերթննդյան շրջանում հասնում են բավական մեծ չափերի Առաջին 2-3 օրը դրանք արտադրում են դալ թանձր հեղուկ, որը հարուստ է սննդարար նյութերով, հետագայում սկսվում է կաթնարտադրությունը Հերթննդյան շրջանի նորմալ ընթացքի և երեխային կերակրելու համար մայրը պետք է պաշտ-

պանված լինի բոլոր տեսակի վարակներից, սթրեսային իրավիճակներից հարկավոր է խստորեն պահպանել հիգիենայի կանոնները, ռեժիմը

Շափ կարևոր նշանակություն ունի կերակրող մոր սնունդը, քանի որ դրանից է կախված նրա կաթնարտադրությունը Մեղմդարար նյութերի քանակը պետք է 30 րոպեսով ավելանա սովորականի համեմատ Ծննդկանը պետք է օգտագործի շափ սպիտակուցներ, ճարպեր և ածխաջրաբյուրեղներ, վիտամիններով և հանքային նյութերով հարուստ մթերքներ Խորհուրդ է տրվում օրվա ընթացքում խմել մինչև 2 լիտր հեղուկ, այդ թվում ոչ պակաս, քան 0,5 լիտր կաթ Հարկ է հապուկ ընդգծել, որ կրծքով կերակրելը երեխայի առողջության ապահովման լավագույն միջոցն է

Հետժննդյան շրջանում մայրը պետք է հոգ տանի, որ նորածինը ճիշտ բռնի կուրծքը, այսինքն բռնի ոչ միայն պտուկը, այլև հարպրկային շրջանը Առաջին ամսվա ընթացքում շափ կանանց կաթնագեղձերում վնասվածքների հետևանքով կարող է բորբոքում (մաստիտ) առաջանալ Դրա առաջին նշանը ցավն է և կրծքի մաշկի կարմրելը Մաստիտի կանխարգելման համար խորհուրդ է տրվում օրը երկու անգամ կաթնագեղձերը լվանալ տաք ջրով և օճառո , իսկ բորբոքվածության դեպքում պետք է դիմել բժշկի Հետժննդյան վերականգնողական շրջանի ընթացքում կինը պետք է օգտագործի հիգիենիկ ներդիրներ, օրվա ընթացքում մի քանի անգամ լվայում կարարի, ցնցուղի տակ հաճախ լողանա, ֆիզիկական վարժություններ կարարի Անուսիներին ծննդաբերությունից 1-1,5 ամիս հետո է թուլարվում վերսկսել սեռական կյանքը, նախապես խորհրդակցելով գինեկոլոգի հետ Այդ ժամկետը չպահելը երիտասարդ մոր համար հղի է լուրջ վրանգներով

Կարևոր է նաև այն հարցը, թե կրծքով կերակրող մայրը կարող է հղիանալ Տարածված կարծիք է, թե հղիանալն այդ շրջանում անհնար է Բայց դա այդպես չէ Չնայած հետժննդյան շրջանում կնոջ հղիանալու հավանականությունը, անշուշտ, ցածր է, բայց լրիվ չի անհետանում Սանկաբարձներին հայտնի են

շար դեպքեր, երբ կինը հղիանում է ծննդաբերությունից հետո շար կարճ ժամանակ անց Երիտասարդները պետք է իմանան այդ մասին և աշխարհն այնպես անել, որ բեղմնավորում փողի չունենա, քանի որ հաջորդ հղիությունը հաճախ անցանկալի է լինում, և ծննդաբերությունից հետո դեռևս լրիվ չկազդուրված կինը սպիպված ենթարկվում է արհեստական վիժման

ԱՆՑԱՆԿԱԼԻ ՀՂԻՈՒԹՅՈՒՆ

Ե՞րբ է երեխա ունենալու լավագույն կամ հղիության համար ամենահարմար ժամանակը Այս հարցերը չնայած կարևոր են, բայց հաճախ չեն ենթարկվում կարգավորման Այնուհանդերձ ամուսինները, ձեռքի փակ ունենալով հակաբեղմնավորիչ ժամանակակից միջոցների հարուստ փեսականի, կարող են բեղմնավորման իրենց հարմար ժամանակն ընտրել

Հայտնի է, որ կնոջ օրգանիզմի նախնական վիճակը վճռական նշանակություն ունի ապագա երեխայի առողջության հարցում Եշանակում է, հղիության համար ամենահարմարն այն ժամանակն է, երբ կինը հանգստացել է և անրացել

Վիճակագրական փվյալներով յուրաքանչյուր հազար ծննդաբերությունից ծնվում է 50 մեռած և այս կամ այն արատով մի քանի փասնյակ երեխա Ու թեպետ սա ընդամենը մեկ կաթիլ է ծովի մեջ, բայց և վիշտ է յուրաքանչյուր ընտանիքի համար Վիշտ, որից մեծ մասամբ կարելի է խուսափել, և թե ամուսինները լսեն և կատարեն մասնագետների խորհուրդները Վերջին փարիներին լայն փարածում են ստացել ընտանիքի պլանավորման կենտրոնները, վերարտադրողական առողջության հարցերով զբաղվող կլինիկաները, ինչպես նաև այն կառույցները, որոնք պրոպագանդում են առողջ ապրելակերպ, սեռական հիգիենայի և սեռական առողջության հիմունքներ Նրանց ծավալած գործունեությունն ունի մի նպատակ առողջացնել հասարակությունը, նպաստել երկրի լիարժեք, առողջ քաղաքացու ծնվելուն

Անցանկալի հղիությունը մեծ փորձություն է յուրաքանչյուր

կնոջ համար, բայց երբ դա պատահում է չամուսնացած երիտասարդ աղջկա հետ, դրությունը դրամադիկական է դառնում Շապ աղջիկներ կարողանում են այդ վիճակից դուրս գալու ելք գտնել, բայց մի քանիսին բաժին է ընկնում անցանկալի հղիության բուլոր ծանր և անուղղելի հետևանքները Հաճախ դրանք վերաբերում են մաս թեթևամիտ, անպատասխանատու պատանիներին, որոնք սեռական հարաբերությունների մեջ են մտնում առանց հակաբեղմնավորիչների Երիտասարդ մարդը պետք է ուշադիր և վստահելի ինտիմ գուգընկեր լինի Ես պետք է աշխատի հասկանալ իր ընկերուհու զգացումները և տագնապները, չմոռանա, որ ինքը պատասխանատու է նրա համար, և միշտ հիշի, որ յուրաքանչյուր կին տղամարդու մեջ հենարան ու պաշտպան է փնտրում Դրա համար էլ ակնհայտ է, որ անցանկալի հղիությունից խուսափելու պատասխանատվությունը կրում են հավասարապես երկու գուգընկերները

Բայց և այնպես, եթե կինը հղիացել է և համոզված է, պետք է ժամանակին կողմնորոշվի սպեղծված իրավիճակում, առաջին 1-2 շաբաթների ընթացքում ընտրի կամ հղիության ընդհատման ճանապարհը, կամ վճռի ունենալ Իսկ կթե կինը բաց է թողնում այդ ժամանակահատվածը, սնում է մեկ ելք ծննդաբերություն, քանի որ հղիության արհեստական ընդհատումը ավելի ուշ շրջանում լի է շատ լուրջ, հաճախ ողբերգական հետևանքներով Այնուհանդերձ պետք չլ մտածել, թե ժամանակին կատարված արհեստական վիժումը անվտանգ միջամտություն է, որով ավարտվում են բոլոր տհաճությունները Հաճախ արհեստական վիժումից հետո, հարկապես առաջին հղիության դեպքում, նույնպես առաջանում են բարդություններ

Չնայած վերը շարադրվածին, երիտասարդ դեռ 18-ը չբուրած չամուսնացած աղջիկը հղիության դեպքում ավելի լավ է ընտրի արհեստական վիժումը, քան ծնի անցանկալի երեխա Դեռևս չձևավորված և չամրացած օրգանիզմի համար պտուղը կրելը և ծննդաբերությունը կարող են ավելի վտանգավոր լինել, քան լավ

կատարված արհեստական վիժումը Բայց ենթարկվելով բանակա-
նության ձայնին աղջիկը վաղ թե ուշ կհանգի այն եզրակացու-
թյան, որ և անցանկալի հղիությունը, և արհեստական վիժումը
չեն կարող հաջող ընտրություն համարվել Հաջող ընտրությունը
սեռական կյանքը հետաձգելն է մինչև այն հասակը, երբ կարելի
է հանգիստ ընդունել հնարավոր հղիության հետևանքները Ավելի
հասուն տարիքում երիտասարդ մարդկանցից շատերը սթափ են
գնահատում իրավիճակը և կարող են ընտրանիք կազմելը նախ-
ընտրել հղիության ընդհատումից

Հղիությունը ամեն մի գույզի կյանքում ամենաերջանիկ, ամե-
նակարևոր իրադարձություններից է, և պետք է ամեն ինչ անել,
որ այն միայն ցանկալի լինի Անցանկալի հղիությունից առաջա-
ցող դժվարին վիճակում չհայտնվելու համար հարկավոր է մտած-
ված, ճիշտ ընտրություն կատարել, փոխել վարքագիծը և նպա-
տակային օգտագործել հակաբեղմնավորիչ միջոցները

ՀՂԻՈՒԹՅԱՆ ԿԱՆԽԱՐԳԵԼՈՒՄ

Հղիության կանխարգելման (կոնտրացեպցիա) արդյունավետ
միջոցների կարիք ունի յուրաքանչյուր մարդ Սակայն բոլորից ա-
ռավել հակաբեղմնավորիչներ անհրաժեշտ են սեռական ակտիվ
անձանց պատանիներին, որոնց ամենաքիչն է փնտրելություն
տրվում հղիության կանխարգելման մասին Մասնագիտական
գրականությունը, ինչպես նաև մեր ուսումնասիրությունները վկա-
յում են, որ պատանիների զգալի մասը, թեև ոչ հաճախակի, ու-
նենում է սեռական հարաբերություններ Ազգաբնակչության այդ
խմբին (հաճախ նրանց անվանում են ռիսկի, խոցելի կամ ան-
պաշտպան խումբ) հատուկ է անկանխատեսելի վարքագիծը, որի
պատճառը անկախության, անհոգության և իր հասակակիցների
շրջանում հռչակվելու ձգտումն է Նրանց փոխհարաբերություննե-
րը հաճախ ժամանակավոր բնույթ ունեն, իսկ սեռական գուգըն-
կերներ ունենալու հնարավորությունը չափազանց մեծ է

Ի հետևանք նրանցից շատերը ենթարկվում են ոչ միայն ան-

ցանկալի հղիության վրանգին, այլև սեռավարակներով, այդ թվում ՁԻԱՀ/ՄԻԱՎ-ով վարակվելու ռիսկին

Ծնողների մեծ մասը, իհարկե, կնախընտրեն, որ դեռահասները սեռական հարաբերություններից խուսափեին այնքան ժամանակ, քանի դեռ ընդունակ չեն լրիվ պատկերացնել այն ռիսկը, վրանգը, որին նրանք ենթարկվում են Սակայն հանրահայտ է «հայրեր և որդիներ» պրոբլեմը, որի համաձայն երիտասարդները նախապատվությունը տալիս են իրենց ընտրությանը:

Դեռահասները, հատկապես աղջիկները, արդեն 14-15 տարեկան հասակում պետք է իմանան հղիության կանխարգելման ժամանակակից միջոցների մասին Ռուս հեղինակների փյուլներով՝ աղջիկների 70 տոկոսը 15 տարեկան հասակում արդեն սկսում է սեռական կյանքը: Սեր հանրապետությունում նման լայնածավալ ուսումնասիրություններ չեն կատարվել, սակայն տազնապահարույց ու նախազգուշացնող 1 այն հանգամանքը, որ վերջին 10 տարում մի քանի անգամ ավելացել է այդ տարիքի աղջիկների թիվը, որոնք բժշկի են դիմում վնասարկական տարբեր հիվանդությունների կամ անցանկալի հղիության պատճառով Ցավոք, հանրապետությունում արդեն տարածված մարմնավաճառությունը իր շարքերը հեղափոխելու լրացնում է դեռահաս աղջիկներով

Շատ երկրների բժշկական փորձը հաստատում է, որ քրեական (անօրինական) արտոտի, որպես օրենք, անչափահասները դիմում են երկու պատճառով նախ չգիտեն ինչպես պաշտպանվել հղիությունից, իսկ հղիանալուց հետո ամաչում կամ վախենում են այդ մասին ժամանակին հայտնել ծնողներին: Այդուհանդերձ, ոչ միայն դեռահասներին, այլև բոլորին ինչպես երիտասարդ, այնպես էլ տարեց մարդկանց, անկախ ընտանեկան վիճակից, անհրաժեշտ է ազատ մուտք դեպի լրատվության աղբյուրները և առողջապահական այն հիմնարկները, որոնք զբաղվում են ընտանիքի պլանավորմամբ և վերարտադրողական առողջությամբ, ինչպես նաև սեռական հիգիենայի բարելավման հարցերով և սեռավարակների կանխարգելմամբ

Ընդհանրապես պլանավորում հասկացությունը նշանակում է միայն ընդհանրապես անդամների թվի ավելացմանն ուղղված գործունեություն: Շապերին, երևի անհասկանալի է, թե ինչ կապ ունի ընդհանրապես պլանավորումը դեռահասների հետ, քանի որ նրանք դեռ չեն մտածում ընդհանրապես կազմելու մասին Այնուամենայնիվ, երջանիկ ընդհանրապես կազմելու մախապայմանը սեփական ցանկությունները և ցանկալիին հասնելու ճանապարհը գիտակցելն է, ինչպես նաև սեփական վարքագիծը վերահսկելը Այդ ամենը հարկավոր է այնպիսի իրավիճակներից խուսափելու համար, որոնցից հետո մարդը զղջալու է՝ արհեստական վիժում, անցանկալի երեխայի ծնունդ, սեռավարակներ, քայքայված առողջություն:

Առողջ և երջանիկ ընդհանրապես հիմքը դրվում է հենց երիտասարդ հասակում, եթե գիտակց և ինքնավստահ երիտասարդը զուգորակերուիտու հետ իրեն այնպես է պահում, որ այդ հարաբերությունները միայն հաճելի զգացումներ են պարզևում երկուսին: Բնական է, որ մարդը սեռական կյանքով ապրում է ավելի հաճախակի և փրական ժամանակ, քան պահանջում է երեխա ունենալու բնական ցանկությունը Այս զգացմունքը շատ քիչ դեպքերում է դառնում սեռական առաջին հարաբերության դրդապատճառ Իր հերթին վերարտադրողական ունակությունը ևս սովորաբար ավելի երկար է փրում, քան մարդիկ ցանկանում են երեխա ունենալ:

Այս ամենն է պատճառը, որ դեռ վաղնջական ժամանակներից մարդիկ ձգտել են գտնել այդ հակասությունների լուծման միջոցներն ու ձևերը, ստեղծել ժամանակակից ամենապարածված հակաբեղմնավորիչի՝ պահպանակի (պրեզերվատիվ, կոնդոմ) մախատիպերը

Ամենահին հակաբեղմնավորիչները նշվում են հին Հոտում, որտեղ կենդանիների միգապարկը օգտագործում էին որպես պահպանակ սեռավարակների կանխարգելման համար 1564 թվականին իտալացի անատոմ Գ Ֆալոպը խորհուրդ էր փայխա առնանդամի վրա պատրյանի պես հագցնել վուշե փոպրակ որպես վեճե-

րական հիվանդություններից պաշտպանվելու միջոց Միայն 17-րդ դարում հղիության կանխարգելման նպատակով սկսեցին օգտագործել կենդանիների աղիներից և նուրբ կաշվից պատրաստված պահպանակներ՝

Կաթուղի եկեղեցին հղիության կանխարգելման միայն մի միջոց էր թույլատրում ժուժկալությունը (աբսպիսենցիա), այսինքն՝ սեռական հարաբերություններից պարբերաբար հրաժարում՝ դաշտանային ցիկլի հաշվարկով

Հին Պարսկաստանում հուսալի հակաբեղմնավորիչ միջոց էին համարում այն, երբ կինը սեռական հարաբերությունից հետո թըռչում էր սանդուղքի 7 աստիճանից՝

Անցանկալի հղիությունից խուսափելու համար ավելի ուշ կիրառում էին սեռական հարաբերությունից հետո հեշտուղի ցնցողումը գոլ ջրով. Այսպես, 18-րդ դարում Ֆրանսիայի հյուրանոցներում կային դրա համար անհրաժեշտ բոլոր պարագաները Այդ ժամանակ դեռ չէին ենթադրում, որ ցնցուղից շուտ սպերմատոզոիդները կնոջ հեշտուղում այնքան են խորացել, որ լուծույթի համար դարձել են անհասանելի

Անցանկալի հղիությունն աշխատում էին կանխարգելել սեռական հարաբերության փարբեր ձևեր կիրառելով, մասնավորապես՝ սեռական ակտի ընդհատումը Արևելքի որոշ ժողովուրդներ հաճախ փղամարդու միզուկում առնանդամի ներքևի մասում, անցք էին բացում, որպեսզի սերմը չընկներ կնոջ հեշտուղի մեջ՝ Պարսկությունից հայտնի է նաև այն, որ ուղտերի հղիության կանխարգելման նպատակով ներարգանդային միջոցներ առաջինը կիրառել են Աֆրիկայի քոչվոր ցեղերը անապատում երկարափն ճանապարհորդությունների ժամանակ

Այսպիսով՝ հղիության կանխարգելման միջոցների մարդիկ դիմել են դեռևս վաղնջական ժամանակներից Ընդամենը երեխաների թիվը, անգամ որոշակի սեռի երեխա ծնելու հարցը կարգավորում էին ազգային սովորություններով կամ կրոնական կարգադրազրերով՝ սկսած սեռական հարաբերությունների արգելքից մինչև

Ուայնիսկ որոշակի սեռի կամ արարման ունեցող երեխաների ոչըն-
չապում

Ծնելիության նկատմամբ հսկողությունը, որը ժողովրդագրական
բողոքականության մասն է, շար երկրներում կիրառվում է նաև
ուլժմ, բայց ավելի մարդասիրական ձևերով՝ Սակայն, վերջիվեր-
ջու, միայն ամուսնական գույզը պետք է որոշի առաջնեկի
ծննդյան և հաջորդ ցանկալի հղիությունների ժամկետը Հենց
յանկալի հղիությունների, քանի որ, դժբախտաբար, քաղաքակիրթ
աշխարհում արհեստական վիժումը ծնելիության կարգավորման
դեռևս գլխավոր միջոցն է Յայսօր գտնված չէ հակաբեղմնավո-
րիչ որևէ միջոց, որը 100 փոկոսով լինի արդյունավետ և առող-
ջության համար՝ անվտանգ, գործածության մեջ հարմար լինի և
միաժամանակ չթուլացնի զգայությունները

Փորձը ցույց է տալիս, որ երիտասարդներից շատերը չեն հա-
վատում հակաբեղմնավորիչ միջոցներին և այդ պատճառով չեն
շտապում դրանք կիրառել Միաժամանակ հանրահայտ «ժողովրդ-
դական» միջոցը ընդհատված սեռական հարաբերությունը, չնա-
յած լուրջ թերություններին, կիրառում են շատերը Չափազանցու-
թյուն չի լինի, եթե ասենք, որ ընդհատված սեռական հարաբե-
րությունը և արորպը մեզանում ծնելիության կարգավորման ամե-
նապարածված ձևերից են Դրա էությունը պարզ է անմիջապես
սերմնաժայթքումից առաջ առնանդամը հանվում է հեշտոցից, և
սերմը թափվում է կնոջ սեռական օրգաններից դուրս

Այս մեթոդը, չնայած պարզ է ու բոլորին հասանելի, ունի շար
թերություններ: Նախ՝ այս դեպքում, այնուամենայնիվ, հղիանալու
հնարավորությունը 20-40 փոկոս է: Երկրորդ՝ ընդհատված սեռա-
կան հարաբերությունը բացասաբար է անդրադառնում և տղա-
մարդու, և կնոջ օրգանիզմի վրա: Չնայած այդ մասին արդեն խո-
սել ենք, սակայն հարկ է ավելի մանրամասն լուսարանել երիտա-
սարդ օրգանիզմի վրա հղիության կանխարգելման այս միջոցի
հասցրած վնասը:

Այսպես, տղամարդը, ձգտելով բաց չթողնել սերմնաժայթքման

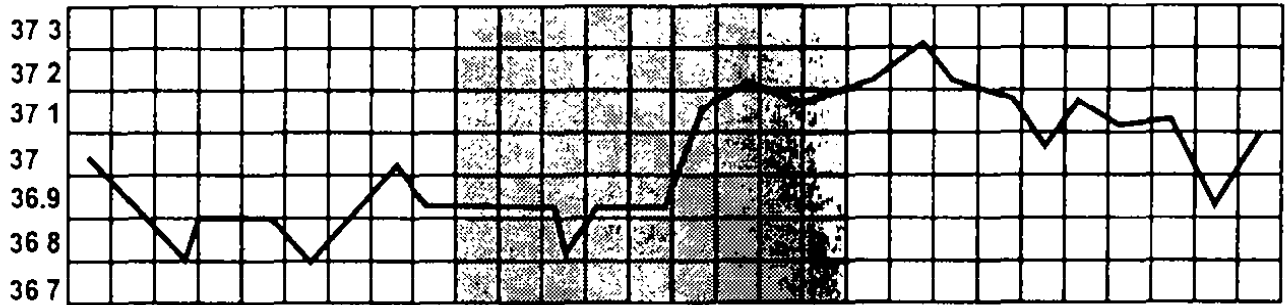
պահը, միաժամանակ աշխատում է օրգազմ ստանալ Դրա արդյունքում զգացումները բթանում են և հաճույքն այնքան ուժեղ չի լինում, ինչպես լիարժեք սեռական հարաբերության ժամանակ Ավելին, ոչ լրիվ սերմնաժայթքման դեպքում սերմի մի մասը մնում է փղանարդու միզուղիներում, և կրկնակի սեռական հարաբերության ժամանակ մեծանում է բեղմնավորման վտանգը, եթե դրանից առաջ սեռական օրգանները չեն լվացվել

