

## قاعدگی

قاعدگی و سیکل‌های آن قسمت بزرگی از زندگی زنان را تشکیل می‌دهد. اگر شما فکر کنید، می‌بینید که متوسط زنان شروع به قاعدگی می‌کنند وقتی که حدود دوازده سال دارند و این موضوع تا حدود پنجاه سالگی در آنان ادامه می‌یابد، تجربه نشان می‌دهد که معمولاً پر بود قاعدگی پنج روز در هر بیست و هشت روز است، بنابراین زنان هفت سال از عمرشان را در قاعدگی می‌گذرانند. بعلاوه بعضی از جنبه‌های سیکل قاعدگی، در زندگی روزمره زنان بمدت سی سال یا بیشتر، نقش بازی می‌کند. در نتیجه، سیکل‌های قاعدگی زنان نقش مهم و عمده‌ای در زندگی سکسی آنها و شریکانشان بازی می‌کند

در جوامع پیشرفته، مخالفت‌های عمومی علیه قاعدگی زنان و نشانه‌های آن پدیدار شده است. چرا مردم نسبت به قاعدگی افکار و دید بد دارند؟ ما اغلب از آنچه که آنرا نمی‌فهمیم، هراس داریم. این گمان وجود دارد که زنان می‌توانند که خونریزی بکنند، در یک دوره بیست و هشت روزه مانند ماه، بدون اینکه در آنها نشانه‌ای از بیماری باشد و با کسی جنگ کرده باشند. داناترین‌های ما هم هنوز دقیقاً نمی‌دانند که علت این عادت بدن زن چیست. بوی خون می‌تواند توجه حیوانات گروختخوار گرسنه را به خود جلب کند، بنابراین زنان در دوران قاعدگی در معرض خطر حمله حیوانات گروختخوار قرار دارند. شاید در اثر همین موضوع، زنان حاضر در فعالیتهای گروهی شرکت داده نشوند. خون قاعدگی اغلب دارای صفت سحرآمیز بنظر می‌رسد. با توجه به اینکه بعضی از مردم با زنان حاضر آمیزش می‌کنند، قاعدگی در زنان باید یک امر طبیعی و نشانه سلامتی زن و مرد باشد

در اینجا موارد عجیب و نادری در مورد قاعدگی بیان می‌کنم. در نبود لامپ‌های ساخت بشر، سیکل قاعدگی زنان آنها را با فاز ماه همخوان می‌کند. در اینصورت، وقتی که ماه کامل است تخمک گذاری اتفاق می‌افتد و قاعدگی در زمانی که ماه جدید شروع به کامل شدن می‌شود، شروع می‌شود. زمانی که با یکدیگر زندگی می‌کنند می‌توانند بوسیله یک امر شیمیایی که با عرق خود انجام می‌دهند، پر بود قاعدگی خود را با دیگری همخوان کنند. یک مطالعه این را نشان می‌دهد که اگر یک زن بصورت منظم و با قاعده عرق خود را در زیر بینی زن دیگری بمالد، پر بود قاعدگی زن دوم بعد از سه ماه با زن اول یکسان می‌شود، حتی اگر دو زن با یکدیگر تماس فیزیکی نداشته باشند. وقتی که یک زن تخمک گذاری می‌کند، حس بینایی و بویایی او پیشرفت می‌کند و حس تشخیص او بهتر می‌شود. در زمان قاعدگی، زنان مستعدترند که از پوستشان جوشهایی بیرون بزنند. همچنین در این زمان آنها استعداد بیشتری برای عفونت‌های مهلی دارند. در زمان قاعدگی، نفس بعضی از زنان کمی بوی پیاز می‌دهد که آن منسوب است به نفس قاعدگی. در حالی که معمولاً ما قادریم که نتایج پایانی جالب آنرا ببینیم، ما کاملاً همه جنبه‌های ضاهری قاعدگی در زنان را نمی‌فهمیم

در بعضی از فرهنگ‌ها مردان در یک حرکت سمبلیک برای اینکه قاعدگی را نشان بدهند، قسمتی از آلت‌های تناسلی خود را می‌برند که این کار باعث جاری شدن خون از آنها می‌شود. مردان بومی استرالیا با بریدن زیر مجرای ادراری خود در طول کل آلتشان و باز کردن آنها از یکدیگر، بصورت سمبلیک مانند لبه‌های فرج را بوجود می‌آورند که باعث نمایش سمبلیک قاعدگی می‌شود و در برخی موارد این کار را بیش از یکبار انجام می‌دهند

