



◦ Домашняя медицинская энциклопедия ◦

Здоровье женщины – основа жизни
Внимание: опасные симптомы!

Современный
взгляд на женские
болезни

красота

Народная
медицина

рекомендует

Новейшие методы диагностики и лечения
Астрология женского здоровья

+ Любовь

Религия и бесплодие

«Хороший»
и «плохой»
стресс

Плюсы и минусы контрацепции

+ секс =

Особенности женского оргазма

= Здоровье Женщины

Уникальная книга для каждой семьи от издательства АНС – создателя самых популярных энциклопедий в России, тираж которых превысил 5 000 000 экземпляров

ББК 92
П 517

Составление, оформление и подготовка Домашней медицинской энциклопедии серии «Исцеление человека» «Здоровье женщины» осуществлены ООО «Издательский дом АНС», г. Москва, 2007.

Главный редактор	Непокойчицкий Г.А. профессор, академик Российской инженерной академии
Ответственный редактор	Самохина Е.Б.
Составление	Балакирев Г.В., Гончарова М.Г., Наумова О.Ю., Самохина Е.Б., Чумакова Р.В., Ястребов А.В.
Научная редакция	доктор мед. наук Гринин Л.П., кандидат биол. наук Губанов И.А. кандидат биол. наук Чумакова А.В.
Редакция текста	Балакирев Г.В., Гончарова М.Г., Дивакова Н.Н. Наумова О.Ю., Самохина Е.Б., Ястребов А.В.
Корректор	Дивакова Н.Н.
Художественное оформление	Дмитриева М.А.
Техническая редакция	Озеров А.Ю., Смирнова В.Н.
Техническое оформление	Анохина Г.В., Васильева Е.Е., Попова Е.А., Смирнова В.Н.

П 517 **Домашняя медицинская энциклопедия. Исцеление человека. Здоровье женщины** / Гл. редактор Г.А. Непокойчицкий. — М.: АНС:АСТ:Астрель, 2007 — 592 с.: ил.

Часть 1. Особенности женского организма. Часть 2. Развитие женского организма. Часть 3. Астрология женского здоровья. Часть 4. Как быть здоровой. Часть 5. Любовь, секс и здоровье. Часть 6. Планирование семьи. Часть 7. Опасные симптомы. Часть 8. Гинекологические заболевания. Часть 9. Бесплодие. Часть 10. Болезни груди. Часть 11. Заболевания мочевыделительной системы. Часть 12. Заболевания, передаваемые половым путем. Часть 13. Психоневрологические расстройства. Часть 14. Проблема насилия.

Эта энциклопедия из серии «Исцеление человека» посвящена здоровью женщины, ее анатомическим, физиологическим и психологическим особенностям, проблемам ее организма и различным способам их решения. В ней собраны воедино и систематизированы данные современных медицинских и психологических исследований, большое внимание уделено природе возникновения различных заболеваний, как физических, так и душевных. Не отступая от традиций нашего издательства наряду с методами лечения, применяемыми официальной медициной, мы предлагаем вниманию читателей рецепты из богатого опыта народного целительства, молитвы православным святым, а также старинные заговоры знахарей.

Книга выходит за рамки чисто медицинской тематики. Ведь в нашей жизни все взаимосвязано, счастливая и несчастная любовь, радости и проблемы секса, неудачи и успехи на работе, эмоции и переживания — все оказывает влияние на женское здоровье. Не оставлены без внимания и астрологические аспекты профилактики и лечения заболеваний, воздействие Космоса на их течение и развитие.

Книга предназначена для широкого круга читателей: для женщин, которые хотят сохранить здоровье и интерес к жизни до глубокой старости, и для мужчин, которые хотят быть счастливыми и принести счастье своим близким.

ISBN
ISBN

© ООО «Издательский дом АНС», 2007
Репродуцирование (воспроизведение) данного издания и его частей любым способом без договора с ООО «Издательский дом АНС» запрещается, считается противоправным и преследуется по закону.

«Издательский дом АНС»
121352 Москва, а/я 135
Тел.: (495) 413-3456; 8-916-835-2794; факс: (495) 415-1755.
E-mail: info@ans-newmed.ru

СОДЕРЖАНИЕ

стр.

К ЧИТАТЕЛЮ	3
ВВЕДЕНИЕ	4
ЧАСТЬ 1	
ОСОБЕННОСТИ ЖЕНСКОГО ОРГАНИЗМА	7
Введение	8
Глава 1.1. Гормоны в нашей жизни	9
§ 1.1.1. Эндокринные железы и их роль	9
§ 1.1.2. Механизм обратной связи	13
§ 1.1.3. Гормоны и нервная система	14
Глава 1.2. Половая система	14
Наружные женские половые органы	14
Внутренние женские половые органы	15
Глава 1.3. Мочевыделительная система	19
Почки	19
Мочеточники	20
Мочевой пузырь	20
Мочеиспускательный канал	21
Глава 1.4. Строение и функции груди	21
ЧАСТЬ 2	
РАЗВИТИЕ ЖЕНСКОГО ОРГАНИЗМА	23
Введение	24
Глава 2.1. От зачатия до полового созревания	25
§ 2.1.1. Пренатальный период развития	25
§ 2.1.2. Пол ребенка и ошибки при его определении	27
Генетический пол	27
Гонадный пол	28
Гражданский пол	29
Ошибки при определении пола ребенка	29
§ 2.1.3. Аномалии строения половых органов	30
Гермафродитизм	30
Сращение малых половых губ	30
Другие аномалии строения половых органов	31
§ 2.1.4. Физическое развитие ребенка	31

