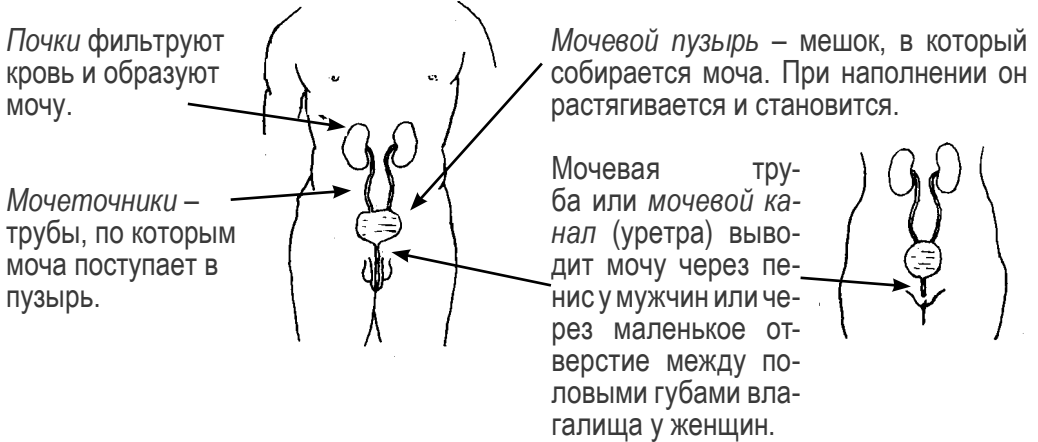


# МОЧЕВАЯ СИСТЕМА И ПОЛОВЫЕ ОРГАНЫ

ГЛАВА

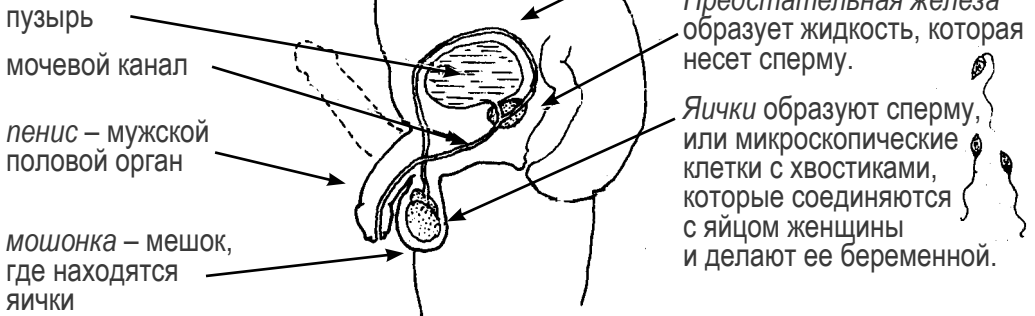
# 18

**Мочевая система** или тракт служит организму, удаляя остаточный материал из крови и выводя его из организма в виде мочи:

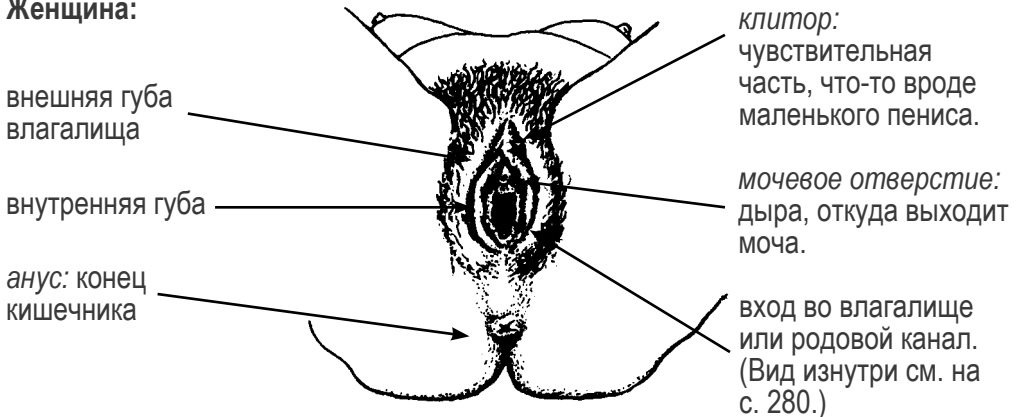


**Гениталии** – половые органы.

## Мужчина:



## Женщина:



## ПРОБЛЕМЫ МОЧЕВОГО ТРАКТА

Существует много различных расстройств мочевого тракта. Не всегда легко говорить о них по отдельности. Одна и та же болезнь может проявлять себя по-разному у мужчин и у женщин. Некоторые из этих болезней несерьезны, в то время как другие могут быть очень опасными. Опасная болезнь может начаться с очень легкого симптома. Часто трудно идентифицировать эти расстройства правильно, просто посмотрев в эту книгу. Могут понадобиться специальные знания и проверки. Когда возможно, обращайтесь за советом к работникам здравоохранения.