Կինն իր հերթին է դրանից փութում, քանի որ սեռական հարաբերության ողջ ընթացքում, չստանալով օրգազմ, ուշադիր հետևում է ամուսնու (զուգընկերոջ) վարքագծին Նրա ներքին սեռական օրգաններում զարգանում են կանգային երևույթներ, որոնք նպաստում են բորբոքային երևույթների ի հայտ գալուն, սեռական զգացման բթացմանը և, ի վերջո, անօրգազմիայի առաջուպմանը Բացի դրանից, մշտական և երկարատև ընդհատված սեռական հարաբերությունների դեպքում կնոջ օրգանիզմը չի ստանում սերմնահեղուկ, որը հարուստ է բարերար ազդեցությամբ շար նյութերով

Հղիության կանխարգելման հարմար և բավական հուսալի միջոցներից է ֆիզիոլոգիականը կամ, այսպես կոչված, օրացուցայինը Վերջինս հիմնված է այն հանգամանքի վրա, որ բեղմնավորում կարող է առաջանալ միայն այն սեռական հարաբերությունների ժամանակ, որոնք փեղի են ունեցել ձվազատումից անմիջապես առաջ կամ անմիջապես հետո, այսինքն այն դեպքում, երբ սպերմատոզոիդը հանդիպում է ձվաբջջին, որը հասունացել է և արդեն դուրս է եկել ձվարանից Ձվազատումը փեղի է ունենում դաշտանային ցիկլի մոտավորապես կեսին Ենթադրվում է, որ հղիանալու համար ամենահարմար օրերը ամսվա ընթացքում միջին հաշվով վեցն են՝ երեք օր ձվազատումից առաջ և երեք օր ձվազատումից հետո Հուսալիության համար կարելի է ավելացնել մեկական օր ձվազատումից առաջ և հետո Ամուսինները, փաստորեն, այդ օրերին հրաժարվելով սեռական հարաբերություններից կամ ինչ-ինչ ձևով պաշտպանվելով, կարող են ապահովված

լինել անցանկալի հղիությունից Եվ ընդհակառակը, հղիանալու ցանկության դեպքում կարող են օգտագործել հենց ձվազարման օրերը, որոնք չափազանց բարենպաստ են բեղմնավորման համար

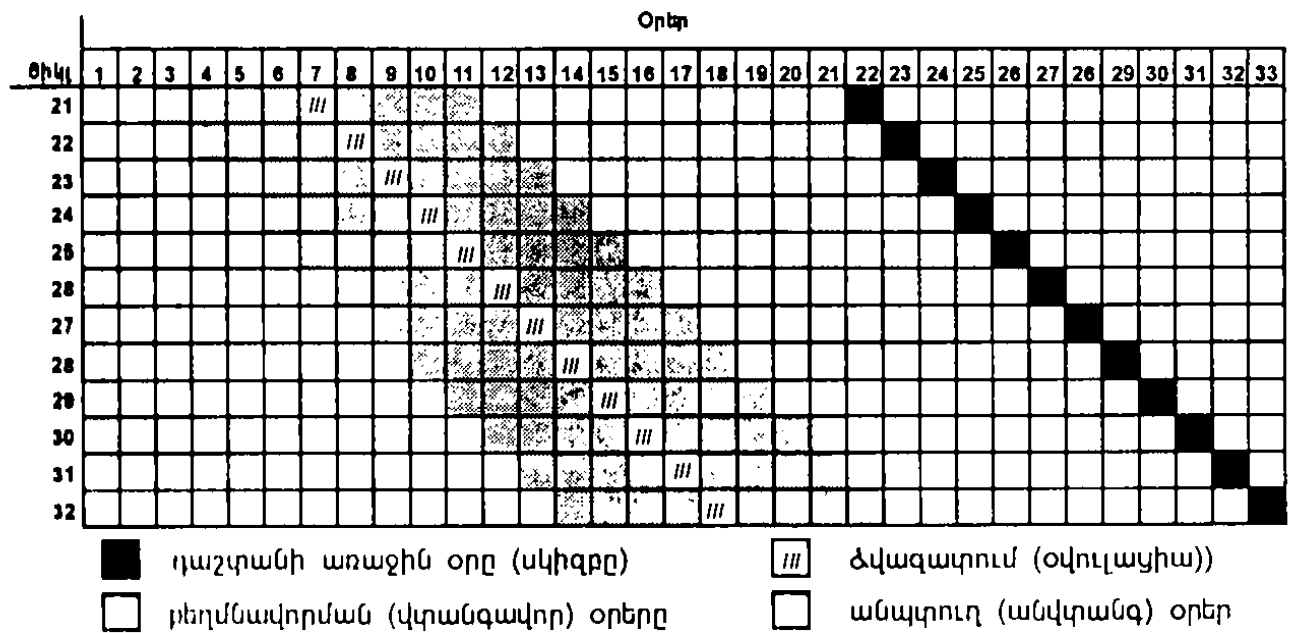
Իսկ ձվազարման օրը որոշելը դժվար չէ Դրան օժանդակում է ջերմաստիճանային փոփոխությունը (թեստ) (աղյուսակ 1), որը կատար-



Աղյուսակ 1. Ջերմաչափային հաշվարկման կորագիծ

վում է այսպես Կինն առավորյան, դեռ անկողնում, չափում է ուղիղ աղու ջերմությունը 8-10 րոպեի ընթացքում Այս գործողությունը (ավելի լավ է նույն ջերմաչափով) նա կատարում է մի քանի ամիս շարունակ, ամեն օր, որպեսզի խուսափի հնարավոր սխալներից և պարահականություններից Արդյունքները գրանցվում են հատուկ թերթիկի վրա Առողջ կնոջ մոտ ուղիղ աղու ջերմությունը սովորաբար 37 աստիճանից բարձր չի լինում, իսկ ձվազարման օրը («վրանգավոր շրջան») այն բարձրանում է և մնում այդպես մինչև դաշտանի առաջին օրը Մեթոդի արդյունավետությունը զգալիորեն բարձրանում է, եթե կինը տարվա ընթացքում ամեն ամիս կանոնավոր լրացնում է դաշտանային օրացույցը: Այս մեթոդը խորհուրդ չի տրվում կիրառել, երբ անվտանգ օրերը քիչ են կամ բոլորովին չկան դաշտանային ցիկլերի մեծ տարբերությունների պարճառով, կամ երբ կինը փոխել է ապրելակերպը, քանի որ այս ամենը հաճախ հանգեցնում է ձվազարման փոփոխությունների (աղյուսակ 2) Համեմայն դեպս, ավելի վստահ լինելու համար հարկավոր է նախապես խորհրդակցել կանանց կոնսուլտացիայի բժշկի հետ այս մեթոդի կիրառման բոլոր նրբությունները իմանալու համար

Հղիության կանխարգելման մյուս միջոցը մեխանիկական հակաբեղմնավորիչներն են Պաշտպանության այս փարբերակը իրագործվում է պահպանակների, կանաչի խփիկների, ինչպես նաև ներարգանդային պարույրների կիրառությամբ



Աղյուսակ 2. Բեղմնավորման համար «վտանգավոր» և «անվտանգ» օրեր դաշտանային ցիկլի ընթացքում

Պահպանակները փարբերվում են չափերով, ձևով և անգամ գույնով Պրանք պատրաստվում են բարձրորակ ռեպինից, որը մեխանիկական ամրություն ունի, սակայն այնքան բարակ է, որ առնանդամի զգայունակությունը շարքիչ է նվազեցնում (նկ. 15)։

Ի դեպ, շարք փղամարդիկ, հենց այս վերջին հանգամանքը նկատի ունենալով, հրաժարվում են դրանք օգտագործել։ Գոյություն ունեն և այլ անհարմարություններ՝ փղամարդը ստիպված պետք է շեղվի գուզընկերուհուց և զբաղվի պահպանակ հագցնելով, իսկ դա կարող է էրեկցիայի թուլացման պատճառ դառնալ, բացի այդ, ընդհատված սեռական հարաբերության դեպքում հեշտոց չի մտնում փղամարու սերմնահեղուկը՝ կենսաբանական ակտիվ նյութերը։

Սակայն կան պահպանակների օգտագործման դրական կողմեր ևս։ Դա առաջին հերթին ոչ միայն հղիությունից, նաև սեռա-



Նկ. 15. Տղամարդու պահպանակ

վարակներից, այդ թվում ՄԻԱՎ/ՁԻԱՀ-ից պաշտպանվածության բարձր աստիճանն է, այլև օգտագործման հեշտությունը, հարմարությունը, մարչելիությունը, միաժամանակ պահպանակը, ինչ-որ չափով թուլացնելով առնանդամի զգայունակությունը, նպաստում է սեռական հարաբերության երկարացմանը Այս հատկությունը թույլ է տալիս պահպանակ օգտագործելու խորհուրդ տալ այն տղամարդկանց, ովքեր տառապում են ժամանակից շուտ սերմնաժայթքումով դրսևորվող սեռական անկարությանը Չնայած գործածության հեշտությանը, շատ տղամարդիկ, հատկապես երիտասարդները, չգիտեն պահպանակից օգտվելու ձևը Պահպանակը պետք է հագցնել երեկոյանի վիճակում գրգռվող առնանդամի վրա, մինչև սեռական հարաբերությունը։ Շատ պահպանակների ծայրում փոքրիկ պարկ կա, որտեղ սերմնաժայթքման ժամանակ հավաքվում է սերմը։ Պահպանակը հագնելուց առաջ այդ փոքրիկ պարկը պետք է սեղմել այնպես, որ հագնելուց հետո նրա մեջ օդ չմնա Հակառակ դեպքում սեռական հարաբերության ժամանակ պահպանակը կարող է պատռվել։ Եթե պահպանակը հատուկ պարկ չունի, հարկավոր է թողնել այն 1-2 սմ-ի չափ ազատ, որ-

պեսզի այդպեղ հավաքվի սերմը: Չնայած բժիշկների մի մասը դեմ է պահպանակների ավելորդ օգտագործմանը (հարկապես անուսնական զույգերի համար), այդ հակաբեղմնավորիչը դեռևս չի կորցրել իր հանրամարչելիությունը Այդ առումով լավ է հիշեցնել մի քանի խորհուրդ, որոնք կարող են առօրյայում օգտակար լինել պահպանակ օգտագործելիս.

Պահպանակ պեքք է օգտագործել առաջին հերթին սեռավարակների և ՄԻԱՎ/ՁԻԱՀ-ով վարակվելու կասկածի (վրանգի) դեպքում:

Երբ հակաբեղմնավորիչ մյուս միջոցներն օգտագործելն անհնար է կամ անցանկալի:

Օգտագործելուց առաջ անհրաժեշտ է փաթեթի վրա ստուգել պիպանելիության ժամկետը:

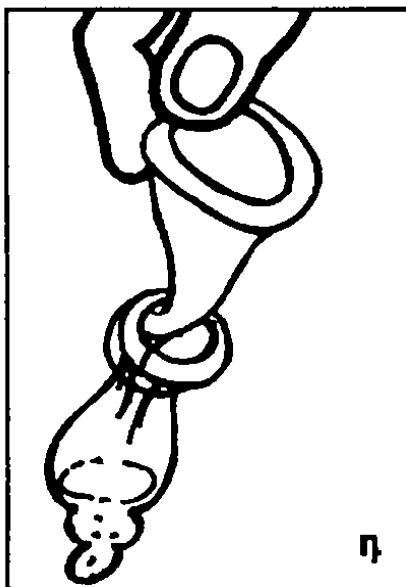
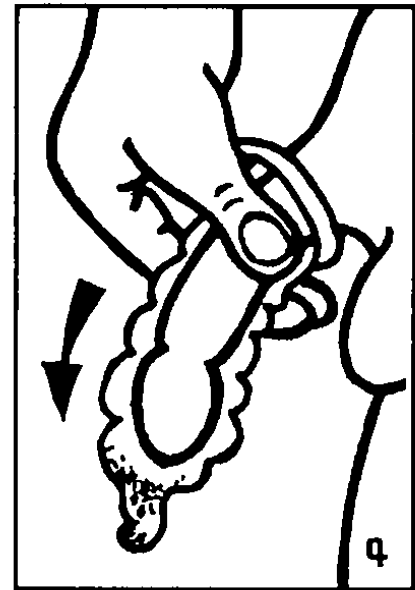
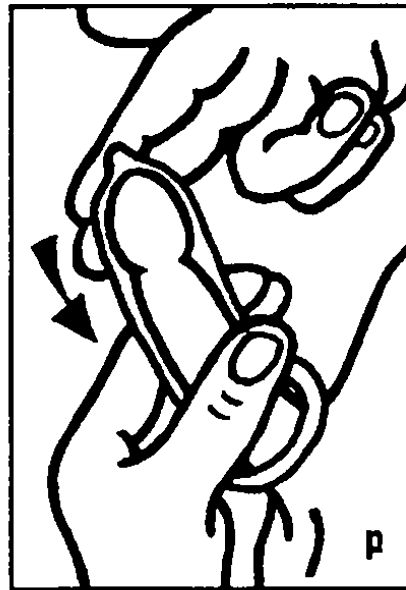
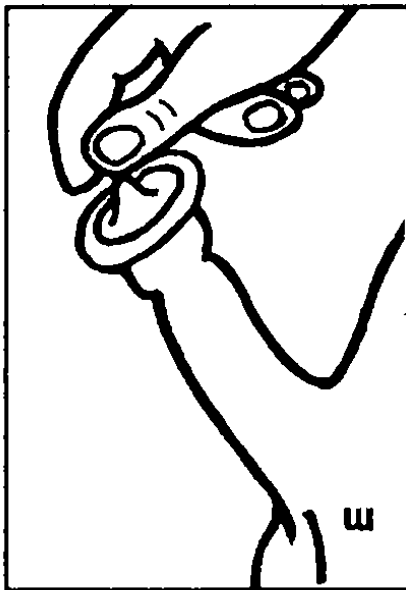
Նույն պահպանակը չի կարելի երկրորդ անգամ օգտագործել:

Որակյալ պահպանակները պատված են հապուկ քսուքով: Եթե քսուքը քիչ է, պեքք է օգտագործել ջրային հիմքով որևէ քսուք, ավելի լավ է գլիցերին կամ «KY» Jelly: Չի կարելի ճարպային հիմքով քսուք կամ վազելին օգտագործել. դրանք քայքայում են ռետինը և կարող են պահպանակի պատճառով պատճառ դառնալ:

Պահպանակի օգտագործումը բաղկացած է փուլերից (նկ. 16).

Վերջին տարիներին մի շարք երկրներում կիրառվում են կանանց պահպանակներ, որոնք հարմար են նրանով, որ տղամարդու պահպանակ օգտագործելուց այս կամ այն պատճառով հրաժարվելու դեպքում, կինն ինքն է պաշտպանվում այդ միջոցով (նկ. 17)

Կանացի խփիկները, որոնք կիրառությամբ մոտ են պահպանակներին, լինում են 2 տեսակի վզիկային և հեշտոցային:

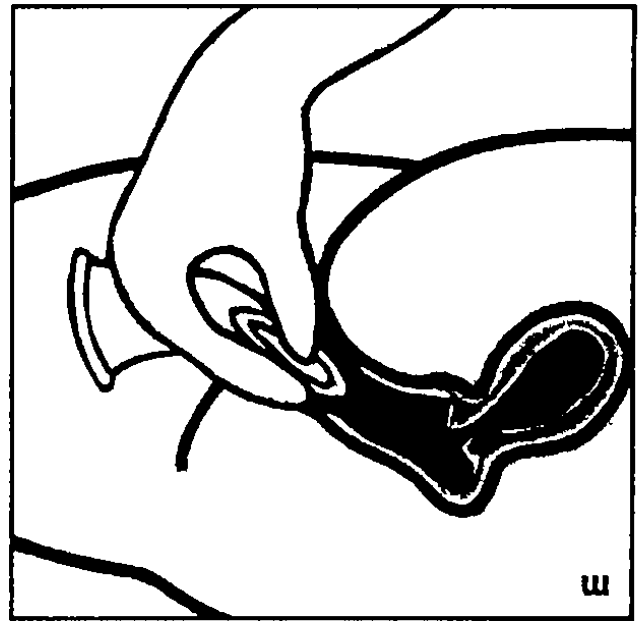


Նկ. 16. Պահպանակի օգտագործումը

*ա մարմներով սեղմել պահպանակի պարկաշն գլխիկը.
բ բացելով պահպանակը հազցնել առնանդամին
գ պահպանակը զգուշությամբ հանել սեռական հարաբերությունից հետո
դ հանգույց կապել և ներել աղբարկղ*

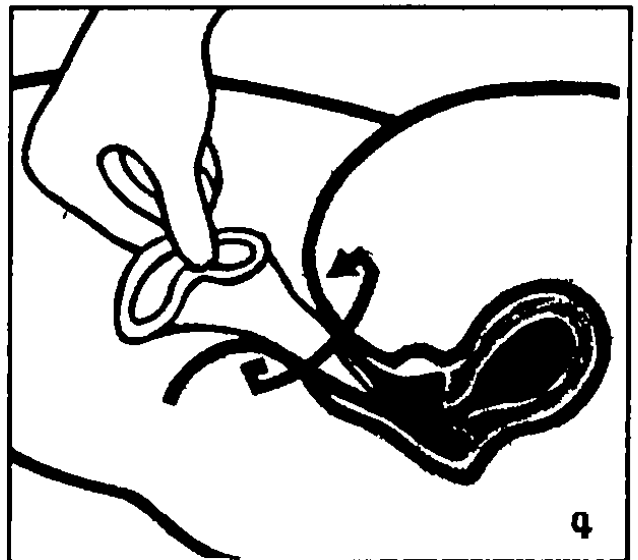
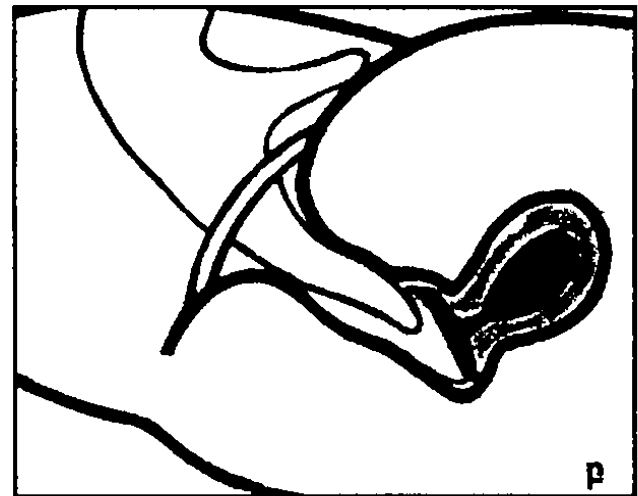
Վզիկային խփիկները բժիշկն ընտրում է արգանդի վզիկի չափով Նրանք պատրաստվում են ուտիմից, պլաստմասսայից, բայց ավելի հաճախ՝ ալյումինից Այն հազցնում է կանանց կոնսուլտացիայի բժիշկը, դաշտանի ավարտից 2-3 օր անց և հանում է նոր դաշտանի սկսվելուց 2-3 օր առաջ (նկ. 18)

Հեշտոցային խփիկները (դիաֆրագմա) պատրաստվում են ամուր ուտիմից, չափերն ընտրում է բժիշկը և սովորեցնում կնոջը ճիշտ օգտագործել դրանք։ Դիաֆրագման շար խորը մտցվում է հեշտոցի մեջ և պարմեշ հանդիսանում դեպի հեշտոցի վերին հարված սերմի մուտք գործելուն։ Դիաֆրագման հազցնում է կինը սեռական հարաբերությունից անմիջապես առաջ, նախապես