	стр.
Глава 2.2. Превращение в женщину	35
§ 2.2.1. Пубертатный период	35
Гормональная перестройка	35
Изменение внешности	36
Изменения в половых органах	37
§ 2.2.2. Менструальный цикл	38
Подготовка к первой менструации	38
Первая менструация	38
Овуляция и менструальный цикл	39
§ 2.2.3. Патологии строения и развития половых органов	42
Позднее половое созревание	42
Преждевременное половое созревание	42
Синдром Тернера	43
Гипертрофия малых половых губ	43
Заращение девственной плевы	43
Глава 2.3. Расцвет женственности	43
§ 2.3.1. Взрослая женщина	43
§ 2.3.2. Изменения в организме женщины в связи с началом половой жизни и родами	45
Глава 2.4. Климакс	47
§ 2.4.1. Второй переходный возраст	47
§ 2.4.2. Патологии климактерического периода	49
Преждевременная менопауза	49
Функциональные нарушения в период пременопаузы	50
Климактерический синдром	50
Органические изменения и функциональные нарушения в постклимактерический период	51
§ 2.4.3. Как помочь организму	51
Будьте оптимисткой	51
Гормонозаместительная терапия	53
Народная медицина рекомендует	55
ЧАСТЬ 3	
АСТРОЛОГИЯ ЖЕНСКОГО ЗДОРОВЬЯ	57
Введение	56
Глава 3.1. Сила и слабости знака Солнца	59
§ 3.1.1. Предрасположенность к заболеваниям	59
§ 3.1.2. Астрологическая связь между различными органами и системами	66

Глава 3.2. Влияние Луны	68
§ 3.2.1. Ваш лунный знак Зодиака	69
§ 3.2.2. Лунная предрасположенность к функциональным нарушениям	70
§ 3.2.3. Черная и Белая Луна	73
Лилит	73
Селена	74
ЧАСТЬ 4	
КАК БЫТЬ ЗДОРОВОЙ	75
Введение	76
Глава 4.1. Физическая активность — основа здоровья	77
§ 4.1.1. В какой вы физической форме?	77
Есть ли у вас лишний вес	77
Какой у вас пульс	79
Определите свой психотип	81
§ 4.1.2. Заряд бодрости	82
Не вставая с постели	82
Зарядка в душе	83
На цыпочках или на полусогнутых... ..	84
Производственная гимнастика	85
§ 4.1.3. Хорошая осанка	86
Приосаньтесь	86
Чтобы спина не болела	88
§ 4.1.4. Развитие гибкости	90
§ 4.1.5. Очень важная мышца	92
§ 4.1.6. Плюсы и минусы спорта	94
Немного истории	94
Спорт и красота	96
Спорт и физиология	97
Глава 4.2. Гигиена	99
§ 4.2.1. Чистота — залог здоровья	99
Здоровая кожа	99
Гигиена тела	100
§ 4.2.2. Интимная гигиена	102
Ежедневный уход	102
Гигиена во время менструации	103
§ 4.2.3. Запах женщины	104
Запахи манящие и отталкивающие	104
Средства борьбы с запахами	106

	стр.
Народная медицина рекомендует	107
Парфюмерия	109
Глава 4.3. Питание	110
§ 4.3.1. Что такое правильное питание?	110
Система рационального питания	111
Вегетарианство	113
Раздельное питание (система Шелтона)	114
Чудо голодания (система Поля Брэгга)	115
Система Естественного Оздоровления (д-ра Шаталовой) ..	116
Макробиотика (теория Жоржа Осавы)	117
Питание по звездам	117
Группа крови и рацион	122
Железы-диктаторы (теория Джея Купера)	125
Питание по православным канонам	126
§ 4.3.2. Диетомания	127
Почему мы полнеем	127
Причины худобы	129
Полная победа над жиром — поражение организма	130
Синдром ложной надежды	131
§ 4.3.3. Не впадайте в крайности	132
Правильно ли питались наши предки?	132
Есть надо с удовольствием	133
Эксперименты на людях	133
Если вы собираетесь стать мамой	134
С чего начать	134
§ 4.3.4. Авитаминоз	135
§ 4.3.5. Пищевые добавки	139
Дополнение к ежедневному рациону	139
Красители, консерванты и другие химические добавки ..	141
§ 4.3.6. Проблемы пищеварения	143
Изжога	143
Отрыжка	144
Икота	145
Метеоризм	146
Пищевое отравление	148
Отравление грибами	150
Отравление алкоголем и его суррогатами	152
Несварение (диспепсия)	154
Тошнота	155
§ 4.3.7. Нарушения пищевого поведения	156
Анорексия	156
Булимия	157

Глава 4.4. В гармонии с собой и с миром	158
§ 4.4.1. Труд и отдых	158
Труд создал человека	158
Работать, чтобы жить — или жить, чтобы работать?	160
Выберите свой вид отдыха	161
§ 4.4.2. О пользе оптимизма	162
Негативное и позитивное мышление	164
Как стать оптимисткой	165
Глава 4.5. Как справиться со стрессом	171
§ 4.5.1. Роль стресса в нашей жизни	171
Борьба за выживание и путь к свободе	171
Стрессовый механизм в действии	172
Стресс как способ поддержания равновесия	173
Заложники прогресса	173
Виды стрессов	174
Женщина и стресс	175
Упражнения и приемы, помогающие преодолеть стресс ..	179
§ 4.5.2. Психологическая подготовка к операции	180
Не бойтесь докторов	181
Умейте выбирать	182
Думайте только о хорошем	182
Подготовка к операции	183
§ 4.5.3. Синдром хронического переутомления	186
§ 4.5.4. Краснота и усталость глаз	190
§ 4.5.5. Упадок сил	192
Причины упадка сил и способы его преодоления	192
§ 4.5.6. Синдром дальнего перелета	195
§ 4.5.7. Как победить хандру	196
Способы борьбы с депрессией	197
Глава 4.6. Умеете ли вы расслабляться	201
§ 4.6.1. Приемы релаксации	201
Медитация	201
Метод доктора Якобсона	202
Принцип Александера	203
Метод физиологической релаксации Митчелла	203
Пассивное нервно-мышечное расслабление	204
§ 4.6.2. Психотренинг	205
Сделайте паузу	205
Программируйте себя на удачу	206
Система аутотренинга	207