قاعدگی چیست؟ ترشحات قاعدگی بیشتر شامل خون هستند که حدود دو سوم آن را تشکیل می‌دهد. یک سوم باقیمانده شامل مخاط، باقیمانده استر رحمی و سلول‌هایی از استر فرجی است. خونی که در قاعدگی وجود دارد جدای از خونی است که در بدن زن گردش دارد، در آن آهک زیادی وجود دارد و توانایی لخته شدن هم ندارد و به همین دلیل است که به راحتی از مسیر رحم عبور کرده و به خارج از بدن جریان پیدا می‌کند، بدون آنکه لخته و منعقد بشود. من فکر می‌کنم وقتی که خون از بدن خارج می‌شود، آهک باعث می‌شود که خون متلاشی بشود و لخته نگردد. همچنین ممکن است جانوران ریز میکروسکوپی در خون قاعدگی وجود داشته باشند که اگر آنها توسط این خون از رحم خارج نشوند، باعث بوجود آمدن بیماری در بدن زن بشوند. بعضی از این موجودات ریز میکروسکوپی در بدن مردان هم وجود دارند که آنها نیز در اثر انزال منی خارج می‌شوند. قاعدگی نشانه مثبتی است از توانایی یک زن برای شروع زندگی جدید در دنیای ما است

تنها جنبه منفی قاعدگی اینست که آن باعث مسائلی می‌شود که در کیفیت زندگی اثر می‌گذارند. از آنجائیکه ترشحات قاعدگی و خون که شامل موادی هستند که کمک به ادامه زندگی می‌کنند، موجودات میکروسکوپی زنده می‌توانند از آنها برای زندگی و تولید مثل خود استفاده کنند. این به آن معنی است که بعضی از میکروبهایی بیماری‌زای بالفعل در ترشحات حاصل از قاعدگی رشد و تولید مثل می‌کنند. بعضی از باکتری‌هایی که لزوماً مضر هم نیستند، وقتی که به مقدار زیادی وجود داشته باشند، می‌توانند بوی مشخصی را ایجاد کنند. باکتری‌های بیماری‌زا، بمنظور اینکه توسعه پیدا کنند و بو از خود ساطع کنند، نیاز به موادی چون زمان، گرما، رطوبت و مواد غذایی دارند. این موارد را از این باکتری‌های بیماری‌زا دور کنید تا نتوانند برای زندگی شما خطری بوجود بیاورند

اگر خیلی سریع ترشحات قاعدگی را از بدن خود دور کنید و محل‌های آلوده را خوب بشوئید و خشک کنید، بو و تولید مثل میکروبهایی بیماری‌زا نمی‌تواند رخ بدهد. اگر ترشحات قاعدگی با بدن زن و یا شریکش تماس پیدا بکند ولی خوب خشک بشود، نمی‌تواند باعث ریسک در سلامتی هیچکس بشود. اگر هم آن بر روی حوله و یا تخت خواب کتانی چکیده بشود ولی در اثر رطوبت تبخیر شود نیز مشکلی بوجود نمی‌آورد. این موضوع برای وقتی که تامپونی در فرج گرم و مرطوب برای مدتها بماند و یا اینکه این ترشحات بر روی پلاستیکی برای ساعتها باقی بماند، صادق نیست. بدن زن به بهترین نحو کار می‌کند، وقتی که اعضای بدن وظایف خود را بطور طبیعی انجام دهند

اگر یک زن قبول کند که در هنگام حیض بودن سکس نکند و یا با شریک داشته باشد، او باید بپذیرد که این کار خیلی کثیف است. در اکثر جوامع، زنان در هنگامی که کثیف و نا پاک هستند اجازه سکس به کسی را نمی‌دهند. آنها نباید که لباس‌های خود را لکه دار کنند و مایع‌های بدن خود را بر روی قسمتهای شرمگهیشان بیاندازند. زنان باید همیشه تمیز، پاکیزه و عاری از مایع‌های بدن خود باشند. پسران و مردان می‌توانند شلخته و کثیف باشند، اما زنان و دختران نباید چنین باشند