**Նկ. 17. Կանանց պահպանակ
և դրա օգտագործման փուլերը**

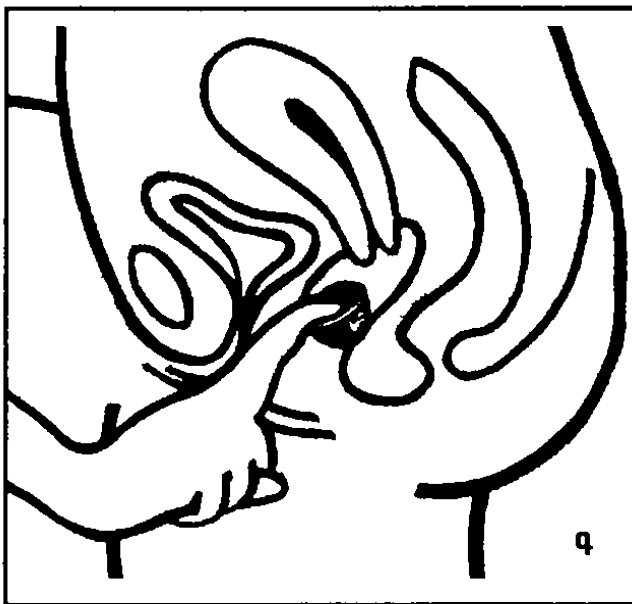
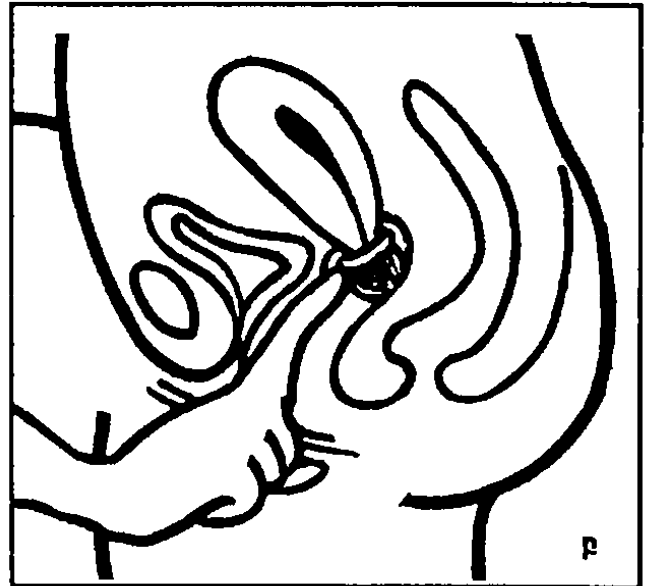
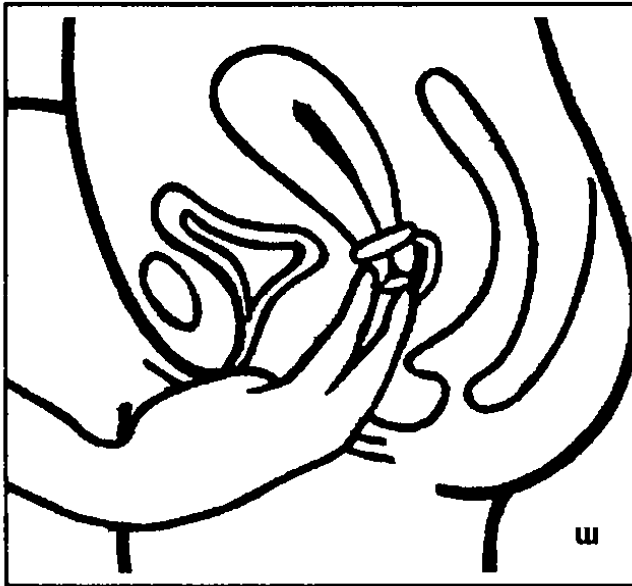
ա հանել պահպանակը
փաթեթից ներքևի փակ
օղակը սեղմելով անցկացնել
հեշտոցի մուտքից ներս,
բ խորը մտցնելով հեշտոց
ուղղել, ազատ թողնելով
արտաքին բաց օղակը*
գ պահպանակը շրջելով
հանել հեշտոցից
հարաբերությունից հետո



* Խորհուրդ է տրվում արտաքին
օղակը օձել հատուկ քսուքներով

պատելով այն սպերմիցիդ քսուքով, որն ունի սպերմապոզիդոնե-
րը ոչնչացնելու հատկություն: Այն հեշտոցում մնում է մինչև 10

Ժամ Այս միջոցն արգելվում է հեշտոցի և արգանդի բորբոքային հիվանդությունների դեպքում Ուստի դրա նպատակահարմարությունը որոշում է բժիշկը (նկ. 19) Վերջին փարիներին արգանդի վզիկային և հեշտոցային խփիկները մի շարք թերությունների պարճառով համարյա չեն գործածվում Դրանց փոխարինում են ներարգանդային պարույրները



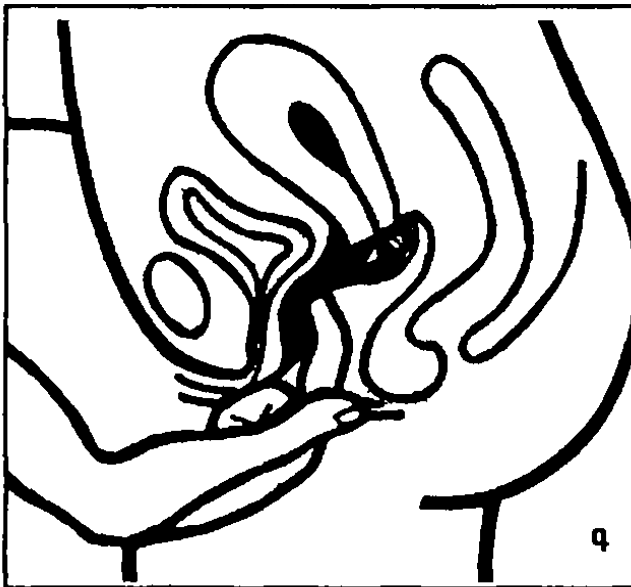
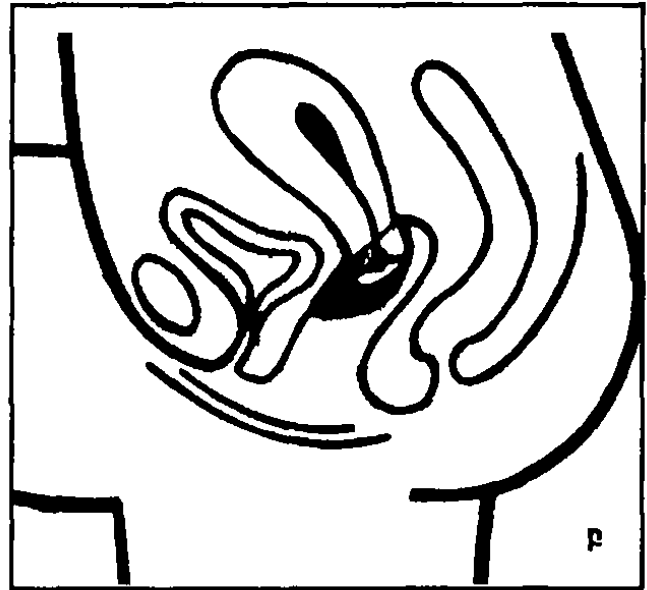
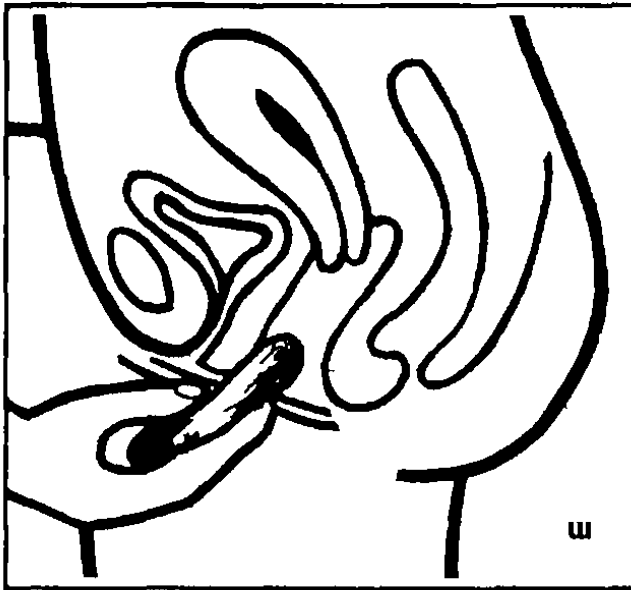
Նկ. 18. Վզիկային խփիկի օգտագործման փուլերը

ա երկու մատով խորը մտցնել հեշտոց և սեղմել արգանդի վզիկին, դուրս մղելով դրանից օդը.

բ հանելու համար ցուցամատով խփիկը հեղ սեղմել,

գ հազցնելով մատի ծայրին՝ հանել հեշտոցից

Պարույրները հղիության կանխարգելման մեխանիկական միջոցներից լավագույնն են և փարեցրարի ավելի ու ավելի են փարածում սրանում Հայաստանում Այսպես՝ « առողջապահության նախարարության փվյալներով վերջին փարիներին կանայք 2 անգամ ավելի շատ են սկսել օգտագործել այդ հակաբեղմնավոր-



Նկ 19. Հեշտոցային խփիկի օգտագործման փուլերը

ա նախապես սպերմիցիդով պարած խփիկը սեղմված վիճակում մտցնել հեշտոց հնարավորին շափ խորը.

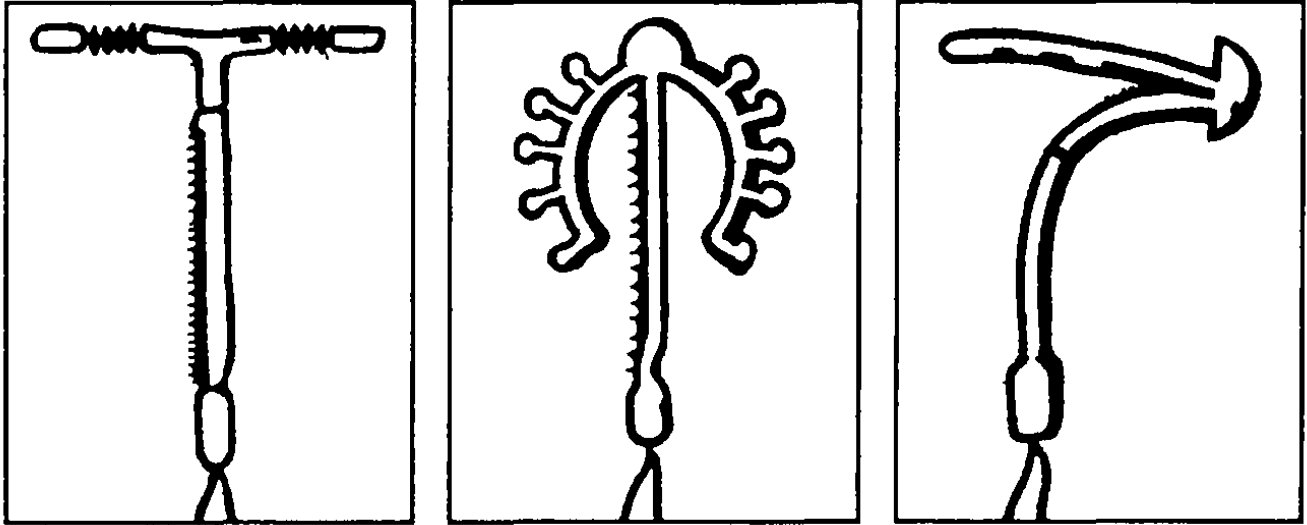
բ խփիկը պետք է ընդգրկի արգանդի վզիկը

գ խփիկը եզրից կեն գցել ցուցամարով և զգուշորեն հանել հեշտոցից

րիչ միջոցը Ներարգանդային պարույրների օգտագործելու գաղափարը վաղուց է հայտնի Սկզբում դրանք պատրաստվում էին մետաղներից, ոսկորից, ուտիներից և այլն Հիմա պարույրները պատրաստվում են նոբազոյն սինթետիկ նյութերից (նկ. 20)

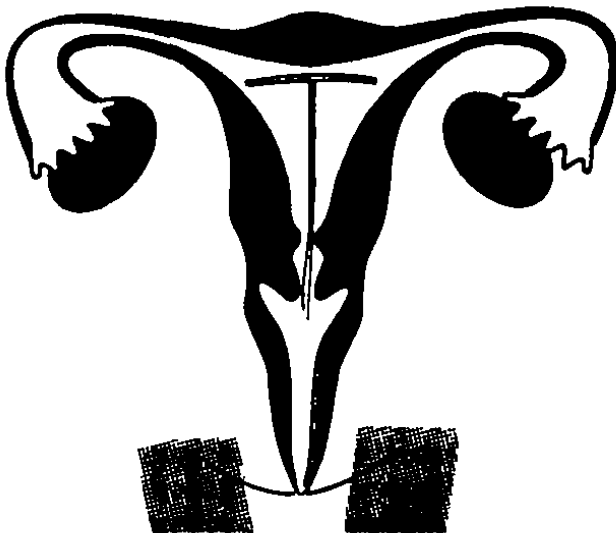
Տարբեր ձևերի (պարույր, ձուղակ, գալար) ներարգանդային պարույրները տեղադրում է գինեկոլոգը, կնոջը մանրամասն զննելուց հետո Դրանց օգտագործումը հակացուցված է սեռական օրգանների բորբոքային հիվանդությունների դեպքում Սակայն դրանց առավելությունը հակաբեղմնավորիչ մյուս միջոցների համեմատությամբ անվիճելի է դա բարձր արդյունավետությունն է (96-98 տոկոս), տեղադրման հարմարությունը, ազդեցության եր-

կարապետությունը (երբեմն մի քանի տարի), անցանկալի հե-
տևանքների գրեթե բացակայությունը



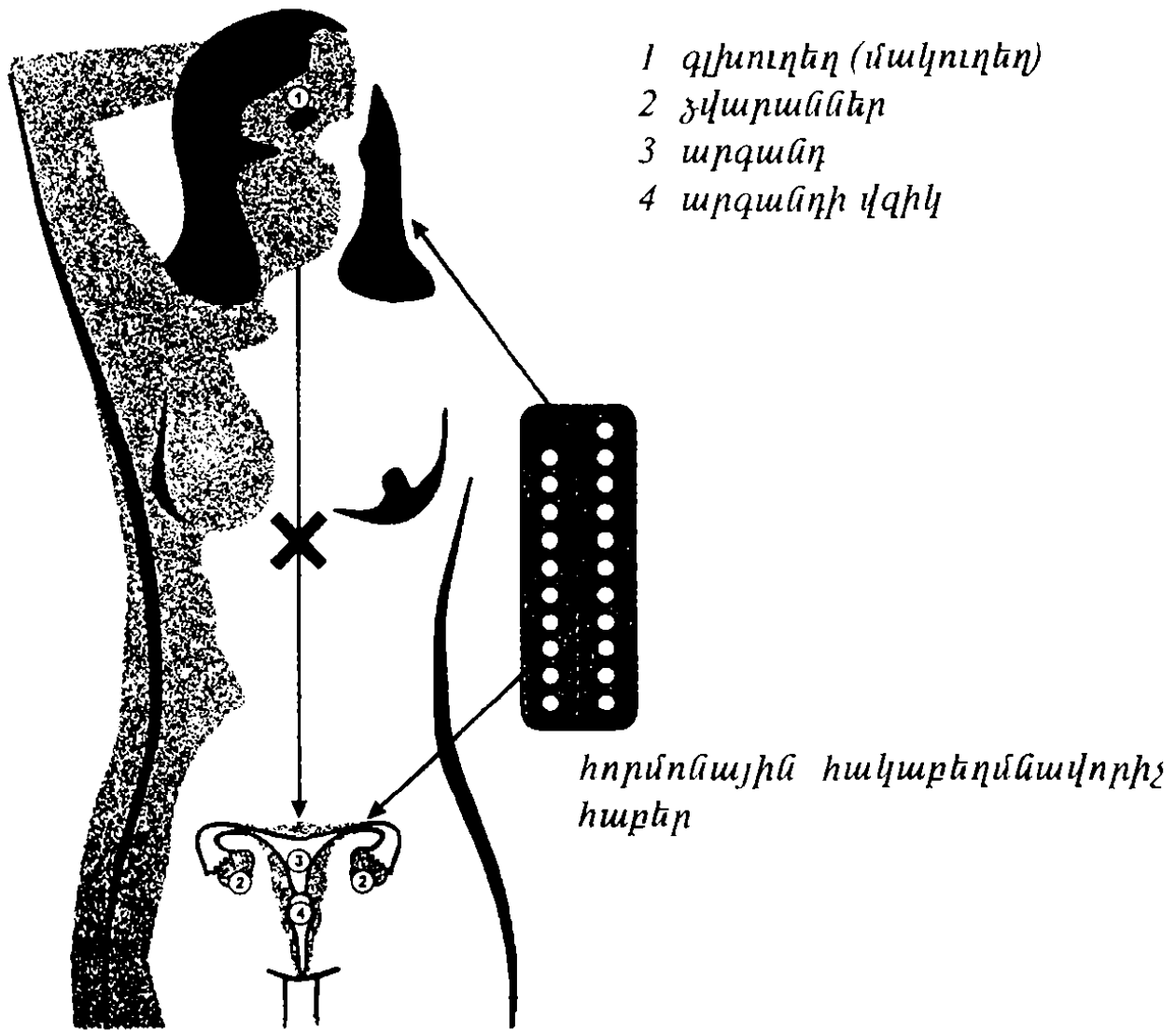
Նկ 20. Ներարգանդային պարույրների տեսակներ

Ներարգանդային պարույրի հակաբեղմնավորիչ ազդեցությունը բացարձակում է նրանով, որ այն 5-7 անգամ արագացնում է ձվաբջջի անցումը արգանդափողերով (նկ 21) Ձվաբջիջը արգանդի խոռոչ է հասնում ոչ թե սովորականի պես 5-7 օր անց, այլ ձվազարումից 1 կամ 2 օր հետո Այդ կարճ ժամանակահատվածում, եթե անգամ բեղմնավորում կատարվի, ձվաբջիջը չի հասցնում այն աստիճան զարգանալ, որ կարողանա թափանցել արգանդի լորձաթաղանթի մեջ



Նկ. 21. Պարույրով ներածված արգանդ

Շնչառությունը կնոջ արգանդի մեջ պարույրներ ներածելը ցավոք չի Սասնագետները միաժամանակ նշում են, որ երիտասարդ և չժնկաբերած կանանց դրանց կիրառելը նպատակահարմար չէ Վսպահեղի հակաբեղմնավորիչ միջոցներից են հորմոնային դեղամիջոցները (հակաբեղմնավորիչ հաբեր) (նկ 22)



Նկ 22. Հորմոնային հակաբեղմնավորիչների ազդեցության ուղիները

Ամբողջ աշխարհում փարեցրարի ավելանում է այդ միջոցներն օգտագործող կանանց թիվը Առողջապահության համաշխարհային կազմակերպության հետ համարել կազմակերպած միջոցառումների շնորհիվ մեր հանրապետությունում վերջին փարիներին 3 անգամ ավելացել է այդ հաբերն օգտագործող կանանց թիվը

Դրանց կիրառման արդյունավետությունն ապահովվում է հորմոնային ֆոնի փոփոխությամբ, որի դեպքում ձվազարում չի կատարվում, ինչի պատճառով էլ բեղմնավորումն անհնար է դառնում Սակայն հարկ է ավելի մանրամասն լուսաբանել հորմոնային հակաբեղմնավորիչների ազդեցության բազմակողմանի մեխանիզմը ներազդելով առաջին հերթին գլխուղեղի որոշակի հարվածների վրա դադարեցնում են ձվաբջջի զարգացումը և ձվազարումը՝ Միաժամանակ արագացնում են ձվաբջջի տեղափոխումը արգանդափողերով՝ դրանով իսկ նվազեցնելով սպերմատոզոիդի հետ հանդիպելու նրանց հնարավորությունը Բայց այդ, հորմոնային հակաբեղմնավորիչներն ազդում են նաև արգանդի վզիկի լորձաթաղանթի գեղձերի վրա բարձրացնելով նրանց արտադրած լորձի մածուցիկությունը, ինչը և պարենեշ է դառնում սպերմատոզոիդների համար՝ արգանդ մուտք գործելու ճանապարհին

Հորմոնային հակաբեղմնավորիչները (մարվելոն, փրիբեգոլ, օվիդոն և այլն) տուփերում լինում են օգտագործման ամբողջ ընթացքի համար անհրաժեշտ քանակությամբ 21 կամ 28 օրվա հաշվարկով Դրանց օգտագործման ձևերի մասին բացատրություններ են տալիս մանկաբարձ-գինեկոլոգները Կիրառության հեշտության հետ միաժամանակ հորմոնային հակաբեղմնավորիչներն ունեն նաև բուժկանխարգելիչ ազդեցություն Այսպես՝ դրանք դրական ազդեցություն են ունենում դաշտանային ցիկլի խանգարումների, ցավոտ դաշտանի դեպքում, կանխում են արտարգանդային հղիությունը Հարուկ պետք է նշել, որ հորմոնային հակաբեղմնավորիչ դեղամիջոցները նվազեցնում են կաթնագեղձերի, ձվարանների, արգանդի քաղցկեղի առաջացման հնարավորությունը

Չնայած նշված դրական հարկություններին՝ հորմոնային հակաբեղմնավորիչներն ունեն նաև բացասական հետևանքներ Դրանց գործածության ժամանակ լինում են գլխացավեր, թուլություն, գլխապտույտ Պետք է իմանալ, որ այդ հաբերը հակացուցված են 35-ից բարձր տարիքի կանանց Սակայն այս թերություններով հանդերձ՝ կանանց, հարկապես երիտասարդ,

հրապուրում են այդ դեղամիջոցների հակաբեղմնավորիչ բարձր արդյունավետությունը 98 փոկոս և օգտագործման հեշտությունը՝ օրական 1 հաբ

Վերջին տարիներին շատ է գովազդվում հորմոնային հակաբեղմնավորիչ միջոցների մի նոր ձև «հաջորդ օրվա հաբերը», որոնք պաշտպանում են բեղմնավորումից սեռական հարաբերության հաջորդ օրն օգտագործելիս Դժբախտաբար, շատ քիչ կանայք գիտեն այդ մեթոդի առկայության և անվտանգության մասին Այն անվանում են նաև երկրորդային կամ «անհետաձգելի հակաբեղմնավորիչ» Այդ դեղամիջոցների (պոստիմոր, փերազինոն և այլն) ձևերն ու չափերը փարբեր են, իսկ դրանց վերաբերյալ փեղեկություն կարելի է ստանալ կանանց կոնսուլտացիայի կամ վերարտադրողական առողջության կենտրոնի մանկաբարձ-գինեկոլոգից Այդ մեթոդը շատ արդյունավետ է դեռահասների և երիտասարդ աղջիկների համար, որոնք հազվադեպ են սեռական կապերի մեջ մտնում, ինչպես նաև բոնաբարության զոհ դարձած կանանց համար Այնուհանդերձ, հակաբեղմնավորիչ այս միջոցները չի կարելի մշտապես կիրառել