	стр.
Глава 4.7. Сон	208
§ 4.7.1. Стадии сна	208
§ 4.7.2. Сколько времени нужно спать?	209
§ 4.7.3. Нарушения сна	210
Причины нарушений сна	210
Как спать, чтобы выспаться	211
Народная медицина рекомендует	212
§ 4.7.4. Храп	214
§ 4.7.5. Бруксизм	215
§ 4.7.6. Синдром беспокойных ног	216
ЧАСТЬ 5	
ЛЮБОВЬ, СЕКС И ЗДОРОВЬЕ	217
Введение	218
Глава 5.1. Влюбленность и несчастная любовь	219
§ 5.1.1. Что такое счастливая любовь	219
Рождение любви	219
Утверждение любви	220
Гармоничная дружба	221
§ 5.1.2. Что такое несчастная любовь	221
Глава 5.2. Секс в жизни женщины	223
§ 5.2.1. Половой акт	224
Фаза возбуждения	224
Фаза плато	226
Фаза оргазма	226
Фаза расслабления	227
§ 5.2.2. Особенности женского оргазма	227
Пик чувственного удовольствия	227
Виды оргазма	228
Мужчины так не могут	228
§ 5.2.3. Секс для здоровья	229
Глава 5.3. Совместимость половых партнеров	230
§ 5.3.1. Психологическая совместимость	231
§ 5.3.2. Астрологическая совместимость	232
Группа Огня	232
Группа Земли	234
Группа Воды	236
Группа Воздуха	238

§ 5.3.3.	Физическая совместимость	240
	Сексапильность и сексуальность	240
	Сексуальный отбор	241
	Совпадаете ли вы в размерах	243
	Аллергия на мужчину	244
Глава 5.4.	Два полюса сексуальности	244
§ 5.4.1.	Фригидность	244
	Истинная фригидность	245
	Гипопитуитаризм	245
	Малая возбудимость	245
	Временная фригидность	246
	Ложная фригидность	246
§ 5.4.2.	Отвращение к половой жизни	246
§ 5.4.3.	Нимфомания	247
	Истинная нимфомания	248
	Псевдонимфомания	248
	Демонстративный тип женщины	248
Глава 5.5.	Проблемы сексуального удовлетворения	249
§ 5.5.1.	Аноргазмия	249
§ 5.5.2.	Симуляция оргазма	250
§ 5.5.3.	Гипероргазмия	251
Глава 5.6.	Психофизиологические проблемы сексуальной жизни	252
§ 5.6.1.	Боль при половом сношении	252
§ 5.6.2.	Вагинизм	253
Глава 5.7.	Психосексуальные нарушения	254
§ 5.7.1.	Нетипичное сексуальное поведение	254
	Гомосексуализм	254
	Бисексуализм	256
	Транссексуализм	257
§ 5.7.2.	Сексуальные девиации (отклонения)	258
	Трансвестизм	258
	Садизм	259
	Мазохизм	260
	Нарциссизм	261
	Эксгибиционизм	262
	Фетишизм	263
	Зоофилия	264

ЧАСТЬ 6	
ПЛАНИРОВАНИЕ СЕМЬИ	267
Введение	268
Глава 6.1. Плюсы и минусы контрацепции	269
§ 6.1.1. Физиологические методы контрацепции	269
Календарный метод	270
Метод базальной температуры	270
Метод шеечной (цервикальной) слизи	271
§ 6.1.2. Механические методы	272
Презервативы	272
Диафрагма и шеечный колпачок	272
Прерывание полового акта	273
§ 6.1.3. Химические способы	274
§ 6.1.4. Гормональные контрацептивы	275
Оральные контрацептивы	275
Экстренная контрацепция («на следующее утро»)	277
Инъекционные гормональные препараты длительного действия	277
Подкожные имплантанты	278
§ 6.1.5. Внутриматочные средства (ВМС)	278
§ 6.1.6. Стерилизация	281
Перевязка, прижигание	281
Удаление матки	282
§ 6.1.7. Народная медицина рекомендует	282
Глава 6.2. Прерывание беременности (аборт)	282
§ 6.2.1. Методы искусственного аборта	283
Хирургический аборт	284
Медикаментозный аборт	285
§ 6.2.2. Осложнения при абортах	286
Инфекция	286
Остаточная плодная ткань	287
Кровотечение	287
Повреждение кишечника или матки	288
Смертность при абортах	288
§ 6.2.3. Психологические и нравственные аспекты аборта ...	289
§ 6.2.4. Народная медицина рекомендует	291
ЧАСТЬ 7	
ОПАСНЫЕ СИМПТОМЫ	293
Введение	294

	стр.
Глава 7.1. Боль	295
§ 7.1.1. Боль в животе	299
«Острый живот»	300
Болевые симптомы при гинекологических заболеваниях ..	301
Другие вероятные причины боли в животе	302
§ 7.1.2. Боль в груди	306
Боли в молочной железе	306
Боли в грудной клетке и области сердца	308
§ 7.1.3. Боль в пояснице	310
Глава 7.2. Выделения	313
§ 7.2.1. Выделения из половых органов	313
§ 7.2.2. Выделения из груди	314
Глава 7.3. Кожные высыпания	315
Первичные элементы	315
Вторичные элементы	316
Вероятные причины высыпаний	317
Глава 7.4. Потеря сознания	322
Обморок	322
Кома	323
ЧАСТЬ 8	
ГИНЕКОЛОГИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ	325
Введение	326
Глава 8.1. Гинекологическое обследование	327
§ 8.1.1. Гинекологический анамнез	328
§ 8.1.2. Гинекологический осмотр	328
§ 8.1.3. Диагностические процедуры	330
Глава 8.2. Нарушения менструального цикла	333
§ 8.2.1. Предменструальный синдром (ПМС)	333
§ 8.2.2. Альгоменорея	338
§ 8.2.3. Гипоменорея	340
§ 8.2.4. Гиперменорея и меноррагия	342
§ 8.2.5. Полименорея	345
§ 8.2.6. Олигоменорея	346
§ 8.2.7. Ановуляторный (однофазный) цикл	348
§ 8.2.8. Аменорея	349
§ 8.2.9. Патологические маточные кровотечения	352

