Автор: admin
26.03.2012 12:10 -

Менархе: что врачи понимают под этим термином?

Девочки по-разному воспринимают происходящие с ними изменения в период полового созревания: одни радуются, другие стесняются. В их поведении в этот период наблюдаются две крайности. У одних девушек преобладает непомерное требование к своей внешности, самобичевание, они болезненно переживают недостатки своей внешности, у других ярко выражено кокетство. Именно в этот период очень важно, чтобы девушка трезво осознавала естественность происходящих в ней перемен, неизбежность перехода ее из одного в другое качественное состояние.

Ответ подскажет любой профессиональной справочник, поэтому мудрствовать тут не стоит. Менструация – это кровяные выделения из половых путей женщины, первый день которых знаменует собой начало нового менструального цикла. Они служат наглядным свидетельством циклических колебаний концентрации половых гормонов в кровяном русле, которые вызывают ритмические изменения функций всех органов и систем женского организма. Первая менструация носит особое название – **менархе**. В медицине считается среднестатистически правильным, если первая менструация или менархе наступает в возрасте двенадцати- четырнадцати лет, продолжается от трех до семи дней и при этом организм девушки теряет не более 150 мл крови. Все остальное, выходящее за приведенные обычные рамки – повод задуматься.

Если вы считаете, что менархе приходит к вам иначе, чем это происходило с вашей мамой, то вы заблуждаетесь: за многие тысячи лет изменилось только осознание девушками своей первой менструации и отношение женщин к тому, что переживают дочери. Нет больше в современном обществе ни обрядов инициации, связанных с переменой социального статуса девушки в связи с приходом менархе, ни других каких-либо мероприятий, отмечающих переход девочки в мир женщин, общество будущих матерей, продолжательниц рода. К моему великому сожалению, в наше время девочка все чаще остается наедине со своим расцветающим телом, чего никогда не было раньше. И встреча с новыми ощущениями способна ее напугать, быть непонятной, неожиданной, болезненной физически и душевно. Неправильные действия и поступки девочки способны усложнить ее дальнейшую взрослую жизнь. Печально, но факт.

Подобная ситуация отнюдь «не заслуга» нашего времени, современной машинерной цивилизации. Циклические изменения концентрации половых гормонов – это главное, что отличает женщину детородного возраста от мужчины. И столь наглядная демонстрация непохожести с каменного века наделяла женщин в глазах общества сверхъестественными, колдовскими возможностями. Но трактовались они в различные

времена и в разных странах по-разному. Одни народы считали менструальную кровь целительной, обладающей защитными свойствами, а саму менструирующую женщину способной вызвать дождь или ураган, погубить саранчу и спасти урожай. Менархе отмечали как общинный праздник. Другие верили в то, что она несет зло, и ожидали только всяческого вреда в период месячных. И для профилактики изолировали женщину от общества на весь период цикла. Но в любом случае женщина, и особенно девушка с приходом менархе не оставались наедине с собой и возможными проблемами со здоровьем. По-моему, это было правильно.

Современное общество не так уж и далеко ушло от представлений своих предков. Почитайте «женские» форумы на эту тему, и вы обязательно встретитесь с ответами, гласящими, что менструация – это когда организм избавляется в одних случаях от «лишней», в других – от «отслужившей» и даже «гнилой» (!) крови. Многие юные девушки не оценивают менархе как переход к иное физиологическое состояние, дарующее новые возможности, а с затаенным страхом ожидают ухудшения здоровья, болезней, стыдятся своего положения. А это уже прямая дорога к развитию психосоматических заболеваний, способных нарушить детородную функцию организма. Недаром специалисты дружно утверждают, что период менархе – это зона особого риска для здоровья. И требует особого отношения, уж если не общества в целом, то родных и близких людей.

А что мы имеем в жизни? Увы, должен констатировать, что, несмотря на явный прогресс общества, отношение к менархе, менструации и женщине, которая без них немыслима, мало изменился с древнейших времен. В скудости достоверной информации кроется немалая, хотя и не основная вина многих бед с сегодняшними девочками и женщинами. Как же с ними справиться? В знании наша сила!

Резюме:
1. Менархе – это первая менструация, свидетельство возрастной гормональной перестройки организма и начала «взрослой» жизни. Со всеми обязанностями.
2. Как правило, менархе наступает в возрасте 12-14 лет и длится от трех до семи дней.
3. Потери крови не должны превышать 150 мл в сутки.
4. Не стоит бояться того, чего не избежать и стесняться того, что естественно. Не будете комплексовать – будете здоровы!

Автор - **Алексей Садов**
Источник