Հարկ է նշել նաև քիմիական հակաբեղմնավորիչների հին միջոցների մասին, որոնց, որոշ հեղինակների հավաստմամբ, դիմում է ընտանիքների 3 փոկոսը Հարերի, մոմերի, գնդիկների, մածուկի տեսքով արտադրվում են հափուկ քիմիական միջոցներ (սպերմիցիդներ), որոնք ոչնչացնում են սպերմատոզոիդները Դրանք պարունակում են նաև հակամանրէական բաղադրիչներ, որոնք ոչնչացնում են մանրէները և բարելավում հեշտոցի միկրոֆլորան Հնում շատ հայտնի դեղամիջոցներից կարելի է հիշել «Լյուպենուրինը», գրամիցիդինի մածուկը, նորերից նոնոսիլոլ-9-ը, բենզալկոնիումքլորիդը և այլն

Ինչպես արդեն նշել ենք, սպերմիցիդները ավելի լավ է օգտագործել հակաբեղմնավորիչ մյուս միջոցների խփիկների և դիաֆրագմայի հետ համակցված, բարձր հակաբեղմնավորիչ արդյունավետություն ստանալու համար

Քիմիական պարզագույն հակաբեղմնավորիչներից են սովորական կիրրոնի հյութը, որն օգտագործում են որոշ կանայք, քալսիսի և բորաթթվի լուծույթները, որոնք վիրախծուծի (տամպոնի)

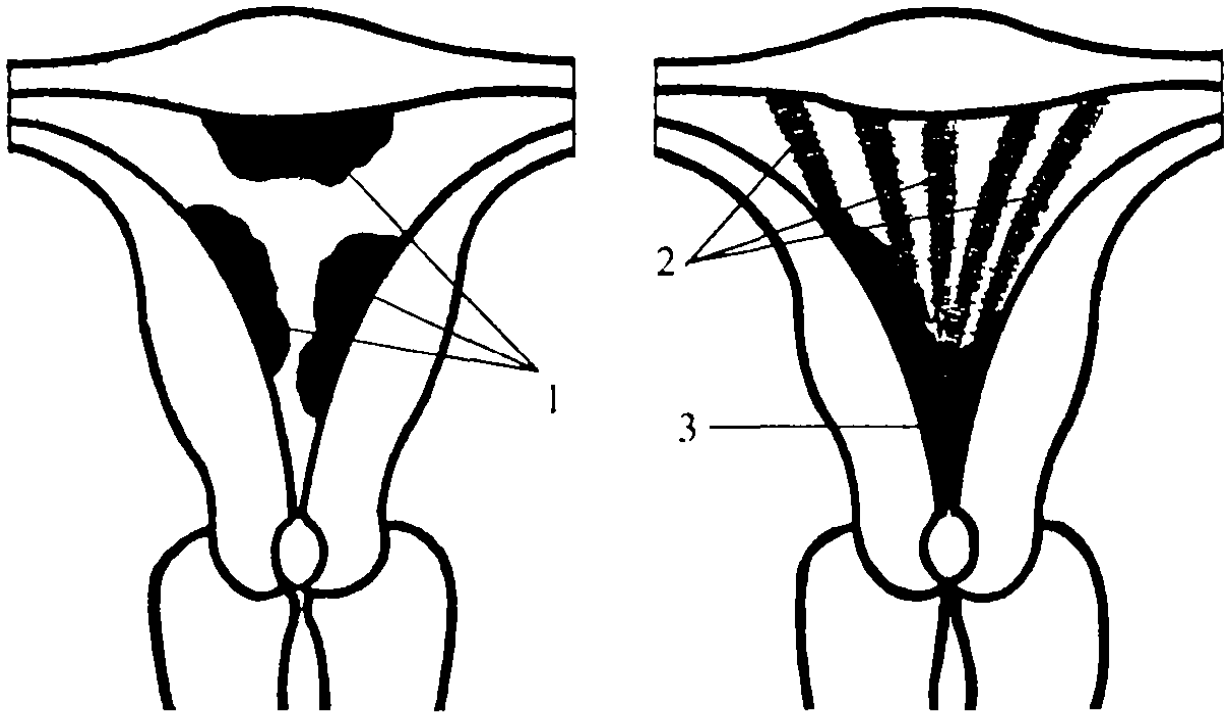
ձևով մարցվում են հեշտոց, կամ էլ հեշտոցի ցնցուղում է կատարվում Սակայն այս բոլոր մեթոդները վստահելի չեն, և 30-40 տոկոս դեպքերում կարող են հղիանալ Բայի այդ հնարավոր չէ դրանք միշտ կիրառել, քանի որ հակացուցված են հեշտոցի, արգանդի հիվանդությունների, ինչպես նաև այս կամ այն նյութի նկատմամբ անհատական անընկալության (ալերգիկ ռեակցիաներ) դեպքերում

Հակաբեղմնավորիչ մյուս միջոցը արհեստական վիժումն է փխրահոշակ արբորը, որը կիրառվում է անհիշելի ժամանակներից Դեռևս Արիստոտելն էր խորհուրդ տալիս անցանկալի հղիության դեպքում արհեստական վիժում կատարել Վաղնջական ժամանակներից փարբեր ժողովուրդներ միանշանակ վերաբերմունք չեն ունեցել հղիության ընդհատման միջոցների նկատմամբ Կնոջ արբորի դիմելու պարճառները փարբեր են՝ ապօրինաձին երեխա չունենալը, մարմնի գեղեցկության պահպանումը, կյանքի և սնունդ հայթայթելու դժվարին պայմանները, երեխաների թվի կարգավորումը և այլն Սեր օրերում արհեստական վիժումը, դժբախտաբար, հակաբեղմնավորիչ և ծնելիության սահմանափակման ամենատարածված միջոցներից է Տարվա ընթացքում աշխարհում կատարվում է մի քանի տասնյակ միլիոն արհեստական վիժում․

« առողջապահության նախարարության մանկաբարձ-գինեկոլոգիական ծառայության տվյալներով՝ վերջին տարիներին մեր հանրապետությունում արհեստական վիժումների թիվը զգալիորեն նվազել է Սակայն իրավիճակը դեռևս տագնապահարույց է, քանի որ ծննդաբերությունը կանխող այդ մեթոդին դիմող կանանց թիվը դեռևս հասնում է տասնյակ հազարների: Չնայած արհեստական վիժումը վտանգավոր է բոլոր առումներով, և տարեցտարի աճում է դրա հետևանքով անպտղության դատապարտվածների թիվը, կանայք, հարկապես երիտասարդները, հաճախ են այդ միջոցին դիմում:

Արբորը լուրջ վիրահատություն է, և երբեմն, չնայած այդ գործողությունը փորձառու մասնագետ է կատարում, լուրջ բարդություններ են լինում՝ պտղի ոչ լրիվ հեռացում, և դրա արդյունքում արյունահոսություն, արգանդի պարի ծակում և այլն: Արբորը

բուժհիմնարկներում սովորաբար կատարվում է հղիության առաջին երեք ամսվա ընթացքում Այդ ժամկետից հետո հղիությունը կարելի է ընդհատել միայն կնոջ առողջությանն սպառնացող վրանգի կամ հարուկ պատճառների դեպքում Արհեստական վիժման հետևանքներն առավել վրանգավոր են առաջին հղիության դեպքում, քանի որ նրանք կարող են դառնալ անպտղության պատճառ և կնոջը զրկել ամենաթանկ բանից երեխա ծնելու հնարավորությունից (նկ. 23)։



Նկ 23. Արգանդների համեմատություն

- 1 *առողջ արգանդում ընկերքի տեղակայման հնարավոր տեղեր.*
- 2 *հաճախակի արհեստական վիժումներից (արբուր) արգանդի պատերին առաջացած սպիներ.*
- 3 *ընկերքը հարկադրաբար տեղակայվում է սպիներից գերծ տեղերում արգանդաբերանում*

Հարկապես անցանկալի են բուժհիմնարկներից դուրս կատարված, այսպես կոչված, քրեական արբուրները, որոնք հաճախ ավարտվում են արյունահոսությամբ, արյան վարակումով, իսկ երբեմն էլ կնոջ մահով Կարծիք կա, թե արհեստական վիժումը կնոջ օրգանիզմում առաջացնում է ներզարիչ գեղձերի լուրջ տե-

ղաշարժ մի փոթորիկ, որն ամիսներ շարունակ չի հանգստանում Այդ պատճառով էլ, բարդություններից խուսափելու համար կինը կարող է ծննդաբերել արհեստական վիժումից հետո՝ մեկ տարուց ոչ շուր Ի դեպ, կարծիք կա, որ արհեստական վիժումը կարող է դառնալ ապագա երեխայի քաղցկեղով հիվանդանալու պատճառ

Սկզբունքորեն կարելի է պնդել, որ հակաբեղմնավորիչ ցանկացած մեթոդի կիրառությունն ավելի լավ է, քան հղիության ընդհատումն արհեստական վիժման միջոցով Բայց և այնպես, ազգաբնակչության բժշկական գիտելիքների ցածր մակարդակի, ժամանակակից հակաբեղմնավորիչ միջոցների վերաբերյալ տեղեկության բացակայության հետևանքով արհեստական վիժումը մեզանում ծայրահեղ, հարկադիր գործողությունից վերածվել է սովորական երևույթի Գաղտնիք չէ, որ շար կանայք, հաճախ հայտնվելով անցանկալի հղիության վիճակում, դիմում են քրեական, ոչ մասնագիտորեն կատարված արբորի Այս դեպքում բարդություններ և հետևանքներ առաջանալու ժամանակ ցույց չի տրվում անհետաձգելի օգնություն, կինը տեղեկություն չի ստանում հետագայում անցանկալի հղիության կանխարգելման մասին և նորից է հայտնվում ոչ մասնագիտորեն կատարվող արհեստական վիժման վրանգի առաջ

Հայտնի է հակաբեղմնավորիչ մեկ այլ մեթոդ ևս Արդեն ասվել է, որ երեխային կրծքով կերակրելու (լակտացիա) շրջանն անվտանգ է հղիանալու առումով, քանի որ այդ ընթացքում ձվազարում չի կատարվում Բայց երբեմն կերակրող մայրերի օրգանիզմում ձվազարման ընթացքը լրիվ չի դադարում, ինչի պատճառով և հղիության համար պայմաններ են ստեղծվում. Ուստի պետք է զգույշ լինել և միշտ հիշել, որ այդ մեթոդը հուսալի չէ

Վերջին տարիներին արտասահմանյան մի շարք երկրներում լայն տարածում է ստացել, այսպես կոչված, կամավոր վիրաբուժական հակաբեղմնավորումը Խոսքը ամլայման մասին է, երբ կնոջ արգանդափողերն են կապվում, իսկ տղամարդու՝ սերմնալա-

րերը՝ Անլապունը հակաբեղմնավորման անվերադարձ մեթոդ է՝ Այն ոչ մի դեպքում չի ազդում մարդու սեռական հակումների կամ նրա սեռական կյանքի վրա. Սակայն հասկանալի է, որ այդ մեթոդը կտրականապես հակապուստիվ է երիտասարդ մարդկանց և կարող է արվել միայն երեխա ունեցող ամուսիններին. Այն երկրներում, որտեղ գոյություն ունեն այդ վիրահատության կատարման համար անհրաժեշտ հատուկ օրենքներ, այդ վճիռն ընդունած մարդկանց խորհելու լրացուցիչ ժամանակ է տրվում: Մարդիկ պետք է հաստատական լինեն այդ մեթոդին դիմելու իրենց որոշման մեջ Այս դեպքում, անշուշտ, հաշվի են առնում ընտանիքում երեխաների թիվը, ամուսինների տարիքը և այլն

Մի շարք երկրներում օգտագործում են երկարաժամկետ հակաբեղմնավորիչ միջոցներ՝ ներարկումների ձևով, կամ թեթև վիրաբուժական միջամտության օգնությամբ կարվում են մաշկի տակ Այս դեղամիջոցները դեղին մարմնի հորմոններն են և կարող են ազդել ամիսների և փարիսների ընթացքում Հարկավոր է ընդգծել, որ այդ մեթոդների կիրառումը թույլ է տալիս կնոջը, անհրաժեշտության դեպքում, դեղամիջոցը հանել և վերականգնողական կարճ ժամանակից հետո կրկին հղիանալ Այս դեղամիջոցների կիրառությունը բազմաթիվ առավելություններ ունի, բայց գոյություն ունեն նաև հակապուստիվներ, որոնք պարզելու համար անհրաժեշտ է դիմել բժշկի.

Այսպիսով՝ երիտասարդ մարդիկ հակաբեղմնավորիչ բոլոր միջոցներից, հավանաբար, պետք է ընտրեն համապարփակը՝ **պահպանակը (պրեզերվատիվ)**: Լինելով էժան և մարչելի՝ այն ունի զգալի առավելություն՝ պաշտպանում է ինչպես անցանկալի հղիությունից, այնպես էլ սեռավարակներից, այդ թվում ՄԻԱՎ/ՁԻԱՀ-ից:

ԹԵԹԵՎԱՄՏՈՒԹՅԱՆ ՊՏՈՒՂՆԵՐԸ

Սեռավարակները արդի բժշկական, սոցիալական և հոգեբանական ամենալուրջ հարցերից են Այդ հիվանդությունները շարք են ավելի քան 20, սակայն մեր երկրում արձանագրվում է դրանց կեսը միայն։ Ամենահայրնին և հաճախ հանդիպողներն են սիֆիլիսը, գոնոռեան և տրիխոմոնիազը, որոնք տարիներ ի վեր սիրո աստվածուհի Վեներայի անունով կոչվում են վեներական, չնայած ակնհայտ է, որ դրանք ոչ մի ընդհանուր բան չունեն սիրո պայծառ ու վեհ զգացմունքի հետ Ի դեպ, դա է պատճառը, որ այդ հիվանդությունները ներկայումս անվանում են սեռավարակներ՝ հիվանդություններ (վարակներ), որոնք փոխանցվում են հիմնականում սեռական ճանապարհով

Վերջին շրջանում բժիշկների ուշադրությունը կենտրոնացած է սեռավարակների «նոր սերնդի» խլամիդիոզի, ուրեապլազմոզի, ինչպես նաև սեռական օրգանների վիրուսային հիվանդությունների վրա Բացի այն, որ սեռական ճանապարհով փոխանցվող վարակները լուրջ հիվանդություններ են, դրանք կարող են առաջացնել մի շարք հետևանքներ անպտղություն, արտարգանդային հղիություն, վիժումներ, մեռելածնություն, բնածին ախտահարումներ կամ անգամ կանանց սեռական օրգանների քաղցկեղ

Ներկայումս մի շարք երկրներում, այդ թվում նաև ԱՊՀ-ում, արձանագրվում է սեռավարակների աննախադեպ աճ։ Հայաստանն էլ բացառություն չէ այդ հարցում Եվ չնայած մեր երկրում այդ վարակների տարածման տեմպերը սպառնալի չեն, համեմայն դեպս համաճարակաբանական իրավիճակը հարկավոր է համարել անբարենպաստ Մեր ուսումնասիրությունների արդյունքները հաստատում են, որ տարեցտարի ավելի շարք երիտասարդ մարդիկ են ենթարկվում սեռավարակներով ախտահարվելու վրանգին։ Խոշոր քաղաքներում ձևավորվում են, այսպես կոչված, ոխակի խմբեր, որոնք բաղկացած են պոռնիկներից և թափառաշրջիկներից, որոնց կեսից ավելին հիվանդ է այս կամ այն սեռավարակով Վերջին տարիներին այդ խմբի մարդկանց վրա ավելի ու ավելի մեծ ու-

շաղրություն է դարձվում բժիշկների կողմից՝ հաշվի առնելով սեռավարակների փարածման գործում նրանց դերը Հարցը բարդանում է նաև այն հանգամանքով, որ սեռավարակները ՄԻԱՎ/ՁԻԱՀ-ի փարածման հարմար պայմաններ են սրեղծում լորձաթաղանթները և մաշկը վնասող սեռավարակների առկայության դեպքում ՄԻԱՎ-ով վարակվելու հավանականությունը սեռական հարաբերությունների ժամանակ փասնյակ անգամ մեծանում է

Հայտնի է, որ ռիսկի խմբի շուրջ սրեղծվում է համաճարակաբանական օջախ Մարմնավաճառը մեկ ամսվա ընթացքում կարող է փասնյակ պատահական գուգընկեր ունենալ, որոնք էլ սեռավարակը փարածում են իրենց կանանց կամ այլ պատահական գուգընկերների միջև Ահա թե ինչու ռիսկի խմբերը համաճարակաբանական իմաստով ամենավտանգավորն են Դրանց ախտաբաններն անվանում են նաև խոցելի խմբեր, որոնց հետ նպատակահարմար է սեռավարակների կանխարգելման միջոցառումներ անցկացնել

Սեռավարակների փարածումը անմիջականորեն կախված է ժողովրդագրական, բժշկական, սոցիալ-փնտեսական, մշակութային, ինչպես նաև վարքագծի հետ առնչվող մի շարք գործոններից։ Վերջինն իր հերթին առնչվում է սեռական դաստիարակության և առողջության հարցերին, որոնց մեր երկրում, ինչպես նաև ԱՊՀ երկրներում, առ այսօր հարկ եղած ուշաղրություն չի դարձվում Բազմաթիվ ուսումնասիրությունները, որոնք փարբեր երկրներում կատարել է Առողջապահության համաշխարհային կազմակերպությունը, հաստատում են, որ դեռահասների սեռական դաստիարակությունը զգալիորեն խոչընդոտում է նրանց կողմից սեռական կյանքի վաղ սկսվելուն և ավելին՝ սեքսը դարձնում է անվտանգ։ Այսպես, Շվեդիայում, օրինակ, որտեղ սեռական դաստիարակության ուսուցումը դարոցում պարտադիր է, երիտասարդների շրջանում արհեստական վիժումների թիվը 3, իսկ Հոլանդիայում 11 անգամ քիչ է, քան Ռուսաստանում Համարյա նույնը վերաբերում է սեռավարակների արձանագրմանը Անկասկած է, որ

Արևմտյան Եվրոպայի մի շարք երկրներում այդ հիվանդությունների նվազման հարցում զգալի է վարքագծի մոդելավորման, պահպանակների օգտագործման և խրախուսման սոցիալական ծրագրերի դերը

Իսկ Արևելյան Եվրոպայի երկրներում վերջին տարիներին ծագած սոցիալական և տնտեսական փոփոխությունները հանգեցրին գործազրկության, ազգաբնակչության աղքատացման աճին, բարոյական չափանիշների անկմանը, երիտասարդության ֆիզիկական և բարոյական վիճակի վատացմանը, վաղ հասակից անկանոն սեռական հարաբերությունների տարածմանը Գաղտնիք չէ, որ երիտասարդ աղջիկները, նախընտրելով սեռական ազատ հարաբերությունները, այլևս չեն կարող իրենց սեռական զուգընկերներին ստիպել պատասխանատու վերաբերմունք դրսևորել պաշտպանվել սեռավարակներից և հղիությունից: Երանք չունենալով ոչ մի արգելակող բարոյական նորմ, հեշտորեն են դիմում պատահական սեռական կապերի, դառնում լուրջ տեսչությունների գոհ

Վերջին տարիներին, դժբախտաբար, շատ երիտասարդներ են լքում դպրոցը, դուրս մնում ծնողական ուշադրությունից, իսկ այս հանգամանքը նպաստում է վաղ տարիքից սեռական առաջին հարաբերության մեջ մտնելուն, ինչպես նաև մարմնավաճառությամբ զբաղվող դեռահասների թվի աճին:

Սոցիալական արագ տեղաշարժերին, ազատ մասնուլի ի հայտ գալուն, շուկայական հարաբերությունների ձևավորմանը զուգահեռ փոփոխություններ են առաջացել նաև ազգաբնակչության որոշ խավերի սեքսուալ վարքագծի մեջ Գոռնկության ակտիվացման հետ մեկտեղ տեղի է ունեցել սեռական հարաբերությունների առևտրականացում, շուկայական աշխարհայացքի զարգացում: Մեր ուսումնասիրություններից պարզվել է, որ երիտասարդների որոշակի շրջանակներում արդեն գործում են նոր միջոցներ զուգընկերների հաճախակի փոխանակում մեկից մյուս, նրանցից ֆինանսական կախվածություն և այլն Այս ամենը սևուկարակների տարածման համար նպաստավոր պայմաններ է ստեղծում, հար-

Այդուհանդերձ, սեռավարակների փարածման ազդեցությունը ծնելիության, հղիների և երեխաների առողջության, ինչպես նաև ազգաբնակչության աճի վրա առավել հասկանալի է դառնում փնտրեալական և սոցիալական վնասը հաշվելուց հետո (աղյուսակ 3) Հսկայական են սեռավարակներով հիվանդ մարդկանց բուժման և հիվանդություններից առաջացած բարդությունների վերացման ծախսերը