Глава 8.3. Инфекционные заболевания женских половых органов	354
§ 8.3.1. Вагинит	354
§ 8.3.2. Вульвит и вульвовагинит	355
§ 8.3.3. Бартолинит	359
§ 8.3.4. Сальпингит	359
§ 8.3.5. Оофорит	360
§ 8.3.6. Аднексит	361
§ 8.3.7. Параметрит	362
§ 8.3.8. Эндоцервицит	363
§ 8.3.9. Эндометрит	363
§ 8.3.10. Туберкулез женских половых органов	364
Глава 8.4. Патологии органов малого таза	365
§ 8.4.1. Киста	365
§ 8.4.2. Синдром поликистоза яичников	366
§ 8.4.3. Апоплексия яичника	367
§ 8.4.4. Эндометриоз	368
§ 8.4.5. Эрозия шейки матки	370
§ 8.4.6. Опущение и выпадение матки и влагалища	371
Глава 8.5. Доброкачественные опухоли женских половых органов	373
§ 8.5.1. Миома матки	373
§ 8.5.2. Фибромиома матки	374
§ 8.5.3. Фиброма матки	374
§ 8.5.4. Кистомы яичника	376
§ 8.5.5. Полипы шейки и тела матки	377
§ 8.5.6. Народная медицина рекомендует	378
Глава 8.6. Злокачественные опухоли женских половых органов	380
§ 8.6.1. Рак вульвы	380
§ 8.6.2. Рак влагалища	381
§ 8.6.3. Рак шейки матки	382
§ 8.6.4. Рак матки	384
§ 8.6.5. Рак яичников	385
§ 8.6.6. Рак фаллопиевых труб	387
§ 8.6.7. Народная медицина рекомендует	387
ЧАСТЬ 9	
БЕСПЛОДИЕ	391
Введение	392

	стр.
Глава 9.1. Причины бесплодия и способы его лечения . . .	393
§ 9.1.1. Нарушение овуляции	394
§ 9.1.2. Патология маточных труб	396
§ 9.1.3. Патология шейки матки	397
§ 9.1.4. Мужское бесплодие	397
§ 9.1.5. Народные средства от женского бесплодия	399
Глава 9.2. Искусственное оплодотворение	401
Глава 9.3. Религия и проблема бесплодия	402
§ 9.3.1. Плодородие и плодовитость	402
§ 9.3.2. Проблема бесплодия в различных религиозных традициях	404
Древнегреческие культы	404
Иудаизм	404
Христианство	405
ЧАСТЬ 10	
БОЛЕЗНИ ГРУДИ	407
Введение	408
Глава 10.1. Самообследование	409
Опасные симптомы	410
Глава 10.2. Доброкачественные заболевания молочной железы	410
§ 10.2.1. Мастит	411
§ 10.2.2. Мастопатия	416
§ 10.2.3. Фиброаденома	420
§ 10.2.4. Боль в молочной железе	421
§ 10.2.5. Кисты молочной железы	421
§ 10.2.6. Выделения из соска	422
Глава 10.3. Злокачественные опухоли молочных желез . . .	422
§ 10.3.1. Факторы риска	423
§ 10.3.2. Типы рака молочной железы	424
§ 10.3.3. Народная медицина рекомендует	427
ЧАСТЬ 11	
ЗАБОЛЕВАНИЯ МОЧЕВЫДЕЛИТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ	429
Введение	430
Глава 11.1. Общая характеристика заболеваний мочевыделительной системы	431

Глава 11.2. Наиболее распространенные у женщин заболевания мочевыделительной системы	434
§ 11.2.1. Цистит	434
§ 11.2.2. Пиелонефрит	438
§ 11.2.3. Недержание мочи	440

ЧАСТЬ 12

ЗАБОЛЕВАНИЯ, ПЕРЕДАВАЕМЫЕ ПОЛОВЫМ ПУТЕМ445

Введение	446
--------------------	-----

Глава 12.1. Бактериальные инфекции447

§ 12.1.1. Сифилис	447
Врожденный сифилис	449
§ 12.1.2. Гонорея	450
§ 12.1.3. Мягкий шанкр	452

Глава 12.2. Вирусные инфекции453

§ 12.2.1. Цитомегаловирусная инфекция	453
§ 12.2.2. Генитальный герпес	454
§ 12.2.3. Остроконечные кондиломы	457
§ 12.2.4. Синдром приобретенного иммунодефицита (СПИД)	458

Глава 12.3. Возбудители – простейшие микроорганизмы и грибки461

§ 12.3.1. Трихомоноз	461
§ 12.3.2. Генитальный кандидоз	463
§ 12.3.3. Уреаплазмоз	466
§ 12.3.4. Микоплазмоз	467
§ 12.3.5. Хламидиоз	468

ЧАСТЬ 13

ПСИХОНЕВРОЛОГИЧЕСКИЕ РАССТРОЙСТВА471

Введение	472
--------------------	-----

Глава 13.1. Что есть психика?473

§ 13.1.1. Психическая деятельность	473
Сознание и бессознательное	473
Эмоции	474
§ 13.1.2. Тревожные симптомы	475
Неврозы	475
Расстройства характера и личности	476
Психосоматические расстройства	476

Посттравматические стрессовые расстройства	476
Зависимость от психоактивных веществ	477
Расстройства пищевого поведения	477
Психосексуальные расстройства	477
Суицидальное поведение	478
Психозы	478
§ 13.1.3. Что делать?	479
К какому врачу обращаться?	479
Помощь оказывает Церковь	480
Глава 13.2. Неврозы	481
§ 13.2.1. Общая характеристика неврозов	481
Теория неврозов Зигмунда Фрейда	481
Объяснение неврозов Эриха Фромма	482
§ 13.2.2. Истерия	483
Синдром Мюнхгаузена	485
Вытеснение из сознания мыслей, воспоминаний, чувств	485
§ 13.2.3. Неврастения	487
§ 13.2.4. Психастения, или невроз навязчивых состояний	487
Тревожный невроз	488
Фобический невроз	488
§ 13.2.5. Народная медицина рекомендует	490
Глава 13.3. Психосоматозы	494
§ 13.3.1. Взаимодействие психического и физического	494
§ 13.3.2. Синдром Брике	496
§ 13.3.3. Ипохондрия	497
Глава 13.4. Суицидальное поведение	498
Виды суицидального поведения	500
Автоэвтаназия	500
Глава 13.5. Зависимость от психоактивных веществ	503
§ 13.5.1. Алкоголизм	503
§ 13.5.2. Наркомания	511
§ 13.5.3. Табакокурение	513
Действие табака	514
Борьба с курением	515
ЧАСТЬ 14	
ПРОБЛЕМА НАСИЛИЯ	517
Введение	518

	стр.
Глава 14.1. Изнасилование	519
§ 14.1.1. Насильники и жертвы	520
§ 14.1.2. Как избежать сексуального насилия	522
§ 14.1.3. Опасные ситуации в «опасном» возрасте	524
Похищение и насилие на улице	524
Подростковое насилие	525
Насилие в общественном транспорте	526
§ 14.1.4. Провоцирование к изнасилованию	528
Глава 14.2. Сексуальное насилие без применения физической силы	528
§ 14.2.1. Сексуальное домогательство	528
Приставание на работе	528
Сексуальные домогательства в учебном заведении	530
§ 14.2.2. Взрослые «игры» с детьми и подростками	531
Секс с несовершеннолетними	531
Развратные действия	531
Методы защиты ребенка от насилия	532
Если это произошло	533
Глава 14.3. Насилие в семье	534
§ 14.3.1. «Бьет — значит любит»	534
Не выходите замуж за драчунов	535
Терпеть или уйти	536
Если вы стали жертвой домашнего насилия	537
Если вы решили обратиться в суд	538
§ 14.3.2. Насилие — не метод воспитания	540
Физическое насилие	540
Психологическое насилие	541
§ 14.3.3. Инцест	542
Причины инцеста	543
Отношение к инцесту в христианстве	544
Молчание детей	545
Заключение. Что же делать?	547
Предметный указатель	553
Библиография	576

ГЛАВА 1.1. ГОРМОНЫ В НАШЕЙ ЖИЗНИ

Гормоны (от греч. *hormao* – «приводить в движение, возбуждать») – биологически активные вещества, выделяемые железами внутренней секреции – эндокринными.

По своему составу гормоны различны. Одни состоят из белков, представляющих собой цепи аминокислот различной длины, другие – из продуктов их распада, третьи – из жироподобных веществ (стероидов), образованных из холестерина. Все они регулируют ход, интенсивность и специфику процессов, протекающих в организме. Еще их называют химическими носителями информации.

Гормоны отличаются избирательностью воздействия. Поступая в кровь, гормон влияет лишь на один определенный орган, клетки которого содержат особые рецепторы, считывающие информацию, на основе которой регулируется его функция.

Значение гормонов для здоровья человека очень велико. От состояния и функционирования эндокринной системы зависят практически все процессы, протекающие в нашем организме. Гормоны действуют на генетический аппарат клеток, контролируют процессы обмена веществ, роста, умственного и психического развития, обеспечивают приспособляемость человека к меняющимся условиям внешней и внутренней среды.

§ 1.1.1. ЭНДОКРИННЫЕ ЖЕЛЕЗЫ И ИХ РОЛЬ

Эндокринные железы (от греч. *endo* – внутри, *krino* – выделять) представляют собой органы, которые продуцируют гормоны и выделяют их в кровь (см. рис. 1). Эти железы не имеют выводящих протоков, то есть работают исключительно внутри организма. По специфике функций эндокринные железы можно разделить на центральные и периферические. Центральные железы выполняют функцию регуляторов деятельности желез периферических.

Центральными железами являются *гипоталамус*, *гипофиз* и *эпифиз*. К периферическим относят *щитовидную* и *паращитовидную железы*, *надпочечники*. *Поджелудочная* и *вилочковая железы*, *яичники*, *плацента* (в период беременности) – также органы внутренней секреции, совмещающие эндокринную функцию с другими своими функциями. Существуют и отдельные не сгруппированные воедино эндокринные клетки в составе тканей различных органов. Они все вместе образуют *диффузную эндокринную систему*.

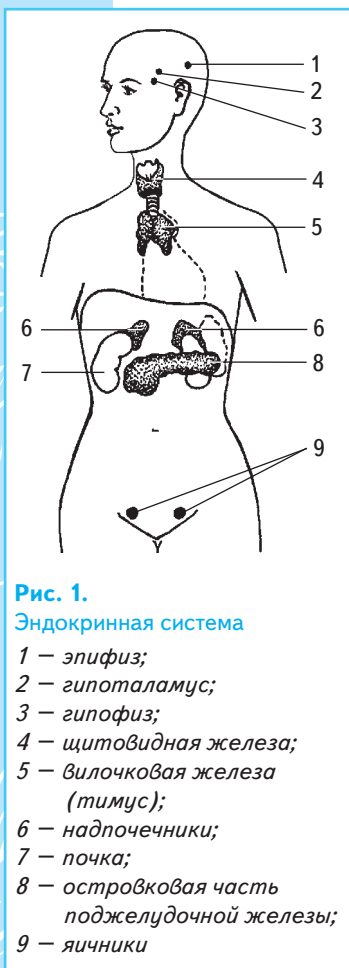


Рис. 1.
Эндокринная система

- 1 — эпифиз;
- 2 — гипоталамус;
- 3 — гипофиз;
- 4 — щитовидная железа;
- 5 — вилочковая железа (тимус);
- 6 — надпочечники;
- 7 — почка;
- 8 — островковая часть поджелудочной железы;
- 9 — яичники

Эпифиз (шишковидная железа) — небольшой непарный орган весом около 0,2 г, расположен в головном мозге. Роль эпифиза в организме до конца пока неясна, хотя есть данные о том, что он вырабатывает мелатонин, определяющий пигментацию, и гонадотропные гормоны, влияющие на развитие яичников. Кроме того известно, что эпифиз обладает светочувствительностью и реагирует на такие явления, как, например, смена дня и ночи. Древние римляне считали эпифиз центром души человека. Кстати, у женщин он больше, чем у мужчин.