Նշված հանգամանքները, ինչպես նաև սեռավարակների վերաբերյալ հստակ տեղեկատվության փարածման ցանկությունը դարձան այս գրքի սրեղծման շարժառիթները: Ուզում ենք հուսալ, որ սրայած տեղեկությունները թույլ կտան ընթերցողին այլ հայացքով նայել այդ վարակներից առաջացող հիվանդություններին, դրանք ամոթալի չհամարել, այլ սրտայավություն, բարյալակամություն և հանդուրժողություն դրսևորել սեռավարակներով հիվանդ մարդկանց նկատմամբ, որոնք ոչ միայն բժշկական օգնության, այլ նաև կարեկցանքի կարիք ունեն

Անարդարայի «խայտառակության խարանը», որ գոյություն ունի շար մարդկանց գիտակցության մեջ, հանգեցնում է նրան, որ սեռավարակով հիվանդն ուշացնում է բժշկին դիմելը և դժկամությամբ է բացահայտում իր սեռական կապերը Հիվանդներից ոմանք դիմում են ինքնաբուժման, որպեսզի խուսափեն գրանցման անհրաժեշտությունից՝ մոռանալով, որ բժիշկը պարտավոր է պահպանել հիվանդի գաղտնիքը, որն անհասանելի է մյուս մարդկանց. Ավելին, շարերը չգիտեն, որ ներկայումս կիրառվում են հիվանդների անանում հետազոտման և բուժման ձևեր:

Միշտ պետք է հիշել, որ սեռավարակը պարզապես հիվանդություն է, որով մարդը կարող է հիվանդանալ իր կյանքի ընթացքում:

ՍԻՖԻԼԻՍ

Սիֆիլիսը քրոնիկական վարակիչ հիվանդություն է, որը բնորոշվում է պարբերական ընթացքով մի շրջանը մյուսով փոխարինվելով Սիֆիլիսը սկսվում է հարույցիչի դժգույն սպիրոխետի փրեպոնենի օրգանիզմ մուտք գործելու պահից. Համարվում է, որ սիֆիլիսով վարակվելու պարտադիր պայմանը մաշկային ծածկույթների և լորձաթաղանթների ամբողջականության, հաճախ նույնիսկ աչքով անսրեսանելի, խախտումն է

Սիֆիլիսով վարակվում են հիմնականում սեռական ճանապարհով. Կենցաղային վարակումը անձնական հիգիենայի կանոնների խախտման և առօրյա իրերի միջոցով հազվադեպ է հանդիպում Շատ ավելի հազվադեպ սիֆիլիսով կարելի է վարակվել շարուգված արյան փոխներարկման ժամանակ

Չբուժվելու պարագայում սիֆիլիսը կարող է շարունակվել փասնյակ փարիներ Ըստ ընթացքի հիվանդությունը ընդունված է բաժանել շրջանների գաղտնի շրջան, առաջնային, երկրորդային և երրորդային Գաղտնի շրջանը վարակման պահից մինչև հիվանդության առաջին նշանների ի հայտ գալու ժամանակահատվածն է, որը փոխում է 3-4 շաբաթ Նրան հետևում է առաջնային սիֆիլիսը, որը շարունակվում է 6-7 շաբաթ Այն բնորոշվում է հարույցիչի մուտքի փեղում կարծր շանկրի առաջացմամբ Վարակից մտրավորապես 2-2,5 ամիս անց սկսվում է սիֆիլիսի երկրորդային թարմ շրջանը, որն արտահայտվում է առաջ ցանով Որոշ ժամանակ՝ 1,5-2 ամիս անց, հիվանդության նշանները հարթվում են և մարում Մինչդեռ շուրով (2-3 ամիս անց) սիֆիլիսը կրկին ի հայտ է գալիս արտահայտված ցանավորումով՝ սկսվում է երկրորդային կրկնվող սիֆիլիսը. Այս երևույթները կրկնվում են մի քանի անգամ 2-4 փարվա ընթացքում, որից հետո կարող է սկսվել հիվանդության երրորդային շրջանը Վերջինս բնութագրվում է մաշկի և ներքին օրգանների օջախային ախտահարումներով խոշոր հանգույցների (գումմա) և թմբիկների փեսքով

Ոչ հազվադեպ, 45-50% դեպքերում, սիֆիլիսն ընթանում է թաքնված (լապենտ սիֆիլիս), առանց վերոհիշյալ երևույթների Ախտորոշումը այսպիսի դեպքերում հնարավոր է դառնում միայն արյան յուրահատուկ շճաբանական հետազոտությունների Վասերմանի (ՎՌ), միկրոպրեցիպիտացիայի (ՄՌ) և այլ ռեակցիաների օգնությամբ

Սիֆիլիսի թաքնված շրջանին անցնելուն նպաստում է ինքնաբուժման կամ այլ հիվանդությունների բուժման նպատակով հակաբիոտիկների և այլ՝ դեղամիջոցների օգտագործումը Դրան նպաստում են նաև մաշկավեներաբանությունից հեռու մասնագետների և, առավել ևս, ոչ մասնագետների բուժելու փորձերը Հանդիսանալով հիվանդության հատուկ ձև՝ թաքնված սիֆիլիսը վրանգավոր է այն իմաստով, որ ոչնչով հիվանդին չանհանգրստացնելով կարող է ի հայտ գալ վարակվելուց տարիներ անց ծանրագույն հետևանքներով կամ հայտնաբերվել հիվանդի սերընդում. Թաքնված սիֆիլիսը հաճախ հայտնաբերվում է պարահականորեն, երբ հետազոտվում է այս կամ այն հարցով բուժիչինարկ դիմած հիվանդների արյունը՝ կանխարգելիչ բժշկական զննումներ կատարելիս և այլն

Վերոհիշյալը հաստատում է, որ չի կարելի զբաղվել ինքնաբուժմամբ կամ դիմել այն անձանց, ովքեր չունեն համապատասխան մասնագիտական պատրաստություն: Միշտ պետք է հիշել, որ վեներական հիվանդությամբ վարակվելու նույնիսկ աննշան կասկածի դեպքում անհրաժեշտ է անհապաղ դիմել մասնագետ մաշկավեներաբանի՝ հետազոտման և բուժման նպատակով.

Սիֆիլիսի ընթացքի և կլինիկայի հարցերը առավել լիարժեք ներկայացնելու նպատակով ցանկալի է լուսաբանել յուրաքանչյուր շրջանը առանձին

Վարակվելուց անմիջապես հետո սիֆիլիսը ոչ մի կերպ չի արտահայտվում Օրգանիզմում հարույիչները բուռն բազմանում են, սակայն սովորաբար հիվանդը չի ջերմում և չունի այլ գանգաղներ: Վարակվելուց 3-4 շաբաթ անց, երբ ավարտվում է գաղղնի

շրջանը, դժգույն փրեպոնենի մուտքի փեղում առաջանում են մեկ կամ մի քանի ոչ մեծ, ոչ ցավոտ խոցեր Շոշափելիս դրանք ամուր են, ինչի համար էլ կոչվել են կարծր շանկր Սովորաբար այն փեղակայվում է սեռական օրգանների վրա՝ սեռական վարակման դեպքում Եթե վարակումը փեղի է ունեցել այլ ճանապարհով հեղանցքային, բերանասեռական, ինչպես նաև համբույրի միջոցով, կարծր շանկրը կարող է փեղակայվել հեղանցքին, շրթունքին, բերանի խոռոչի լորձաթաղանթին և մարմնի այլ հատվածներում

Կարծր շանկրի հետ մեկփեղ սիֆիլիսի առաջնային շրջանում նկատվում է աճուկային ավշահանգույցների մեծացում, որոնք շոշափելիս ամուր են և ոչ ցավոտ

Սիֆիլիսի ախտորոշումը մասնագետ վեներաբանի կողմից սկզբնական շրջանում հնարավոր է կարծր շանկրի մակերեսից հարույցիչի լաբորատոր հետազոտության (մանրադիտման) հիման վրա Կարծր շանկր առաջանալուց 3 շաբաթ անց հիվանդությունը կարող է հաստատվել նաև արյան լաբորատոր շիճուկաբանական հետազոտությունների օգնությամբ (ՄՌ, ՎՌ), որոնք հետազայում, հիվանդության ամբողջ ընթացքում լինում են դրական Արյան հետազոտման պարասիտանը արտահայտվում է (+) նշանով: Սիֆիլիսի ժամանակ նշված ռեակցիաները արտահայտվում են առավելագույն ձևով (++++) Ահա այսպեղից է առօրյայում կիրառվող «չորս խաչ» արտահայտությունը

Մաշկին ցանի ի հայտ գալը խոսում է այն մասին, որ սկսվել է հիվանդության երկրորդային թարմ շրջանը, որը սովորաբար առաջանում է վարակվելուց 2,5 ամիս հետո Այն սիֆիլիսիկ վարակի զարգացման ամենաակտիվ փուլն է, որը բնորոշվում է իրանի և վերջույթների շրջանում բծային, հանգույցիկային և երբեմն թարախաբշտիկային ցանավորումների առկայությամբ: Բավական հաճախ են ախտահարվում բերանի խոռոչի և սեռական օրգանների լորձաթաղանթները

Նշված փոփոխություններն անկայուն են, մեծ մասամբ չեն ու-

ղեկցվում քորով և ցանով Պահպանվելով 1-2 ամիս նրանք ներ-
ծծվում և անհետանում են, որպեսզի հետագայում՝ 2-4 ամիս անց,
նորից ի հայտ գան մաշկի այս կամ այլ հարվածներում Այդպի-
սի կրկնությունները (երկրորդային կրկնվող սիֆիլիս) չբուժված
հիվանդների մոտ կարող են լինել բազում անգամ Ընդ որում,
մաշկային փոփոխություններից զատ, երբեմն լինում են ոսկրերում
և հողերում գիշերային ցավեր, վարանում են հիշողությունը, լսո-
ղությունը, թափվում են մազերը Բոլոր սիֆիլիսային ցանային
տարրերում կարելի է հայտնաբերել հիվանդության հարույսիչներ.
Ուստի սիֆիլիսի արտահայտված նշաններով տառապող հիվանդ-
ները խիստ վարակիչ են և ենթակա անհապաղ բուժման

Եթե հիվանդը չի բուժվում, ապա վարակվելուց մի քանի (4-5
և ավելի) տարի անց կարող է զարգանալ սիֆիլիսի երրորդային
շրջանը Սովորաբար երկրորդային և երրորդային շրջանների
միջև ընկած ժամանակահատվածում մաշկի ու լորձաթաղանթների
վրա ցան չի լինում, այսինքն հիվանդը գտնվում է սիֆիլիսի
թաքնված շրջանում. Ի դեպ, թաքնված սիֆիլիսը կարող է երկա-
լաձգվել մինչև հիվանդի կյանքի վերջը և չանցնել երրորդային
շրջանի:

Սիֆիլիսի երրորդային շրջանին բնորոշ են խոշոր հանգույցնե-
րը (գումմա) և թմբիկները, որոնք խոցոտվելով, բերում են հյուս-
վածքների և օրգանների քայքայման Բավական հաճախ սիֆիլի-
սի երրորդային շրջանում ախտահարվում են լորձաթաղանթները,
քթի միջնապարը, բկանցքը, կոկորդը, ձայնալարերը Քայքայված
թմբիկների և հանգույցների տեղում առաջանում են սպիներ, ո-
րոնք այլանդակում և այլակերպում են դեմքը Ոսկրերի ախտա-
հարման հետևանքով հնարավոր են կոտրվածքներ: Առավել
վրանգավոր են նյարդային համակարգի, ներքին օրգանների խո-
շոր անոթների, լյարդի, ուղեղի սիֆիլիտիկ ախտահարումները, ո-
րոնք հաճախ հիվանդներին դարձնում են հաշմանդամ կամ
հանգեցնում մահվան

Ուստի հարկ է միշտ հիշել, որ ծանր ախտահարումներից և

հաշմանդամությունից հիվանդին փրկել կարող են միայն մասնագետ մաշկավեներաբանի կողմից հիվանդության վաղ ախտորոշումը և ժամանակին բուժումը

Հափուկ ուշադրության է արժանի բնածին սիֆիլիսը, որը չնայած հազվադեպ է հանդիպում, սակայն դժբախտություն է ընդամենի համար Բնածին սիֆիլիսը գլխավորապես արձանագրվում է հակասուցիալական վարքով կանանց մոտ, որոնք տառապում են ակոհոլիզմով, թմրամոլությամբ, անտարբեր են սեփական առողջության և ապագա երեխայի ճակատագրի հանդեպ, վարում են անբարո կենսակերպ, չունեն մշտական բնակության վայր: Ցավոք, վերջին տարիներին բնածին սիֆիլիսի դեպքեր հանդիպում են նաև սիֆիլիսով վարակված այն կանանց մոտ, ովքեր հղիության ժամանակ դուրս են մնացել բուժհիմնարկի (կանանց կոնսուլտացիաների) հսկողությունից Ընդունված է, որ հղի կանայք առնվազն երկու անգամ՝ հղիության առաջին և երկրորդ կեսերում, պետք է պարտադիր հետազոտվեն սիֆիլիսի համար Այս սկզբունքը, որն անշեղորեն կատարվում է մանկաբարձ-գինեկոլոգիական հիմնարկներում, բնածին սիֆիլիսի կանխարգելման հիմնական գրավականն է

Սիֆիլիսով հիվանդ հղիների մոտ պարզի ախտահարումը տեղի է ունենում հղիության երկրորդ կեսին Հաճախ նրանց մոտ առաջանում են վիժումներ, մեռելածնություն, վաղաժամ ծնունդ կամ ծնվում են անհաս, բնածին սիֆիլիսով հիվանդ երեխաներ:

Բնածին սիֆիլիսով տառապող երեխաների հետազոտության ժամանակ հայտնաբերվում են տարբեր նշաններ թորշոմ մաշկ, բշտային և հանգուցիկային ցան, սիֆիլիսիկ հարբուխ, լյարդի մեծացում, վերջույթների կեղծ լուծանք, ոսկրային փոփոխություններ և այլն: Այդպիսի երեխաները, չնայած լիարժեք բուժմանը, ցավոք, երբեմն մնում են արատավոր ամբողջ կյանքի ընթացքում: Ուտի, որպեսզի ապագա երեխան չվարակվի սիֆիլիսով, հիվանդ հղի կինը պետք է անհապաղ սկսի բուժումը: Այս դեպքում է միայն հնարավոր ունենալ առողջ մանուկ

Չքննարկելով սիֆիլիսի բուժման սկզբունքները հարկ է նշել, որ սիֆիլիսը, անկասկած, բուժելի է Բուժման ժամանակակից ձևերը, որոնք իմիջիայլուց բավական կարճատև են և տևում են 2-4 շաբաթ, լիարժեք ապաքինման երաշխիք են տալիս Բուժման տևողությունը կախված է մի շարք հանգամանքներից սիֆիլիսի կլինիկական ձևից, հիվանդի ընդհանուր վիճակից, դեղորայքի փանելիությունից և այլն

Մաշկավեներաբանի աշխատանքում հապուկ տեղ են գրավում սիֆիլիսով հիվանդի հետ սեռական կապի մեջ գտնված անձանց հետազոտման և կանխարգելիչ բուժման հարցերը Արժեքավոր են այս պարագայում փվյալները՝ սրացված հենց հիվանդից Ավելի մանրամասն այդ մասին կխոսվի ստորև:

Ավարտելով սիֆիլիսին նվիրված այս ակնարկը չի կարելի լռության մատնել այն հանգամանքը, որ որոշ անձինք, վախենալով հրապարակումից, խուսափում են բուժկանխարգելիչ հիմնարկ դիմել, փորձում են զբաղվել ինքնաբուժմամբ կամ դիմում են ոչ մասնագետի, ինչն արդյունքում բերում է ողբալի հետևանքների

Շտապեմ վստահեցնել, որ բժիշկ-մաշկավեներաբանի կողմից բժշկական գաղտնիքը պահպանվում է ոչ միայն բուժման ընթացքում, այլև հետագայում.

ԳՈՆՈՒՅԱ

Գոնոռեան աշխարհում ամենատարածված սեռավարակներից է Չնայած այդ հիվանդության ախտորոշման և բուժման ձեռք բերված հաջողություններին գոնոռեայի կանխարգելման հիմնահարցն այժմեական է, քանի որ շատ են դրանով հիվանդանալու դեպքերը, հարկապես երիտասարդների մոտ, որդեծին հասակում:

Գոնոռեան, որը սովորաբար կոչվում է տրիպեր, հարուցվում է գոնոկոկ կոչվող մանրէով Հիվանդությունը ուղեկցվում է միզատեսական օրգանների լորձաթաղանթների արտահայտված թարախային բորբոքումով Գոնոռեան, որպես օրենք, փոխանցվում է սե-

ուսկան ճանապարհով Արփասեռական ճանապարհով կարող են վարակվել փոքրիկ աղջիկները, որոնք օգտվել են հիվանդ ծնողների օգտագործած սպունգից, սրբիչից, այլ կերպ ասած, երբ ընտանիքում խախտվում են սանիտարահիգիենիկ նորմերը

Գոնոռեան փղամարդկանց և կանանց մոտ ընթանում է ոչ միակերպ Գաղտնի շրջանից (3-5 օր) հետո փղամարդկանց մոտ գոնոռեայի վաղ շրջանում զարգանում է ուրեթրիտ միզուկի բորբոքում Առաջանում են թեթև Այրոց, քոր և աննշան լորձային արտադրություն Շատ արագ, 2-3 օրվա ընթացքում, միզելիս սուր ցավ է առաջանում, արտադրությունը դառնում է առատ, թարախային, դեղնականաչավուն. Հիվանդության այս փուլում հարկ է հրաժարվել սեռական հարաբերություններից, ոգելից խմիչքներից, այն ամենից, ինչը կարող է նպաստել գոնոռեայի հետագա խորացմանը

Չբուժվելու դեպքում, միջին հաշվով 2 ամիս անց գոնոռեան անցնում է քրոնիկական փուլ հիվանդության բոլոր նշանները թուլանում են և կարող են Գործնականում չանհանգստացնել հիվանդին Արտադրությունը քչանում է, դառնում լորձաթարախային և հիմնականում դիտվում է առավորյան Գոնոռեայի նման ընթացքի դեպքում հիվանդն ազելի վրանգավոր է, քանի որ չկասկածելով իր մոտ հիվանդության առկայությանը՝ հեշտությամբ մտնում է սեռական կապերի մեջ՝ հանդիսանալով վարակի աղբյուր

Տղամարդկանց մոտ քրոնիկական գոնոռեայի հետևանքով կարող է զարգանալ միզուկի սպիական մեղացում, ընդհուպ մինչև լրիվ անանցանելիություն և սուր միզակապություն. Սպիական փոփոխություններ կարող են ծագել նաև սերմնատար ուղիներում, դրան հաջորդող ամլությամբ Բարդություններից են նաև պրոստատիտը և ամորձիների բորբոքումը, որոնք նույնպես դառնում են անպտղության պատճառ

Կանանց մոտ միզասեռական համակարգի անատոմիաֆիզիոլոգիական առանձնահատկությունները պայմաններ են սրելծում

գոնոռեայի յուրօրինակ ընթացքի համար՝ Նրանց մոտ նույնպես կարող է զարգանալ միգարաբ խողովակի սուր թարախային բորբոքում, որը միգելիս ուղեկցվում է ցավով. Սակայն այս երևույթներն արտահայտվում են հազվադեպ: Առավել հաճախ կանանց մոտ գոնոռեան ընթանում է առանց հարուկ սուբյեկտիվ նշանների՝ Չնայած դրան, գերակշռում են կանանց ներքին սեռական օրգանների՝ արգանդի, փողերի և ձվարանների բորբոքումները, որոնք ուղեկցվում են ջերմաստիճանի բարձրացմամբ, որովայնի ստորին հարվածի ցավերով և այլն. Կանանց մոտ քրոնիկական գոնոռեան անպարզության հիմնական պարճառներից մեկն է

Գոնոռեայով վարակի ներարգանդային փոխանցում մորից պարզին չի լինում Այնուամենայնիվ, գոնոռեան հղիների մոտ մեծ վրանգ է ներկայացնում երեխայի համար, քանի որ պարուղը ծննդաբերության ժամանակ վարակվում է՝ անցնելով մոր ծննդաբերական ուղիներով Հաճախ ախտահարվում են երեխայի աչքերը (բլենոռեա), որը ծանր ընթացք ունի և երբեմն կարող է հանգեցնել կուրության

Հարուկ պեպք է նշել այն հանգամանքը, երբ գոնոռեան կանանց մոտ զարգացման հենց սկզբից ընթանում է ենթասուր առանց արտահայտված գանգարների, ուստի հիվանդը, ուշադրություն չդարձնելով եղած փոփոխություններին, ժամանակին բուժօգնության չի դիմում:

Գոնոռեայի հիվանդացության աճին զուգահեռ մեծանում է և հետգոնոռեային բարդությունների քանակը. Սովորաբար հետգոնոռեային բարդություններ դիտվում են բազմաթիվ սեռական կապեր ունեցող անձանց մոտ, մարդիկ, ովքեր չարաշահում են ալկոհոլը, զբաղվում են ինքնաբուժմամբ կամ խախտում բուժման ռեժիմը՝ Հետգոնոռեային բարդություններով հիվանդ փղամարդիկ հաճախ գանգարվում են քորից, ցավից և այլ փհաճ զգացումներից միզուկի շրջանում. Այդ հիվանդների մոտ, առաջացած պրոստատադիտի պարճառով, հաճախ դիտվում է սեռական ֆունկցիայի խախտում՝ թուլանում են երեկցիան, օրգազմը, առաջանում է վա-

ղաժամ սերմնաժայթքում: Հիվանդների մեկ երրորդի մոտ կարող է զարգանալ անպտղություն: Գոնոռեայի բարդությունների և քրոնիկական «դժվար» բուժելի ձևերի առաջացման հիմնական պատճառը ոչ մասնագետի բուժումն է առանց ժամանակակից լաբորատոր հետազոտությունների, կամ ինքնաբուժումը

Հարկ է իմանալ, որ գոնոռեան միզուղիների թեթև ընթացող հիվանդություն չէ: Դա առաջին հերթին վարակ է, որն ախտահարում է օրգանիզմը, ուստի հիվանդության կասկածի դեպքում պետք է հնարավորինս շուտ դիմել բժշկի, խստորեն կատարել նրա ցուցումները՝ չմոռանալով հնարավոր հետևանքների մասին, հատկապես կրկնակի վարակման ժամանակ.

Ժամանակակից դեղամիջոցներով գոնոռեան ենթակա է լրիվ բուժման Որքան վաղ է դիմում հիվանդը բժշկի, այնքան կարճ է բուժման ժամկետը. Հիվանդության քրոնիկական ձևերի ժամանակ և հատկապես բարդությունների դեպքում կատարվում է երկարատև բուժում մասնագիտացված բուժօգնություններում

ՏՐԻԽՈՄՈՆԻԱԶ

Ի հեճուկս փարածված կարծիքի, տրիխոմոնիազը վեներական հիվանդություն չէ Այն հարուցում է մակարոյժ միաբջիջ հեշտուցային տրիխոմոնազը: Վիճակագրական տվյալների համաձայն, տրիխոմոնիազով փառապում և երկրագնդի բնակչության 10%-ը. Մեծ մասամբ վարակը փեղի է ունենում սեռական ճանապարհով, և հազվադեպ անուղղակի շփման վարակված սպիտակեղենի, հարդարանքի առարկաների միջոցով և այլն Երբեմն կարող են վարակվել փոքրիկ աղջիկները՝ արտասեռական ճանապարհով, հիվանդ մորից, երբ չեն պահպանվում հիգիենայի փարբական կանոնները:

Տրիխոմոնիազը բազմաօջախային հիվանդություն է, որի ժամանակ ախտահարվում են գործնականում բոլոր միզասեռական օրգանները, բորբոքման արտահայտված նշաններով:

Տարբերվում է նաև անախտանիշ փրիխոմոնիազ, երբ փեղա-
յին բորբոքային երևույթները և արտադրությունը բացակայում են,
իսկ ախտորոշումը հնարավոր է դառնում միայն մանրակրկիտ լա-
բորատոր հետազոտության միջոցով. Տրիխոմոնիազը թե փղա-
մարդկանց, թե կանանց մոտ հանդիպում է նույն հաճախակա-
նությամբ Սակայն կանանց մոտ հիվանդությունն առավել սուր է
արտահայտվում, որը կապված է նրանց սեռական համակարգի
անապոմիաֆիզիոլոգիական առանձնահատկությունների հետ.

Վարակվելուց 3-4 օր անց ի հայտ են գալիս հիվանդության
առաջին նշանները՝ մեծ քանակությամբ կանաչավուն, երբեմն
փրփրախառն արտադրություն փհաճ հոտով Հեշտուցի և միզու-
կի լորձաթաղանթը բորբոքվում է, այրուցվում, նկատվում են ար-
տաքին սեռական օրգանների կարմրություն և քոր Երկարատև
արտադրությունից մաշկը թրմում, գրգռվում է կարող են առաջա-
նալ նաև մանր խոցեր, այրուցի զգացում, ցավ սեռական հարա-
բերության ժամանակ

Սուր բորբոքային երևույթները կարող են անհետանալ թե՛
ինքն իրեն, թե թերի բուժման հետևանքով Այսպիսով, ախտա-
բանական երևույթները մեղմանում են, և փրիխոմոնիազը անցնում
է քրոնիկական փուլ՝ երկարատև ու համառ ընթացքով Դրա հետ
մեկփեղ փոխվում է արտադրության բնույթը: Այն դառնում է դեղ-
նավուն կամ սպիտակ, քանակը քչանում է, իսկ հեշտուցի լորձա-
թաղանթի կարմրությունը և բորբոքումն ընդհանրապես կարող են
բացակայել:

Անախտանշան կամ հիվանդության թույլ արտահայտված ձևե-
րով փառապող անձինք վրանգ են ներկայացնում, քանի որ ի-
րենց հիվանդ չեն համարում և կարող են մտնել սեռական կա-
պերի մեջ՝ դրանով իսկ վրանգելով ուրիշների առողջությունը:

Տրիխոմոնիազը ոչ հազվադեպ համակցվում է միզասեռական
այլ վարակիչ հիվանդությունների՝ գոնոռեայի, խլամիդիոզի, սնկա-
յին ախտահարումների հետ Ուստի փրիխոմոնիազի դեմ ուղղված
առողջապահական բոլոր միջոցառումները ուղղված են նաև նըշ-

ված վարակիչ հիվանդությունների դեմ: Հայտնի է, որ մանկածին հասակի կանանց և երիտասարդ տղամարդկանց մոտ արիխոմոնդոզ պատճառ է դառնում ինքնաբեր վիժումների, չբերության և անպտուղ ամուսնությունների: Ուստի, արիխոմոնդոզի դեմ պայքարը դառնում է ոչ միայն մաշկավեներաբանի, այլ նաև մանկաբարձ-գինեկոլոգների, սեքսոպաթոլոգների և ուրոլոգների համար խիստ այժմեական

ՈՉ ԳՈՆՈՌԵԱՅԻՆ ՄԻՉՈՒԿԱՔՈՐԲԵՐ

Ոչ գոնոռեային միզուկաքորբերը (ՈԳՄ), որոնք սովորաբար կոչվում են սովորական ուրեթրիտներ, իրենցից ներկայացնում են սեռական ճանապարհով փոխանցվող հիվանդությունների մի մեծ խումբ՝ Նրանց հարույիչները բազմապիսի են՝ մանրէներ, վիրուսներ, ինչպես նաև մի խումբ այլ միկրոօրգանիզմներ, որոնք միաժամանակ մարդու այլ հիվանդությունների պատճառ կարող են հանդիսանալ

Սովորաբար վարակվում են սեռական հարաբերության միջոցով՝ Վարակի փոխանցումը հնարավոր է նաև բերանասեռական ու հետանցքային հարաբերության ընթացքում՝ Հազվադեպ արձանագրվել է վարակի փոխանցում չախտահանված բժշկական գործիքների միջոցով. Միզասեռական խլամիդիային, միկոպլազմային և ուրեապլազմային ախտահարումները հաճախականությամբ մի քանի անգամ գերազանցում են գոնոռեան և լուրջ հիմնահարց են ժամանակակից բժշկության համար՝ Վիճակը ծանրանում է նաև նրանով, որ այդ հարույիչները վնասում են ոչ միայն միզասեռական ուղիները, այլև երբեմն դառնում են շնչուղիների, աչքերի, հոդերի, լյարդի, նյարդային և սրտանոթային համակարգերի ախտահարման պատճառ:

Մեծ է նաև նշված վարակիչ հիվանդությունների դերը անպտուղության ժամանակ, թե տղամարդկանց և թե կանանց մոտ, տղամարդկանց սեռական թուլության, ինչպես նաև հղիության, պտղի և նորածինների ախտաբանության մեջ

Սաշկավեներաբաններին հայտնի է, որ հիվանդների մեծ մասի մոտ, որոնք տառապում են միզասեռական օրգանների ոչ գոնոռեային բորբոքային հիվանդություններով, հայտնաբերվում է խլամիդիոզ կամ միկոպլազմոզ. Այդ հիվանդությունները, բնական է, տարբեր են, տարբեր են և նրանց հարույիչները, սակայն նրանք միզասեռական օրգանների ախտահարման ժամանակ ունեն ընդհանուր կլինիկական պատկեր.

Իհարկե, կան մի շարք սկզբունքային առանձնահատկություններ, բայց նրանք կարող են որոշվել միայն բժշկի կողմից լաբորատոր հետազոտության օգնությամբ: Թե խլամիդիոզը, ուրեապլազմոզը և թե միկոպլազմոզը շունեն բնորոշ կլինիկական պատկեր Արտաքին սեռական օրգանների և հեշտուցի ախտահարումը չի տարբերվում նույնատիպ տեղակայում ունեցող այլ բորբոքային հիվանդությունների ախտանշաններից:

Խլամիդիոզը հիվանդների մեծ մասի մոտ ընթանում է ենթասուր (թառամ) քրոնիկական, հազվադեպ՝ սուր բորբոքման ձևով Հիվանդությունն ի հայտ է գալիս 5-30 օր տևողությամբ գաղտնի (թաքնված) շրջանից հետո և կարող է առաջացնել սեռական օրգանների զանազան բնույթի ախտահարումներ Տղամարդկանց մոտ ի սկզբանե ախտահարվում է միզուկը, իսկ հետո մյուս օրգանները՝ շագանակագեղձը, սերմնաբշտերը, ամորձու հավելումները Կանանց մոտ հաճախ ախտահարվում են միզուկը, արգանդը, ձվարանները: Հիվանդության սուր ընթացքի դեպքում առաջանում են այնպիսի ախտանշաններ, ինչպիսիք են միզասեռական օրգանների լորձաթաղանթի կարմրություն, թարախային արտադրություն միզուղիներից և հեշտուցից, հաճախամիզություն, քոր, այրուց, այսինքն՝ երևույթներ, որոնք հիշեցնում են գոնոռեա Սակայն հիվանդությունը հազվադեպ է այսպես ընթանում: Շատ ավելի հաճախ հիվանդներն ունենում են լորձաթարախային արտադրություն և թույլ քոր, իսկ երբեմն հիվանդությունն ընդհանրապես չի անհանգստացնում հիվանդին ընթանալով անախտուսուցան Նման փոփոխությունները բնորոշ են նաև միկոպլազմոզին Ուստի

նրանց փարբերակիչ ախտորոշումը հնարավոր է միայն լաբորատոր հետազոտությամբ Երբեմն խլամիդիոզով և միկոպլազմոզով հիվանդների մոտ առաջանում են այսպես կոչված արտասեռական բարդություններ, երբ ախտահարվում են փարբեր օրգաններ և համակարգեր Դա բկանցքի (ֆարինգիտ), աչքի (կոնյունկտիվիտ), ականջի (օտիտ), ինչպես նաև շնչառական համակարգի (թոքաբորբ), միզուղիների (ցիստիտ, պիելոնեֆրիտ) և նույնիսկ հոդերի (արթրիտ) ախտահարումներն են

Միզասեռական համակարգի բորբոքային հիվանդությունները, որոնք պայմանավորված են խլամիդիայով, ուրեապլազմայով և միկոպլազմայով, մեծ վրանգ են ներկայացնում ոչ միայն հղի կնոջ, այլև նորածնի համար:

Այս սեռավարակների բուժումը կախված է հիվանդության վաղնությունից, ախտաբանական ընթացքի բնույթից, այլ օրգանների ընդգրկման աստիճանից և օրգանիզմին բնորոշ առանձնահատկություններից Այդուհանդերձ բուժումը անհրաժեշտ է սկսել որքան հնարավոր է վաղ, որպեսզի հիվանդը չկանգնի բարդությունների առջև

ՎԻՐՈՒՍԱՅԻՆ ՄԻՉԱՍԵՌԱԿԱՆ ՎԱՐԱԿՆԵՐ

Վիրուսային հիվանդությունները բազմապիսի են Դրանցից մի քանիսը հասարակ ու կրկնվող հերպեսները և սրածայր կոնդիլոմաները (սեռական գորտնուկները) փոխանցվում են սեռական ճանապարհով Այս հիվանդությունների հարույիչները փարբեր վիրուսներ են: Հերպես առաջացնում են 1-ին և 2-րդ տիպի վիրուսները 1-ին տիպի վիրուսներն ախտահարում են առավելապես դեմքը, շրթունքները, իրանի մաշկը, իսկ 2-րդ տիպի վիրուսները սեռական օրգանները

Հերպեսը բավական փարածված հիվանդություն է Այն հարույող վիրուսները մարդկանց մոտ գտնվում են «քնած» վիճակում, ինչը պայմանավորված է օրգանիզմի պաշտպանողական հատկություններով Սակայն երբեմն արտաքին և ներքին փարբեր գոր-

ծոնների ազդեցությամբ (մրսածություն, նյարդային, հորմոնային և նյութափոխանակության խանգարումներ), երբ տեղի է ունենում օրգանիզմի դիմադրողականության անկում, վիրուսներն ակտիվանում են և կարող են ախտահարել ոչ միայն մաշկը և լորձաթաղանթը, այլև աչքերը, նյարդային համակարգը, նույնիսկ գլխուղեղը

Ակտիվացած վիրուսը երկար ժամանակ պահպանում է իր ախտածնությունը և սեռական շփման դեպքում փոխանցվում է ոչ միայն զուգընկերոջը, այլև վարակի վրանգ է ներկայացնում նորածնի համար

Տարբերում են հերպեսի առաջնային և կրկնվող ձևերը Առաջնային միզասեռական հերպեսը զարգանում է կարճատև գաղտնի շրջանից հետո, սեռական հարաբերությունից 2-5 օր անց Արտաքին սեռական օրգանների շրջանում առաջանում են ցավ, այրույ, քոր Գործընթացն ուղեկցվում է նաև սեռական օրգանների վրա շիճուկային պարունակությամբ մանր բշտիկների առաջացումով: Երբեմն հիվանդների մոտ բշտիկները չորանում են, վերածվում շճային կամ շճաթարախային կեղևների, որոնք հեկտազայում պոկվում են տեղում թողնելով գունակային բծեր:

Հաճախ բշտիկները պայթում են և նրանց տեղում առաջանում են վառ կարմիր մակերեսային վերքեր (երոզիաներ), որոնք միաձուլվելով, կարող են առաջացնել մեծ օջախ: Հերպեսի միջին տևողությունը 10-12 օր է: Ընդ որում, հիվանդների մեկ երրորդի մոտ դիտվում են ընդհանուր երևույթներ՝ գլխացավ, տենդ, մկանային ցավեր, մեծանում են աճուկային ավշահանգույցները

Կրկնվող միզասեռական հերպեսը ավելի մեղմ է ընթանում և արագորեն անհետանում է: Սրա ժամանակ ցանավորումը սակավ է, թե ընդհանուր և թե՛ տեղային զգացողությունը մեղմ է Չնայած հիվանդության այս ձևի ժամանակ կլինիկական երևույթներն աննշան են, այնուամենայնիվ այն հիվանդին մեծ անհանգստություն է պատճառում, քանի որ շատ հաճախ է կրկնվում (նույնիսկ 1-2 ամիսը մեկ անգամ) և երբեմն տևում է երկար տարիներ Պեպք է նշել, որ հիվանդներից շատերի մոտ բշտիկների ա-

առաջացումից մի քանի ժամ կամ 1-2 օր առաջ ի հայտ են գալիս նախանշաններ հեղազա ախտահարման տեղում ծակոցների ձևով Միզասեռական հերպետիկ ինֆեկցիան կարող է ընթանալ նաև անախտանշան, որն, անկասկած, մեծ նշանակություն ունի հիվանդության տարածման գործում, հատկապես նրանց մոտ, ովքեր վարում են անկանոն սեռական կյանք:

Հերպետով հիվանդների բուժումը համալիր է. արտաքին միջոցների հետ զուգահեռ կիրառվում են քիմիա- և իմունոթերապիա, լազերաբուժում, պարավաստումներ և այլն Չնայած նշվածին ոչ միշտ է հաջողվում կանխել կրկնությունները և հիվանդության բարդությունները.

Սրածայր կոնդիլոմաները թե տղամարդկանց և թե՛ կանանց մոտ բավական տարածված են Նրանք փոխանցվում են սեռական ճանապարհով, հաճախ տեղակայվում են սեռական օրգանների վրա, բայց կարող են նաև ախտահարել հեղանցքի շրջանը և շեքը Սրածայր կոնդիլոմաները ունեն վարդագույն նորագոյացության տեսք և գորտնուկ են հիշեցնում, իսկ գերաճելիս նմանվում են մորու պտղի կամ ծաղկակաղամբի Ոմանց մոտ նրանք մենավոր են, մյուսների մոտ բազմակի Հազվադեպ սրածայր կոնդիլոմաները կարող են հասնել իսկա չափերի փակելով հեշտոցամուտքը, հեղանցքը, արտաքին սեռական օրգանները Ընդ որում դրանք կարող են թափանցել հյուսվածքի խորքը և քայքայել այն.

Կախված սրածայր կոնդիլոմաների տեղակայումից՝ հիվանդների գանգապները կարող են լինել տարաբնույթ՝ Սրածայր կոնդիլոմաները սովորաբար բարորակ են ընթանում և միայն շատ հազվադեպ տեղի է ունենում նրանց չարորակացում Սակայն կան տվյալներ, որ այդ հիվանդության հարույցիչները՝ վիրուսները, մեծ դեր ունեն կանանց արգանդի վզիկի քաղցկեղի և արյան չարորակ հիվանդությունների առաջացման գործում.

Բուժման նախարակով օգտագործվում են հատուկ քայքայիչ պարավաստուկներ, ինչպես նաև էլեկտրակոագուլյացիա, կրիոթերապիա և այլն

ՄԱԿԱՔՈՒԾԱՅԻՆ ՀԻՎԱՆՂՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ

Սարդու մակաբուծային հիվանդություններից թերևս միայն ցայլքի ոջլոփությունը և քոսը վարահորեն կարելի է դասել սեռավարակների շարքին Իհարկե, վարակի փոխանցումը հնարավոր է նաև արտասեռական ճանապարհով ուրիշի անկողնույց օգտվելիս, հագուստը օգտագործելիս և այլն Հաճախ այն դիտվում է մարդկանց հոծ կուտակման վայրերում զորանոցներում, ճամբարներում, հանրակացարաններում Ներկայումս, չնայած բնակչության սանիտարահիգիենիկ մակարդակի բարձրացմանը, նկատվում է մաշկի մակաբուծային հիվանդություններով հիվանդների քանակի զգալի աճ

Ցայլքի ոջլոփությունը բավական հաճախ հանդիպում է վեներական հիվանդություններով տառապող անձանց մոտ, ովքեր հապկապես վարում են անկանոն սեռական կյանք

Ցայլքի ոջլոփությունն ախտորոշվում է տեսողական զննումով Ցայլքի շրջանում մազերի մեջ, անզեն աչքով (կամ խոշորացույցով) կարելի է տեսնել հիվանդության հարույլիչը ցայլքի ոջիլը և ձվերը, որոնք ամրանում են մազի ստորին հապվածին և նման են հանգույցիկների՝ Մաշկը ախտահարվում է, երբ մակաբույծը թափանցում է մաշկի մեջ և սկսում արյուն ծծել Առաջանում են քոր, մանր արյունային բծեր և քորի հետևանքով՝ մաշկի գրգռում և թարախային վարակի միացում: Մովորաբար հիվանդությունը սահմանափակվում է ցայլքի շրջանով, սակայն բարձիթողի դեպքերում, հապկապես մազոտ մարդկանց մոտ կարող են ախտահարվել նաև ազդրերը, մարմինը, նույնիսկ մորուքը և բեղերը, իսկ երեխաների մոտ թարթիչները և գլխի մազածածկ մասը.