Гипоталамус — «командный» центр эндокринной системы, расположенный в головном мозге, усиливает или подавляет гормональную активность тесно связанного с ним гипофиза. Он контролирует температуру тела, чувство жажды, голода, водный баланс и половую функцию.

Гормоны, производимые гипоталамусом

→ Релизинг-гормоны, или либерины (тиреолиберин, гонадолиберин, кортиколиберин, соматолиберин, пролактолиберин) стимулируют выработку гормонов другими железами.

→ Гормоны-ингибиторы, или статины (соматостатин, пролактостатин) подавляют выработку гормонов другими железами.

Гипофиз — орган головного мозга, называемый «дирижером гормонального оркестра». По команде гипоталамуса вырабатывает гормоны, стимулирующие гормональную деятельность многих желез внутренней секреции.

Гипофизарные гормоны

- Тиротропин стимулирует деятельность щитовидной железы.
- Адренокортикотропный гормон влияет на деятельность надпочечников.
- Фолликулостимулирующий и лютеинизирующий гормоны влияют на эндокринную деятельность яичников.
- Пролактин стимулирует выработку молока.
- Соматотропин влияет на рост.
- Окситоцин способствует сократительной деятельности гладких мышц матки.
- Антидиуретический гормон (вазопрессин) стимулирует процесс реабсорбции (обратного всасывания) воды в почечных трубочках.



ках, уменьшая таким образом диурез — количество мочи, выделяемой в сутки.

Щитовидная железа представляет собой две доли, соединенные между собой перешейком. Железа находится в передней области шеи.

Гормоны, вырабатываемые щитовидной железой

- **Тироксин** и **трийодотиронин** — йодсодержащие гормоны — стимулируют метаболизм в клетках, влияют на белковый, углеводный обмен, повышают уровень сахара в крови, способствуют росту.
- **Кальцитонин** — усиливает всасывание кальция в кишечнике и способствует его выведению с мочой.

Паращитовидные железы — погруженные в щитовидную железу четыре небольших образования, производят **паратгормон**, увеличивающий уровень кальция в организме и являющийся антагонистом кальцитонина. Низкий уровень кальция в крови вызывает повышение производства паратгормона. Этот гормон мобилизует выход кальция из костей, тормозит секрецию мочи в почках, увеличивает всасывание кальция из кишечника, тем самым повышая уровень кальция в крови.

Вилочковая железа — находится за верхней частью грудины, является важным органом лимфосистемы (особенно в детстве), стимулирует развитие лимфоидной ткани и производство лимфоцитов.


Надпочечники — две железы расположенные над верхушками почек, состоят из наружного (кора) и внутреннего (мозговое вещество) слоев.

Гормоны, вырабатываемые корой надпочечников

- **Кортизол** повышает кровяное давление, усиливает метаболизм углеводов, жиров и белков, повышает уровень сахара в крови.
- **Андрогены** — мужские половые гормоны, присутствующие в женском организме — усиливают рост, увеличивают мышечную массу, способствуют росту волос на теле.
- **Эстрогены** компенсируют нехватку поступающих из яичников женских гормонов, особенно в климактерический период.
- **Альдостерон** контролирует реабсорбцию (обратное всасывание) натрия и калия в почках, усиливает всасывание натрия в кишечнике, снижает его потерю с потом.

Гормоны, вырабатываемые мозговым веществом надпочечников

- **Норадреналин** повышает кровяное давление и уровень сахара в крови, способствует оттоку крови от кишечника к мышцам, повышает потоотделение и выработку энергии.

- 
- *Адреналин* увеличивает частоту сердечных сокращений, повышает уровень сахара в крови, угнетает желудочно-кишечную перистальтику, вызывает расширение бронхов, усиливает метаболизм гликогена и жира при стрессе.

Поджелудочная железа — орган пищеварительной системы и одновременно железа внутренней секреции. Эндокринную функцию выполняют секреторные клетки. Они сгруппированы в островки, производящие гормоны, которые регулируют углеводный и липидный обмен.

Гормоны, вырабатываемые поджелудочной железой

- *Инсулин* участвует в превращении сахара в гликоген в печени и тканях при повышении его уровня в крови. Уменьшает использование организмом жиров.
- *Глюкагон* при понижении уровня сахара в крови способствует обратному превращению гликогена в глюкозу и выходу ее из печени и тканей в кровь.
- *Соматостатин* предотвращает слишком сильные колебания уровня сахара в крови, подавляя пищеварительную активность.

Кишечные железы — органы внутренней секреции, расположенные в слизистой оболочке кишечника, производят множество гормонов, которые влияют на процесс пищеварения и работу кишечника.

Гормоны, вырабатываемые кишечными железами

- *Холецистокинин* отвечает за сокращение и опорожнение желчного пузыря.
- *Энтерогастрон* тормозит секреторную и моторную деятельность желудка.
- *Гастрин* вызывает усиление секреции желудочного и панкреатического сока.
- *Секретин* стимулирует внешнесекреторную деятельность поджелудочной железы.

Эндокринные клетки почек вырабатывают *ренин*, который при понижении давления стимулирует выработку почками *ангиотензина* — белка плазмы крови, являющегося в свою очередь стимулятором производства альдостерона корой надпочечников. Последний (как было указано выше) способствует всасыванию натрия, повышая кровяное давление.