Ցայլքի ոջլոփության կանխարգելման գրավականը հիվանդների և նրանց սեռական գուլգունկերների վաղ ախտորոշումն ու բուժումն են:

Քոսով վարակվում են անմիջական շփման միջոցով, այդ թվում սեռական ճանապարհով, երբ նրա հարույլիչը՝ պիլոլը, նկրթափան-

յում է մաշկի մեջ Կարեյի է վարակվել նաև հիվանդի օգտագործած կենցաղային իրերից

Հիվանդությունը բնորոշվում է հանգուցիկային և բշտիկային մանր ցանավորումով, որն ուղեկցվում է քորով. Սովորաբար քորն ուժեղանում է գիշերը, փաք անկողնում Հիվանդությունն ախտահարում է իրանի և վերջույթների մաշկը, սակայն ունի նախասիրած փեղակայում ձեռքերի միջմատնային ծալքերը, փղամարդու սեռական օրգանները, կանանց կրծքերը, հատկապես պտուկների շրջանը: Երեխաների մոտ կարող է ախտահարվել ափերի, ներքաննկրի և գլխի մաշկը Երբեմն քուր բարդանում է թարախաբշտիկային ախտահարումներով, որը դժվարացնում է հիվանդության ախտորոշումը Մաշկի ուշադիր զննումը և, իհարկե, լաբորատոր հետազոտության արդյունքները, որոնք կատարվում են մասնագիտացված մաշկավեներաբանական հիմնարկությունում, օգնում են բժշկին ճիշտ կողմնորոշվել ախտորոշման և բուժման հարցում

ՍԼԿԱՅԻՆ ՀԻՎԱՆԴՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ

Բազմաթիվ են մարդու սնկային հիվանդությունները Նրանք ախտահարում են մաշկը, եղունգները, մազերը, լորձաթաղանթները և սովորաբար փոխանցվում են կենցաղային ճանապարհով՝ առօրյա իրերի միջոցով: Սակայն կան նաև այնպիսի սնկային հիվանդություններ, որոնք փոխանցվում են սեռական շփման ժամանակ: Դրանցից առավել ուշագրավ է կանդիդա սնկերով հարուսվող կանդիդոզ հիվանդությունը Այդ հիվանդության լուսաբանումը այժմեական է, քանի որ կանդիդա սնկերը, հատկապես կանանց մոտ, միզասեռական օրգանների բորբոքման պատճառ են դառնում: Հայտնի է, որ երկարատև ընթացք ունեցող բորբոքումների հանգեցնում են օրգանիզմի փարբեր համակարգերի գործունեության խանգարման, որն իր հերթին առաջացնում է ներտրիկ վիճակ:

Ընդհանրապես, կանդիդատ սնկերը պարածված են բնության մեջ հայտնաբերվում են մրգերի և բանջարեղենի վրա, լինում են կաթի և նպարեղենի մեջ, լողավազաններում, բաղնիքներում և այլուր

Լինելով պայմանական ախտածին միկրոօրգանիզմ, որն ապրում է մաշկի և լորձաթաղանթների վրա, կանդիդան կարող է երկար ժամանակ հիվանդություն չառաջացնել, քանի որ մարդը որոշակի անընկալություն ունի այդ սնկերի հանդեպ Սակայն արտաքին և ներքին փոփոխությունների ազդեցության հետևանքով նրանք ձեռք են բերում հյուսվածքներ ախտահարելու և հիվանդություն առաջացնելու հատկություն Արտաքին գործոններից են մաշկի և լորձաթաղանթների մեխանիկական և քիմիական վնասվածքները, մասնագիտական գործոնները՝ սլախածոների և քաղցրավենիքի արտադրության հետ կապված անձանց մոտ ուժեղ քրոնարտադրությունը և այլն

Պակաս կարևոր դեր չունեն նաև ներքին գործոնները՝ ներզարիչ գեղձերի ֆունկցիայի խանգարումները, շաքարախտը, վիրամինային անբավարարությունը, նյութափոխանակության խանգարումները, այլ հիվանդությունների հետ կապված օրգանիզմի դիմադրողականության անկումը. Բավական հաճախ կանդիդան հայտնաբերվում է հղիների և գինեկոլոգիական հիվանդություններ ունեցող կանանց հեշտոցում Կանդիդոզը զարգանում է նաև անկանոն և մեծ քանակությամբ հակաբիոտիկներ լվողումով մարդկանց մոտ Այսպիսով, ակնհայտ է, որ շատ հիվանդություններ կարող են ուղեկցվել կանդիդոզով. Հիվանդը փասպորեն վարակի աղբյուր է դառնում և կենցաղային, և՛ սեռական շփման ժամանակ, քանի որ հիվանդությունը ախտահարում է ոչ միայն բերանի խոռոչի, այլև բավական հաճախ՝ սեռական օրգանների լորձաթաղանթը: Սեռական օրգանների կանդիդոզը հանդիպում է բոլոր հասակի կանանց մոտ, արտահայտվում է արվուսքին սեռական օրգանների բորբոքման ձևով, որն ուղեկցվում է կարմրության, այրուցով և քորով: Բավական հաճախ լինում է սպիտա-

կագորշավուն արտադրություն, փեղ-փեղ ստաջանում է փառ, որն ամուր «նստած» է լինում լորձաթաղանթին Երբեմն ախտահարումը անցնում է սեռական օրգանների և շեքի շրջակա մաշկին. Հիվանդներն սկսում են գանգալվել հաճախամիզությունից, կըսրող ցավերից միզելու և սեռական հարաբերության ժամանակ, որի հետևանքով երբեմն անհնար է դառնում սեռական կյանքը Չարգանում է կայուն ներտրիկ ախտանշան Այս ամենը բնորոշ է հիվանդության սուր շրջանին Քրոնիկական փուլում հիվանդության նշանները սովորաբար մարում և իսպառ վերանում են. Տղամարդկանց մոտ արտաքին սեռական օրգանների կանդիդոզը սահմանափակվում է առնանդամի գլխիկի մաշկի և թլիփի բորբոքումով, որն արտահայտվում է կարուկ կարմրությամբ, այտուցվածությամբ, սպիտակ փառով, այրուցով և քորով

Համարվում է, որ բուժման դժվարությունները կապված են այն հանգամանքի հետ, որ այդ վարակը զարգանում է երկրորդային ձևով վերը նկարագրված մյուս հիվանդությունների հենքի վրա

Առաջնային կանդիդոզի դեպքում ապաքինման հեռանկարը բարենպաստ է, երբ հիվանդությունը ժամանակին ախտորոշվում և բուժվում է Երկրորդային կանդիդոզի ժամանակ, երբ գործընթացը զարգացել է այլ հիվանդությունների հիման վրա, առողջացումը գլխավորապես կախված է նրանց բուժումից

ՁԵՌՔԲԵՐՈՎԻ ԻՄՈՒՆԱՅԻՆ ԱՆԲԱՎԱՐԱՐՈՒԹՅԱՆ ՀԱՄԱԽՏԱՆՇԱՆ

Այս հիվանդության մասին (կրճապ ՁԻԱՀ, ռուս.՝ СПИД, անգլ. AIDS) տեղեկություններն սկսեցին ի հայտ գալ 80-ական թվականների սկզբներից, ԱՄՆ-ում Մի քանի տարի անց այն արդեն արձանագրվել էր աշխարհի համարյա բոլոր երկրներում Հիվանդության հարուցիչը մարդու իմունային անբավարարության վիրուսն է (կրճապ՝ ՄԻԱՎ, ռուս. ВИЧ, անգլ. HIV), որը հայտնաբերվում է վարակված մարդու արտաթորանքի, սերմի և արյան մեջ Դրան համապատասխան և որոշվում են ՄԻԱՎ-ով վարակ-

ման ուղիները արյան փոխներարկում, դեղորայքի ներարկում, սեռական հարաբերություն, պտղի ներարգանդային վարակ Ռոռշ հեղինակներ նշում են, որ ՄԻԱՎ-ը փոխանցվում է նաև սերտ կենցաղային շփման միջոցով շնայած այս հարցը մնում է դեռ վիճելի և կասկած է հարույցում: ՄԻԱՎ/ՁԻԱՀ-ի գլխավոր առանձնահատկությունն այն է, որ այն չունի բնորոշ կլինիկական ախտանշաններ Ապացուցված է, որ ՄԻԱՎ/ՁԻԱՀ-ի ժամանակ զարգանում է իմունային անբավարարություն կամ, պարզ ասած, կորուկ իջնում է օրգանիզմի դիմադրողականությունը և այն դժվարությամբ է դիմակայում ոչ միայն վարակիչ, այլև ուռուցքային հիվանդություններին Ահա թե ինչու հիվանդների մեծ հակում են ցուցաբերում վարակիչ և ուռուցքային հիվանդությունների նկատմամբ:

Հայտնի է, որ իմունիտետը օրգանիզմի պաշտպանական մեխանիզմի ամբողջությունն է, որն ապահովում է վարակի, այլաժին ուռուցքային բջիջների, օրգանիզմ թափանցած տարբեր նյութերի ոչնչացումը ՄԻԱՎ/ՁԻԱՀ-ի ժամանակ զարգացող օրգանիզմի թուլությունը և անպաշտպանվածությունը հանգեցնում են այն բանին, որ սովորաբար թեթև ընթացող հիվանդությունները (հարբուխ, գրիպ և այլն) ունենում են բուռն ընթացք, երբեմն առաջ բերելով անցանկալի բարդություններ:

Բժշկությունն առայժմ ճշգրիտ փվյալներ չունի ՄԻԱՎ/ՁԻԱՀ-ի ծագման ժամանակի և պատճառների վերաբերյալ: Հիվանդանում են մարդիկ, որոնց կատարել են արյան կամ մյուս բաղկացուցիչ մասերի փոխներարկում, թմրամոլները, սամձալուսկ սեռական կյանք վարող անձինք, ինչպես նաև ՁԻԱՀ-ով հիվանդներից ծղմված երեխաները: Առանձնահատուկ խումբ են կազմում արվամոլները (հոմոսեքսուալիստները) Ռոռշ հեղինակներ գյրնում են, որ ԱՄՆ-ում և Եվրոպայում արվամոլների 50%-ից ավելին վարակված է ՁԻԱՀ-ի վիրուսով Քանի որ նրանց մի մասը (րիսեքսուալիստներ) հարաբերություններ են ունենում մաս կառնակց հետ, ուստի հիվանդությունն արագորեն տարածվում է:

ՄԻԱՎ-ով վարակվելու պատճառ կարող են դառնալ նաև այն բժշկական գործիքները, որոնց վրա արյան հետքեր են մնացել և որոնք չեն ախտահանվել Սակայն ժամանակակից պայմաններում այդ տարրերակը չպետք է բնակչության տազնապը հարույցի Այս առումով ընթերցողին պետք է հանգստացնեն ամերիկյան բժշկական վիճակագրության տվյալները, ըստ որի հիվանդների 75%-ը վարակվում է սեռական ճանապարհով, 20%-ը՝ թմրանյութեր ներարկելիս օգտագործած չախտահանված ներարկիչով, 2%-ը արյան փոխներարկման միջոցով, 2%-ը երեխաներ են և միայն 1%-ն են կազմում այն հիվանդները, ում մոտ հնարավոր չի եղել պարզել վարակի ուղին:

Իրականում ՁԻԱՀ-ով հիվանդների ճշգրիտ թիվը աշխարհում հայտնի չէ Համարվում է, որ 80-ական թվականների վերջերին աշխարհում հիվանդ էր շուրջ 100 000 մարդ Ինչ վերաբերում է վիրուսակիրներին, ապա նրանց թիվը մոտենում էր 10 միլիոնի Գիտնականների կարծիքով, նրանց կեսը մոտակա ժամանակ կհիվանդանա, և մի քանի տարի հետո ՁԻԱՀ-ով հիվանդների թիվը կհասնի մի քանի տասնյակ միլիոնի:

ՁԻԱՀ-ի վարակի աղբյուր է հանդիսանում վիրուսով ախտահարված մարդը Դա կարող է լինել տարբեր կլինիկական երևույթներով հիվանդը կամ անախտանշան վիրուսակիրը, որը նույնիսկ չի ենթադրում իր հիվանդության մասին Ուստի, այսպիսիները ավելի վրանգավոր են համաճարակաբանական տեսակետից:

Ինչպես և ցանկացած վարակիչ հիվանդություն, ՁԻԱՀ-ը ևս սկսվում է գաղտնի շրջանով, որը կարող է տևել մի քանի շաբաթից մի քանի տարի: Հիվանդության զարգացման մեխանիզմը բարդ է: ՁԻԱՀ-ի վիրուսը ախտահարում է օրգանիզմի պաշտպանական ֆունկցիան ապահովող հատուկ բջիջները: Կտրուկ ընկնում է պաշտպանունակությունը և մարդը խոցելի է դառնում նույնիսկ պայմանական ախտածին մանրէների համար, որոնք ըստ էության առողջ մարդկանց համար վրանգ չեն ներկայացնում:

ՁԻԱՀ-ը հաճախ սկսվում է մի քանի ավշահանգույցների կամ, ինչպես սովորաբար ընդունված է ասել, գեղձերի մեծացումով մեկ ամսվա կամ ավելի երկար ժամանակահատվածի ընթացքում Երբեմն դրա հետ մեկտեղ բարձրանում է ջերմաստիճանը (օրվա ընթացքում լինում է 1-2 աստիճան), առաջանում են գլխացավ, քնի խախտում, կարող է զարգանալ բժային ցանցի Սակայն այս ամենի առկայությունը պարտադիր չէ Նշված նշաններն արագորեն անհետանում են և մնում են միայն մեծացած ավշահանգույցները և այն էլ ոչ միշտ։ Այսպիսով, սկսում է թաքնված շրջան, որի ընթացքում հիվանդն իրեն միանգամայն առողջ է զգում Որոշ ժամանակ անց կարող են առաջանալ մաշկի թարախային ախտահարումներ, սեռական օրգանների և բերանի խոռոչի լորձաթաղանթների կանգիդոզ, հասարակ հերպես և այլն։ Այս ամենը հաստատում է այն միտքը, որ վիրուսը օրգանիզմում քայքայիչ գործունեություն է ծավալում և դանդաղ իջեցնում է նրա դիմադրողականությունը Հաճախ ՁԻԱՀ-ի ակտիվ երևույթներին նախորդում են անբացատրելի տենդը, միհարելը, կրկարարև, առաքրբարմարտությունը, լուծը

Երբ ՁԻԱՀ-ի վիրուսը ամբողջովին լուծարում է իմունային համակարգը, առաջանում են թոքաբորբ, արյան վարակում, ուռուցքներ (Կապոզիի սարկոմա և գլխուղեղի լիմֆոմա), ակտիվանում են տուբերկուլոզային և այլ վարակները Կարող է ախտահարվել նյարդային համակարգը, ընդհուպ մինչև թուլամտության և հյուծանքի առաջացումով Ի դեպ, ՁԻԱՀ-ի ախտորոշումը հնարավոր է միայն արյան լաբորատոր հատուկ հետազոտության օգնությամբ։

Վերը նշված փոփոխություններն ի վերջո հիվանդին բերում են մահվան, քանի որ մինչ օրս չկան ՄԻԱՎ/ՁԻԱՀ-ի բուժման արդյունավետ դեղամիջոցներ։ Բժիշկները սահմանափակվում են միայն վարակն ուղեկցող հիվանդությունների և ուռուցքային փոփոխությունների դեմ ծավալած պայքարով։

ՍԵՌԱՎԱՐԱԿՆԵՐԻ ԿԱՆԽԱՐԳԵԼՈՒՄ

Սեռական ճանապարհով փոխանցվող հիվանդությունների կանխարգելումը համակցված պրոբլեմ է, որի լուծման համար անհրաժեշտ են ոչ միայն բժիշկների և առողջապահության համակարգի բազմաթիվ օղակների համագործակցությունն ու փոխհամաձայնեցված աշխատանքը Այդ խնդիրն առաջին հերթին պետք է դիտարկել սոցիալական փեսանկյունից դրա լուծման գործին մասնակից դարձնելով զանգվածային լրարվամիջոցներին, հասարակական և երիտասարդական փարբեր կազմակերպություններին

Տարբեր մշակութային կենսակարգերով և սովորույթներով հարուստ երկրներում սեքսին վերաբերող հարցերի նկատմամբ դրսևորվում է ամենափարբեր, երբեմն հակասական վերաբերմունք՝ սկսած ավանդական պահպանողականությունից մինչև ժամանակակից «ազատությունը»։ Այսօր արդեն կարելի է համոզված ասել, որ երիտասարդությունը հկարգիտե ավելի շատ է հակվում դեպի ազատ սեռական հարաբերությունները Այս հանգամանքն էլ թելադրում է սեռական լուսավորության ծավալման անհրաժեշտությունը դպրոցներում, բուհերին կից գործող երիտասարդական կազմակերպություններում և այլ ուսումնական հաստատություններում։ Այս դեպքում կարևոր է ոչ միայն սեռական հիգիենայի և սեռավարակների կանխարգելման վերաբերյալ փեղեկարվության և գիտելիքների փարածումը Ամենակարևորը վարքագծի, ունակությունների, հասարակական միջավայրում դրական հարաբերությունների զարգացումն է, ինչպես նաև զուգընկերոջ նկատմամբ պարասխանարվության դրսևորման, պաշտպանող միջոցների, առաջին հերթին պահպանակների՝ օգտագործման հմտությունների ձևավորումը։

Այս հիվանդությունների կանխարգելումը, անշուշտ, պետք է կազմակերպել՝ ելնելով այն սկզբունքից, թե մարդը բնակչության ո՞ր խմբին է պարկանում Այսպես, փորձագետները առանձնացնում են մարդկանց երկու խումբ, որոնց առաջին հերթին պիտի

հասցեագրվեն սեռավարակների կանխարգելման միջոցառումները Առաջին խումբը սեռավարակներով հիվանդանալու բարձր ռիսկի և դրանք փարածող անձինք են ինչպես պուռնիկներն ու նրանց զուգընկերները Երկրորդ խումբը նրանք են, ովոնց սեռավարակներով հիվանդանալու վրանգը սպառնում է ապագայում երեխաները և դեռահասները Այդ խմբերին հասցեագրված ջանքերը պետք է խրախուսեն վարքագծի դրական փոփոխությունները պահպանակ օգտագործելը, սեռավարակներով վարակվելու դեպքում բժշկական օգնության դիմելը և սեռական զուգընկերների թվի կրճատումը Սեռավարակների կանխարգելումը բժշկի կողմից Լնթադրում է նաև հիվանդության աղբյուրի այն մարդկանց քաղաքացիները, որոնցից փարածվել է վարակը Առողջապահության մարմիններն անցկացնում են նաև առողջարարական փարքերի վակցինացիան միջոցառումներ՝ մասնավորապես, այս կամ այն հիվանդության կապակցությամբ բժշկական օգնության դիմած ամձիկը հետազոտվում են սիֆիլիսի հայտնաբերման համար, միզասեռական օրգանների հիվանդությունների դեպքում գոնոռեայի և փրիլիսոմոնիազի, իսկ ռիսկի խմբի անձինք բոլոր նշված հիվանդությունների, այդ թվում նաև ՄԻԱՎ/ՁԻԱՀ-ի հայտնաբերման համար:

Ինչպես արդեն ասվել է, սեռավարակների կանխարգելման նպատակով ծավալած պայքարի հաջողությունը առաջին հերթին պայմանավորված է մարդկանց վարքագծով: Դրա համար էլ չվարակվելու և առողջության պահպանման առաջին մախապայմանը անկանոն սեռական հարաբերություններից հրաժարվելն է Կանխարգելման հարուկ ձև կարելի է համարել նաև կանխարգելիչ բուժումը, որը կատարվում է հիվանդի հետ սեռական հարաբերություն ունեցած, բայց դեռևս չհիվանդացած մարդկանց մոտ Բուժման այդ մեթոդի նպատակահարմարությունը որոշում է մասնագետը՝ սեռական հարաբերության ժամկետը և վարակվածության հնարավորությունը բացահայտելուց հետո: Այդ նպատակով բժշկը պետք է հետևողականորեն բացահայտի սեռական զուգընկերներին: Ակնհայտ է, որ նրանց թաքնվելը, ինչպես նաև վարակի

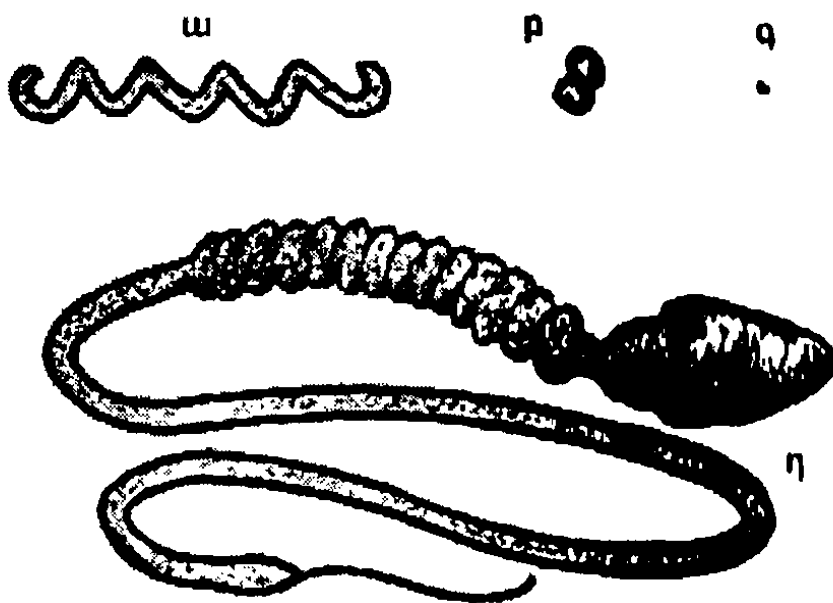
աղբյուրը թաքցնելը նպաստում են սեռավարակների փարածմանը, որը կարող է բազմաթիվ ընդհանրությունների ողբերգության պատճառ դառնալ Ուստի, հիվանդի պարտքն է օգնել բժշկին՝ դրանց բացահայտման գործում Միաժամանակ նա պետք է իր զուգընկերներին հանդիսանալ և բացատրի անպայման բժշկին դիմելու կարևորությունը Հիվանդը պետք է ընկալի իր պատասխանատվության չափն այն մարդկանց առջև, որոնց հետ ունեցել է ինքին հարաբերություններ Կանխարգելիչ բուժումը, որ շատ կարճ ժամանակում կատարվում է դեղամիջոցների մի քանի ներարկումներով և ամբուլատոր պայմաններում (պոլիկլինիկայում), ոչ մի անհարմարություն չի ստեղծում, հուսալի է և ապահովում է սեռավարակներից լիարժեք պաշտպանվածությունը

Ասվածը վերաբերում է հասարակական կանխարգելիչ միջոցառումներին, որոնք ուղեկցվում են կազմակերպական և ֆինանսական կարգի որոշակի դժվարություններով, կենսագործման համար հաճախ պահանջում են պետական մոտեցում. Հասարակական կանխարգելիչ միջոցառումներին զուգահեռ բժիշկները խորհուրդ են տալիս իրականացնել նաև սեռավարակների անհատական կանխարգելում Դա իրագործվում է մաշկավեներական կամ այլ առողջապահական հիմնարկություններում, որտեղ կան մաշկավեներական բաժանմունքներ կամ կաբինետներ, կամ էլ անհատական կանխարգելման կետերում