Яичники (гонады) — парные женские половые железы, расположены в глубине малого таза с двух сторон по бокам от матки. От их секреторной деятельности напрямую зависят многие процессы в организме. Гор-

моны яичников влияют на половое созревание, рост, развитие, старение, беременность и лактацию.

Гормоны, вырабатываемые яичниками

- *Эстроген* влияет на развитие и формирование женских первичных и вторичных половых признаков.
- *Прогестерон* отвечает за подготовку внутренней оболочки матки к внедрению в нее яйцеклетки, а также за выработку молочными железами молока.

§ 1.1.2. МЕХАНИЗМ ОБРАТНОЙ СВЯЗИ

Недостаток или избыток хотя бы одного гормона в организме негативно влияет практически на все процессы в нем, что может повлечь за собой серьезные последствия для здоровья. Например, недостаточная выработка гипофизом лютеинизирующего и фолликулостимулирующего гормонов приводит к аменорее, регрессу вторичных половых признаков и даже к бесплодию. Уменьшение адренокортикотропина провоцирует недостаточность надпочечников с характерными для нее слабостью, нарушением сопротивляемости к стрессу и инфекциям. Превышающая норму выработка в женском организме мужских гормонов способствует появлению волос на лице и груди, увеличению мышечной массы, огрубению голоса.



При нормальных условиях работы эндокринной системы избыточному или недостаточному синтезу гормонов препятствует механизм обратной связи, цепь регуляторных процессов (см. рис. 2).

Синтезируемый в клетке гормон поступает в кровь, с которой переносится к тканям. Происходит связывание с рецепторами клеток органа, и затем, после передачи информации, следует ответная реакция органа-мишени. Иными словами, к источнику гормона — эндокринной железе — поступает информация о том, что следует приостановить либо (что реже) усилить его синтез. Таким образом наш организм регулирует деятельность эндокринной системы, управляя циклическими процессами.



§ 1.1.3. ГОРМОНЫ И НЕРВНАЯ СИСТЕМА

Очевидна связь гормонов и с нейропсихическими реакциями. Например, от уровня в крови глюкозы зависит ощущение голода и сытости, половое поведение зависит от уровня в крови половых гормонов и т.д. Вегетативная нервная система регулирует работу эндокринных желез, а гормоны, выделяемые эндокринными железами, влияют, в свою очередь, на ход многих нейропсихических процессов. Благодаря хорошо развитому кровоснабжению и лимфооттоку, вырабатываемые эндокринными железами гормоны незамедлительно поступают в кровь. Несмотря на это информация с помощью гормонов передается все же в десятки раз медленнее, чем нервные импульсы, поэтому эндокринная система отвечает только за те процессы, для запуска которых требуется время. Реакции же нервной системы на внешние раздражители значительно быстрее. Информация в виде электроимпульсов моментально передается от одной клетки к другой. Нервная и эндокринная системы вместе образуют единый механизм управления человеческим организмом.

ГЛАВА 1.2. ПОЛОВАЯ СИСТЕМА

Любой организм от простейшего до самого совершенного, каким можно считать человека, имеет функцию репродукции, то есть размножения. Без этого не может существовать ни один биологический вид. Уже внутриутробно у человеческого зародыша формируется половая железа, из которой развиваются зачатки мужского или женского пола. Женские половые органы подразделяются на наружные (см. рис. 3) и внутренние (см. рис. 4 и 5).

Наружные женские половые органы

К наружным женским половым органам (или вульве) относят: лобок, большие и малые половые губы, преддверие влагалища, клитор, наружное отверстие мочеиспускательного канала, бартолиновы железы и девственную плеву.

Лобок — самый нижний участок передней брюшной стенки, кожа которого покрыта волосами.

Большие половые губы — две складки кожи, содержащие соединительную ткань и ограничивающие с боков половую щель.

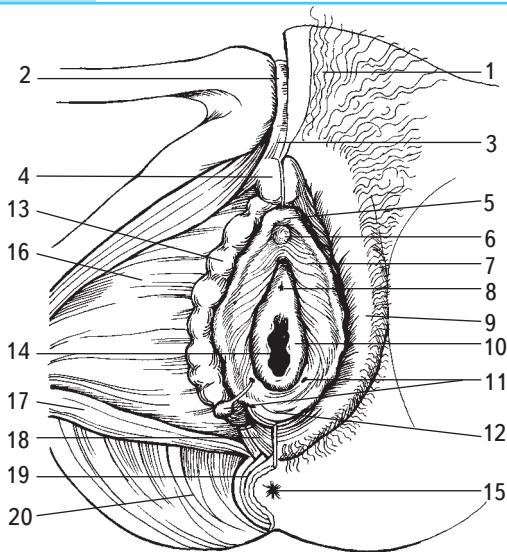


Рис. 3.
Наружные женские половые органы

- 1 — лобок;
- 2 — лобковое сращение;
- 3 — подвешивающая связка клитора;
- 4 — основание клитора;
- 5 — капюшон клитора;
- 6 — головка клитора;
- 7 — малые половые губы;
- 8 — наружное отверстие мочеиспускательного канала;
- 9 — большие половые губы;
- 10 — остатки девственной плевы;
- 11 — бартолинова железа и ее отверстие;
- 12 — уздечка малых половых губ;
- 13 — пещеристое тело;
- 14 — влагалище;
- 15 — анус

Мышцы женских половых органов

- 16 — внутренняя поперечная мышца промежности;
- 17 — наружная поперечная мышца промежности;
- 18 — луковично-губчатая мышца;
- 19 — наружный сфинктер ануса;
- 20 — поднимающая мышца ануса

Малые половые губы — две складки кожи, расположенные кнутри от больших половых губ и содержащие сальные железы.

Преддверие влагалища — щелевидное пространство между малыми половыми губами.

Клитор располагается в передней части преддверия и образован пещеристыми телами, сходными по строению с пещеристыми телами мужского полового члена. В половом возбуждении женщины клитор играет исключительно важную роль.

Наружное отверстие мочеиспускательного канала находится между клитором и входом во влагалище.