Անհատական կանխարգելման միջոցառումները պարզ ու հասարակ են ջրով կատարվում է սեռական օրգանների լվացում, մարմնի այդ հատվածների հատուկ ախտահանիչ լուծույթով մշակում և այդ լուծույթի աննշան քանակության ներածում միզուկի մեջ: Անհատական կանխարգելում խորհուրդ է տրվում կատարել սեռական հարաբերությունից հետո առաջիկա 2 ժամվա ընթացքում, քանի որ միայն այդ ժամանակահատվածում է սեռավարակներից պաշտպանվածության արդյունավետությունը հասնում 70-80%-ի Սակայն մեթոդն իր անհարմարության և ցածր արդյունավետության պատճառով վերջին տարիներին չի կիրառվում

Պեքք է մեկընդմիջս իմանալ, որ սևաուխարակների կանխարգելման նպատակով փարքեր դեղամիջուկների, հապկապես հակաբիոսիկների գործածությունը կանխարգելի: միջուկ չէ և խստիվ արգելվում է Ընդհակառակը, դրանց պարունակով հաճախ ի հայր են գալիս հիվանդությունների քողարկված կամ դանդաղ ընթացող ձևեր, որոնք բացահայտվում են ամիսների կամ փոսիներ անց Հիվանդներն այս դեպքում վարակի աղբյուր են հանդիսանում, իսկ քրոնիկական ընթացք կրող սեռավարակների ի են յուրջ բարդություններով

Վերջին փաստանյակում ՄԻԱՎ/ՁԻԱԸ-ի փայտածման հետևանքով լայնորեն քարոզվում են պաշտպանված (սովորաբար) սեքսի սկզբունքները՝ առաջին փեղում նշելով պահպանակների կիրառումը, որպես սեռավարակների կանխարգելման ամենուսարդյունավետ միջոց Պահպանակը ոչ միայն հուսալիորեն պաշտպանում է սեռավարակներից, այլև անցանկալի հղիությունից (ուկ 24) Պահպանակների ճիշտ օգտագործման խորհուրդներն ավելի ու ավելի



Նկ. 24. Պահպանակն անթափանց է հետևյալ վարակների համար՝
ա սիֆիլիսի հարուցիչ դժգույն փրեպոնեն
բ գոնորեայի հարուցիչ գոնոկոկ
գ ՄԻԱՎ
դ սպերմատոզոիդ

հաճախ են հայտնվում սեռական լուսավորությանը և սեռավարակների կանխարգելմանը նվիրված նյութերում (նկ. 25) Հրապարակվում են պահպանակների ճիշտ օգտագործմանը վերաբերող գրքույկներ և ցուցանակներ։ Այս դեպքում սովորողներին հակաբեղմնավորիչների կամ պահպանակների ճիշտ օգտագործումը սովորեցնելը չի նշանակում նրանց մղել սեռական կյանք սկսելուն Չէ՞ որ երիտասարդները այս կամ այն ճանապարհով՝ ընկերներից, ծանոթներից, զանգվածային լրատվամիջոցներից ստանում են փեղեկություններ սեռական կյանքի, պահպանակների և այլ հարցերի վերաբերյալ։ Մեր կարծիքով, ավելի ճիշտ է, որ երիտասարդությունը գրագետ աղբյուրներից և ուսումնական դասընթացի սահմաններում սովորի ու վարժվի դրանց օգտագործման, պարասիսանարու վարքագծի և պաշտպանված սեքսի հարցերին



Նկ. 25. Սեռավարակների կանխարգելմանը նվիրված հրատարակություններ

ՎԵՐՁԱՔԱՆ

Կարծիք կա, թե սեռական դաստիարակությունի րալույապեղա-
գիտական դաստիարակության մասն Լ, որն օժանդակում Լ ֆի-
զիկական, բարոյական և հոգեբանական այն հարկությունների
ձևավորմանը, որոնք անհրաժեշտ են սեռերի փոխհարաբերու-
թյունների ընթացքում Այսինքն սեռական դաստիարակությունը
հասուն մարդուն, ընդամիքի ապագա անդամին և քաղաքայում
անհրաժեշտ սեռերի բարոյագիտական ունակությունների հիմքն Լ:
Սեռական դաստիարակության արդյունքը կախված է մի շարք
գործոններից, այդ թվում նաև ծնողների, ուսուցիչների, դաստիա-
րակների համարող ջանքերից

Սեռական լուսավորության նպատակն ավելի համեստ է, այն
է երիտասարդներին ծանոթացնել սեռերի զարգացման անարո-
միական և ֆիզիոլոգիական առանձնահատկություններին, ընդհա-
նուր ինչպես նաև սեռի և սեռական հարաբերությունների հիգիե-
նային, սեռավարակների ընթացքին և նրանց կանխարգելմանը
Ահա թե ինչու այս համալիրը լինելով նախևառաջ բժշկահոգեբա-
նական, սովորաբար լուսաբանվում է բուժաշխարհողների կողմից:

Սեռական դաստիարակությունը և լուսավորչությունը, անկաս-
կած, փոխկապակցված են և սերտորեն առնչվում են բարոյական
վարվելակերպի, աճող սերնդի ներդաշնակ զարգացման, առողջ ու
ամուր ընդամիք ձևավորելու հարցերին: Երիտասարդները սպա-
սում են գիտակ մարդկանց բարյացական և խելացի խորհուրդնե-
րի, իրենց հուզող հարցերի պատասխաններին, որոնք չպետք է
քողարկված լինեն գաղտնիքի շղարշի տակ: Որքան էլ ցավալի է,
դեռահասները, այնուամենայնիվ, միայնակ են մնում իրենց սեք-
սուալ ապրումների հետ: Մեծահասակների խնդիրն է ցրել սեռե-
րին առնչվող հարցերի ոլորտում իշխող անորոշության մշուշը, ո-
րի պատճառը հասարակության մեջ ցայսօր գոյապետող նախա-
պաշարումներն են Որոշ ծնողներ և ուսուցիչներ երեխաների հե-
տաքրքրությունը մարդկային փոխհարաբերությունների այդ ոլոր-
տի, ինչպիսին է ինտիմ հարաբերությունը, համարում են սանձար-

ձակությոն Դա թյուրիմացությոն է Պարանիների առաջադրած «նրբանկատ» հարցերը լիարժեք պատասխան են պահանջոն Դրանցից խուսափելն անիմաստ և առնվազն անպատասխանատու քայլ է

Դժվարությունները, որոնք ունենոն են դեռահասները, շրջակա աշխարհի հետ նրանց փոխհարաբերությունների բարդությունները հաճախ պարճառաբանված են այն «ֆիզիոլոգիական փոթորիկով», որը կատարվոն է նրանց օրգանիզմոն սեռական հասունացման շրջանոն: Օրգանիզմի այդ վերակառուցոնը, արտելերացիայի և ժամանակակից պայմանների հետ կապակցված, ավելի շուտ է կատարվոն Ահա թե ինչու երիտասարդներն անտեղյակ են մնոն իրենց օրգանիզմոն կատարվող փոփոխություններին:

Այդ պարճառով էլ այս գրքոն բավական մանրամասն լուսաբանված են զարգացող օրգանիզմի անատոմիական ու ֆիզիոլոգիական առանձնահատկությունները, ուշադրությոն է հարկացված այն գործոններին (ռեժիմ, սնճնական հիգիենա, սեռական կյանքի հիգիենա), որոնցով պայմանավորված է դեռահասի նորմալ զարգացոնը Չգալի տեղ է հարկացված նաև սեռավարակներին և նրանց կանխարգելմանը, ինչպես նաև անցանկալի հղիությունից և այն ուղեկցող բարդություններից խուսափելու հարցերին

Ակնհայտ է, որ գիրքը հասցեագրված է սեռական աշխարհ դեռ նոր ոտք դնող և ընտանեկան հարաբերությունների մասին դեռևս չմտածող երիտասարդներին: Դրա համար էլ փորճ է արվել կյանքի առողջ վարվելակերպի խնդիրները զուգակցել երջանիկ ամուսնության, բարեհաջող ընտանիքի ստեղծման հարցերին: Չէ՞ որ դրանք այն նպատակներն են, որոնց երիտասարդները պետք է միշտ ձգտեն դեռ պարանեկան հասակից

Սեքսուոգիական բառարան

Աբսարինենցիա - սեքսուալ- սեռական ժուժկալություն

Աբորտ - արհեստական վիժում

Աքսելերացիա - չափից արագ, ժամանակից շուտ զարգացում

Անդրոգեն հորմոններ - արական սեռական հորմոններ

Անօրգազմիա - օրգազմի բացակայություն

Բիսեքսուալություն - սեռական հակում երկու սեռերի նկատմամբ

Գինեկոմասաժիա - կրծքագեղձերի մեծացում փղամարդկանց մոտ

Գենիտալոգիա - ցավի զգացում արտաքին սեռական օրգաններում

Գերոնյոռֆիլիա - սեռական հակում մեծահասակ անձանց նկատմամբ

Դեֆլորացիա - կուսաթաղանթի խախտում (պատում)

Զոոֆիլիա - սեռական հակում դեպի անասունները

Էրեկցիա - ուղղում, լարում՝ առնանդամի կանգնում սեռական գրգռվածության ժամանակ

Էրոտիզմ - փրփանք հիվանդագին բարձր սեռական հակում

Էնդոկրին գեղձեր - ներզարիչ գեղձեր, որոնք ծորաններ չունեն եւ արտազատուկները (հորմոնները) անցնում են անմիջապես արյան մեջ (օրինակ՝ սեռական գեղձ, մակերիկամ, վահանագեղձ եւ այլն)

Էյակուլացիա - սերմնաժայթքում

Էրոզեն գոտի - մարմնի փարբեր հարվածներ, որոնց խթանումը առաջացնում է սեռական գրգռվածություն, անգամ օրգազմ

Էսպրոգեն հորմոններ - իգական սեռական հորմոններ

- Էքսիբիցիոնիզմ** - սեռական հակում մերկացված սեռական օրգանների ցուցադրում սեռական բավարարում սպանալու միտումով
- Ինցեստ** - արյունապղծում, արյունակից բարեկամների միմյանց հետ սեռական կապ (հարաբերություն), ամուսնություն
- Ինսիմ կապ** - սերտ (սեռական) հարաբերություն պայմանավորված հոգեկան եւ ֆիզիկական ստերոնությամբ
- Իմպոտենցիա** - սեռական անկարություն (անկարողություն), թուլություն
- Ինֆանտիլիզմ** - մանկականություն, ֆիզիկական ու մտավոր արիասություն
- Լակտացիա** - կրծքով կերակրում
- Լիբիդո** - հեշտամբ, կիրք, սեռական հակում
- Լեսբիական (լեսբոսյան) սեր** - կնոջ սերը, սեռական հակումը դեպի կինը (սապֆիզմ, լեսբիականություն), կանանց համասեռամոլություն
- Լուես** - սիֆիլիսի այլ անվանումը
- Լուբրիկացիա** - խոնավացում, լորձի գերարտադրում կնոջ արտաքին սեռական օրգաններում սեռական գրգռվածության ժամանակ
- Լյուսեին** - ձվարանի դեղին մարմնում արտադրվող հորմոն
- Կաստրացիա** - կտրում, ներքինացում, ամորձիների հեռացում
- Կլիպոր** - ծլիկ, կնոջ գրգռվող (երեկտիլ) սեռական օրգան համապատասխանում է փղամարդու առնանդամին
- Կլիմաքս** - փարիքավոր կնոջ կյանքի այն շրջանը, երբ ձվարանը եւ արգանդը դադարում են գործելուց
- Կոիտուս** - սեռական հարաբերություն (ակտ)
- Կոնտրացեպտիվներ** - հակաբեղմնավորիչներ, որոնք կիրառվում են հղիությունը կանխարգելելու համար
- Կոնտրացեպցիա** - հղիության կանխարգելում

- Կրիպտորիսիզմ** - գաղտնամործություն, երբ ամործին իր իջման ճանապարհին կանգ է առնում որեւէ տեղ եւ փոշտի խոռոչ չի հասնում
- Կուննիլինգուս** - կնոջ սեռական օրգանների գրգռումը լեզվով եւ շրթունքներով հաճույք պատճառելու նպատակով
- Հերերոսեքուալիզմ** - տարասեռական, հակումը հակառակ սեռին
- Հերմաֆրոդիտիզմ** - երկսեռություն (արուեգություն). միեւնույն անհատի մոտ արական եւ իգական սեռերի հատկանիշների առկայություն
- Հերպես** - վիրուսային վարակ, որն առաջացնում է սեռական օրգանների բշտիկային եւ վերքային ախտահարումներ
- Հիմեն** - կուսաթաղանթ (Հիմենեյ՝ ընդամիջի եւ ամուսնության առասպելական աստված)
- Հորմոն** - ներզատիչ գեղձերի արտազատուկ
- Հոմոսեքուալություն** - համասեռամոլություն, սեռական հակում դեպի նույն սեռ
- Մազոխիզմ** - սեռական հակում, որի ժամանակ զուգընկերներից մեկը սեռական բավարարվածություն է ստանում մյուսի պատճառած ֆիզիկական տանջանքներից
- Մասկուլինիզմ** - արականություն
- Մաստուրբացիա** - ձեռնաշարժություն, օնանիզմ
- Մաստիտ** - կրծքագեղձի թարախային բորբոքում
- Մենարխիա** - առաջին դաշտան
- Մենստրուացիա** - դաշտան, ամսական, («մենսես»- լստիներեն ամիս)
- Մենոպաուզա** - դաշտանադադար, կլիմաքս
- Մուտացիա՝ ձայնի** - դեռահասների ձայնի փոխվելը կապված սեռական հասունացման հետ
- Նարցիսիզմ** - սեռական հակում դեպի իր մարմնին՝ աուտոերոտիզմ
- Նիմֆոմանիա** - սեռական հակում չափազանց խիստ արտահայտված սեռական կրքոտություն կնոջ մոտ

- Պեղոֆիլիա** - սեռական հակում դեպի երեխաները
- Պեղեռասպիա** - սեռական հակում արվամոլություն, փղամարդու հոմոսեքսուալիզմ (փղամարդու սեռական հակումը դեպի փղամարդը)
- Պեպինգ** - երոզեն գոպիների փոխադարձ զգվանքներ զուգընկերների կողմից սեռական բավարարվածություն ստանալու նպատակով
- Պենիս** - առնանդամ
- Պոլուպիա** - երազախարություն, ինքնաբեր սերմնաժայթքում փղամարդու մոտ անկախ սեռական հարաբերությունից
- Պրոմիկոսիպեպ** - անկանոն, բազմաթիվ սեռական կապեր
- Պրոսպրասիպ** - շագանակագեղձի պրոսպրատայի ախտահարումը որոշ սեռավարակների ժամանակ
- Սեռավարակներ** - հիվանդություններ առաջացած մանրէներից, վիրուսներից եւ այլ հարույիչներից սեռական շփման ժամանակ, սեռական ճանապարհով փոխանցվող հիվանդություններ (ՍՃՓՀ)
- Սպերմա** - սերմ, փղամարդու սերմնահեղուկ
- Սպերմապոզոիդ** - արական սեռական բջիջ
- Սմեգմա** - թլփաճարպ (փղամարդու), ծլկաճարպ (կնոջ)
- Սեքսուոգիա** - սեռաբանություն
- Սեքսոպարթոլոգիա** - բժշկության բաժին, որն ուսումնասիրում է սեռական շեղումները, հիվանդությունները
- Սադիզմ** - սեռական հակում, որի ժամանակ զուգընկերներից մեկը սեռական բավարարվածության է հասնում մյուսին ֆիզիկական եւ հոգեկան փանջանքներ պատճառելիս
- Վագինիզմ** - հեշտոցի եւ կոնքի հատակի մկանների ռեֆլեկտոր կծկում, որը դժվարացնում է սեռական հարաբերությունը
- Վուայերիզմ** - սեռական հարաբերության եւ ուրիշի սեռական օրգանների դիպման հակում
- Տրիխոմոնիազ** - առավել տարածված սեռավարակ, որի հարույիչը արիտրոմոնադն է

- Տեսություն** - արական սեռական հորմոն
- Տրանսվեստիզմ** - սեռական հակում հակառակ սեռին նմանվելու եւ նրանց զգեսպները կրելու
- Տրանսսեքսուալիզմ** - սեռական հակում՝ սեռային պարկանելության եւ հակումի անձի ձգտումը պարկանելու հակառակ սեռին
- Ուրեթրա** - միզուկ
- Ուրեթրիտ** - փարբեր պարճառներից առաջացած միզուկի բորբոքում վարակներ, ազդակներ եւ այլն
- Օվուլացիա** - ձվազարում, ձվաբջջի ազարումը ձվարանի պարճուկից
- Օնանիզմ** - փես մասարուրբացիա
- Օրգազմ** - հեշարանքի զգացման գերագույն ասարիճանը սեռական հարաբերության ժամանակ
- Ֆալոպյան փող** - արգանդափող, ձվափար խողովակ
- Ֆելացիա** - առնանդամի գրգռում լեզվով եւ շրթունքներով սեռական հաճույք պարճառելու նպարակով
- Ֆեմինիզմ** - կանացիություն
- Ֆիմոզ** - թլիփի նեղացում փարբեր պարճառներից բնածին, բորբոքման եւ այլ հիվանդությունների հեփեանքով
- Ֆրիկցիա** - առնանդամի շարժումները (շփումները) սեռական հարաբերության ժամանակ
- Ֆրիգիդություն** - կնոջ սեռական սառնություն

ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

1. Թորոսյան Ա.Ա. Խորհուրդներ սեռական դաստիարակության մասին «Հայաստան», Երևան, 1971, 28
2. Խանդամիրյան Բ.Ն. Երեխաների սեռական դաստիարակությունը Հայպետրուսմանկհրաբ, Երևան, 1963, 60.
3. Հյուսյան Վ.Ռ., Աղաաարյան Ռ.Ա. Երբ թերթում ենք կյանքի փակ էջերը: «Հայաստան», Երևան, 1967, 121.
4. Միրաքյան Մ.Ե., Խանդամիրյան Բ.Ն. Առողջ անուանություն, առողջ րնբանիբ «Հայաստան», Երևան, 1983, 20.
5. Бастанджиев Р., Кабакчиева Е., Рандев П. Доверительно об интимном Москва, 1991, 95 с
6. Венерические болезни П/ред. О. Шапошникова. М, “Медицина”, 1980, 528 с
7. Вислоцкая М. Искусство любви Москва, “Советский спорт”, 1992, 64 с
8. Влади́н В., Капустин Д. Вслух о сексе и не только о нем Москва, 1989, “Знание”, 64 с
9. Влади́н В., Капустин Д. Гармония брака Челябинск, 1990, 240с
10. Влади́н В., Капустин Д. Гармония семейных отношений. Петрозаводск, “Карелия”, 1991, 335 с
11. Имелинский К. Психогигиена половой жизни М, 1983, 131 с
12. Имелинский К. Сексология и сексопатология М, 1986, 420 с.
13. Исаев Д., Каган В. Психогигиена пола у детей Л., 1986, 336 с.
14. Исаев Д., Каган В. Половое воспитание детей (медикопсихологические аспекты). Ленинград, “Медицина”, 1988, 158 с
15. Князев В. Тайна для двоих (беседы врача о психогигиене интимной жизни) Хабаровское книжное издательство, 1990, 320 с.

16. Кришталь В., Григорян С. Сексология Харьков, 1999, с 1150.
17. Колесов Д., Сельверова Н. Физиологопедагогические аспекты полового созревания М, 1978, 211 с.
18. Кон. И. Введение в сексологию. М., "Медицина", 1988, 318 с
19. Контактные инфекции, передающиеся половым путем. П/ред М Маврова Киев, "Здоровья", 1989, 384 с
20. Марьясис Е. Интимный разговор Ставропольское книжное издательство, 1990, 352 с
21. Петровский А. Проблема развития личности с позиций социальной психологии Вопрос Психол, 1984, N4, 15-19
22. Росситер Ф. Все о сексе Москва, 1990, 96 с
23. Сердюковская Г. Гигиенические аспекты воспитания и охраны здоровья подрастающего поколения М, 1980, 35 с.
24. Свядоц А. Женская сексопатология. М, 1988, 180 с
25. Скрипкин Ю., Шаранова Г., Селицкий Г. Болезни, передающиеся при половых контактах Л, "Медицина", 1985, 286 с
26. Спок Б. О жизни и любви простыми словами "Пилигрим", 1999, 240 с.
27. Тарусов А. Практическое пособие по половому воспитанию Рыбинск, 1995, 52 с
28. Шнабль З. Мужчина и женщина: интимные отношения Кишинев, 1982, 233 с
29. Якобашвили Р. Гигиеническое воспитание населения по вопросам сексуального здоровья Сов. Здравоохр, 1984, N8, с. 24-29
30. Basow S. Cultural Variations in sextyping. Sex Roles, 1984, N 7-8, p 577-581.
31. Kinsey A. Sexual Behavior in the Human Female Philadelphia, London, 1953, p 305
32. Kozakiewicz M. Sex education and adolescence in Europe. London, 1981, 305 p

33. **Penneys N.** Skin Manifestations of AIDS J B Lippincott comp Philadelphia, 1989, p 210
34. **Tieger T.** On the biological basis of sex differences in aggression Child Dev, 1980, N4, p943-948
35. **McNeill E., Gilmore C., Finger W., Lewis J., Schellstede W.** The Latex Condom, FHI, 1998, 80
36. **Morse S., Moreland A., Thompson S.** Atlas of Sexually transmitted diseases Gown Med. Publishing, N4, London, 1990, p 215