Бартолиновы железы, называемые еще *большими железами* преддверия выделяют секрет, который увлажняет слизистую оболочку малых губ и преддверие влагалища.

Девственная плева — складка слизистой оболочки между наружными и внутренними половыми органами.

Внутренние женские половые органы

К внутренним половым органам относятся яичники, маточные трубы, матка и влагалище (см. рис. 4 и 5). Яичники и маточные трубы часто называют *придатками* матки. Внутренние женские половые органы являются местом оплодотворения яйцеклетки, развития и изгнания зародыша.



Яичник — парная женская половая железа, расположенная в малом тазу по обеим сторонам от матки (см. рис.4). В яичниках развиваются женские половые клетки — *яйцеклетки*. Кроме того, яичник является одной из важных желез внутренней секреции. Деятельность яичника зависит от возраста женщины и функционального состояния организма в целом.

Яичник с одной стороны свободно и подвижно соединен с маткой собственной связкой, с другой стороны прикреплен связками к боковой стенке таза. Яичник имеет короткую брыжейку (посредством которой он прикреплен к широкой связке матки) и покрыт особым эпителием. На разрезе яичников видны графовы пузырьки, или *фолликулы*, в которых находятся половые клетки. В зависимости от стадии развития фолликулы имеют различную величину. Созревший фолликул лопается (происходит овуляция), яйцеклетка попадает в полость брюшины, откуда поступает в маточную трубу.

Маточная труба (фаллопиева) — представляет собой парный проток (яйцевод), по которому яйцеклетка с поверхности яичника проходит в полость матки. Правая труба обычно длиннее левой. В трубе различают несколько частей: отдел трубы, заключенный в стенке матки, — маточная часть; суженный отдел трубы — перешеек; расширенный отдел (почти половина всей трубы) — ампула, заканчивающаяся воронкой с бахромчатым краем и открывающаяся в полость брюшины.

Другой конец трубы открывается в полость матки. Если оплодотворенная яйцеклетка задерживается в трубе, например при ее воспалении, наступает внематочная беременность (трубная беременность). Стенка трубы состоит из соединительной, мышечной тканей и слизистой оболочки. Слизистая оболочка с одной стороны переходит в слизистую оболочку матки, с другой стороны примыкает к оболочке брюшной полости. Это создает опасность проникновения инфекции через женские половые органы в полость брюшины.

Матка — полый мышечный орган (см. рис. 4). Расположена между мочевым пузырем (лежит спереди матки) и прямой кишкой (сзади от нее). Во время беременности матка является местом, где развивается плод. В матке различают дно, тело, перешеек и шейку. Матка обычно имеет грушевидную форму, верхняя часть образует ее дно. Полость тела матки на разрезе имеет форму треугольника, в верхние углы которого открываются устья маточных труб, в нижний угол — внутреннее отверстие канала шейки матки.

Стенка матки состоит из трех слоев: *слизистой оболочки (эндометрия)*, *мышечной оболочки (миометрия)*, *серозного (брюшинного) покрова (периметрия)*.

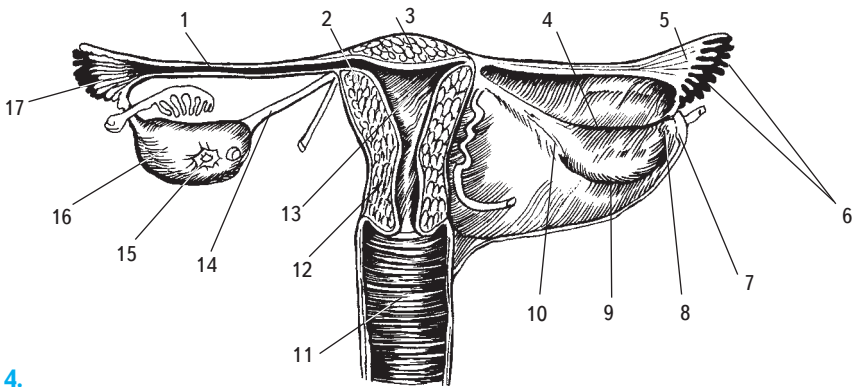


Рис. 4.

Внутренние женские половые органы

- 1 – маточная труба;
- 2 – тело матки;
- 3 – дно матки;
- 4 – брыжеечный край;
- 5 – воронка маточной трубы;
- 6 – бахромки трубы;
- 7 – яичниковая бахромка;
- 8 – трубный конец;

- 9 – свободный край;
- 10 – маточный конец;
- 11 – влагалище;
- 12 – шейка матки;
- 13 – полость матки;
- 14 – собственная связка яичника;
- 15 – пузырчатый яичниковый фолликул;
- 16 – яичник;
- 17 – брюшное отверстие маточной трубы

При беременности матка увеличивается и меняет свою форму за счет роста количества и размеров мышечных волокон. После родов матка постепенно уменьшается, почти достигая прежней величины.

Матка фиксируется в тазу при помощи брюшины, связок и мышц тазового дна. Брюшина покрывает переднюю и заднюю поверхности матки, переходя на боковые поверхности, и образует широкую связку матки, в свободной верхней части которой располагаются маточные (фаллопиевы) трубы.

В шейке матки различают:

- *влагалищную часть, выступающую в просвет влагалища и поэтому доступную осмотру гинеколога с помощью зеркал;*
- *надвлагалищную часть, расположенную выше и недоступную непосредственному осмотру;*
- *зев – отверстие шейки матки, форма и размеры которого изменяются в процессе роста и развития женского организма;*
- *канал шейки матки, который имеет веретенообразную форму, его внутренняя поверхность выстлана слизистой оболочкой с многочисленными складками.*

Слизистая оболочка матки ритмически изменяется в соответствии с менструальным циклом и проходит три фазы, следующие одна за другой. В детородном возрасте она трансформируется под влиянием гормонов яичников: в первые 10–12 дней после менструации утолщается, в последующие 10–12 дней разрыхляется, ее железы становятся извитыми и начинают вырабатывать секрет (подготавливается