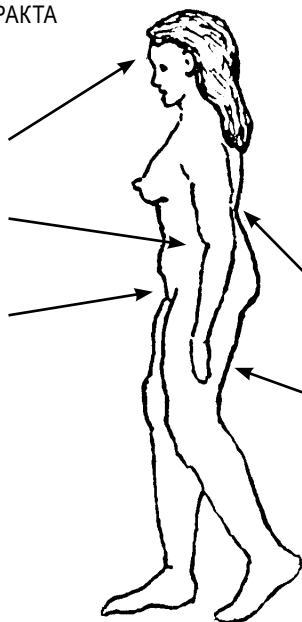
Обычные **проблемы с мочеиспусканием** включают:

1. Инфекции мочевыделительного тракта. Они наиболее распространены у женщин. (Иногда они начинаются после полового контакта, но могут и в другое время, особенно во время беременности).
2. Камни в почках или в мочевом пузыре.
3. Заболевание простаты (трудности с мочеиспусканием, вызванные увеличением предстательной железы; обычны у пожилых мужчин).
4. Гонорею или хламиду (инфекционные болезни, распространяемые половым путем, которые часто вызывает трудности или боль при мочеиспускании).
5. В некоторых частях света шистосомоз – самая распространенная причина появления крови в моче. Это обсуждается вместе с другими глистными инфекциями (см. с. 146).

### Инфекции Мочевого Тракта

*Признаки:*

- Иногда жар, озноб или головная боль.
- Иногда боль в боку.
- Болезненные и частые позывы к мочеиспусканию.
- Недержание мочи (особенно касается детей).
- Моча может быть мутной или красноватой (кровянистой).
- Иногда такое ощущение, что пузырь опорожнен не до конца.
- Иногда боль внизу спины (почки).
- Иногда боль отдается в ноги.
- В тяжелых случаях (заболевание почек) могут опухать ноги и лицо.



Многие женщины страдают от инфекций мочевой системы. У мужчин их гораздо меньше. Иногда единственные симптомы – это **болезненное мочеиспускание и частые позывы к нему**. Другие обычные признаки – **кровь в моче и боль внизу живота**. Боль в средней или нижней части спины, часто отдающая под ребра, и жар указывают на более серьезную проблему.

*Лечение:*

- **Пейте побольше воды.** Многие легкие инфекции мочевой системы можно вылечить простым питьем воды в большом количестве. Выпивайте по крайней мере 1 стакан каждые 30 минут в течение трех-четырех часов и привыкните пить как можно больше воды. (Но если больной не может мочиться или у него отекло лицо и руки, он не должен пить много воды).
- Если больному не становится лучше от того, что он пьет много воды, или у него жар, ему следует принять таблетки ко-тримоксазола или другие сульфаниламиды (с. 358), ампициллин (с. 353) или тетрациклин (с. 356). Обратите особое внимание на дозу и меры предосторожности. Чтобы полностью остановить инфекцию, возможно следует принимать лекарство в течение 10 дней и больше. Очень важно **продолжать пить много воды, пока вы принимаете эти лекарства**, особенно сульфаниламиды.
- Если больному не стало лучше, обращайтесь к врачу.



## КАМНИ В ПОЧКАХ ИЛИ В МОЧЕВОМ ПУЗЫРЕ:

*Признаки:*

- Первые признаки – это частая острая и сильная боль внизу спины, в боку, или нижней части живота, или у мужчин в основании пениса.
- Иногда мочевой канал закупорен так, что больному тяжело мочиться – или вообще не может. Или иногда капли крови выходят тогда, когда больной начинает мочиться
- Может быть инфекция в моче в это же время.

*Лечение:*

- ◆ Точно такое же, как при инфекциях, описанных выше.
- ◆ Дайте еще аспирин или другое болеутоляющее и противосудорожное средство (с. 380).
- ◆ Если вы не можете помочиться, попробуйте сделать это лежа. Иногда это помогает, потому что камень откатывается назад и освобождает проход в мочевой канал.
- ◆ В тяжелых случаях обратитесь к врачу. Иногда необходимо хирургическое вмешательство.

## УВЕЛИЧЕНИЕ ПРЕДСТАТЕЛЬНОЙ ЖЕЛЕЗЫ:

Состояние это бывает у мужчин, которым за 40 лет. Вызывается оно опуханием предстательной железы, которая находится между мочевым пузырем и мочевым каналом (уретрой).

- Человеку трудно мочиться, а иногда он и не может. Моча только капает капельками или полностью блокируется. Иногда человек не может помочиться несколько дней.
- Если у человека температура, то это признак инфекции.

*Лечение увеличенной предстательной железы:*

- ◆ Если человек не может помочиться, ему следует попытаться сделать это, сидя в тазу с теплой водой, как показано на картинке: Если это не помогает, нужно использовать катетер (с. 239).
- ◆ Если у него жар, нужно принять антибиотики такие, как ампициллин (с. 353) или тетрациклин (с. 356).
- ◆ Обратитесь за медицинской помощью. Серьезные и хронические случаи могут потребовать хирургического вмешательства.

*Примечание:* Как простата, так и гонорея (или хламидиоз) может вызвать трудности с мочеиспусканием. У пожилых людей более вероятно увеличение предстательной железы. Но у молодых людей – особенно если недавно был половой контакт с больным человеком – возможна гонорея или хламидиоз.

## БОЛЕЗНИ, ПЕРЕДАВАЕМЫЕ ПОЛОВЫМ ПУТЕМ (ВЕНЕРИЧЕСКИЕ БОЛЕЗНИ)

На следующих страницах мы обсудим некоторые обычные болезни, распространяемые при сексуальных контактах: **гонорея, хламидиоз, сифилис, бубон**. СПИД – новая опасная болезнь – и некоторые венерические болезни, которые вызывают болячки на половых органах (**половой герпес, половые бородавки и мягкий шанкр**) – обсуждаются в Приложении 2 (см. с. 399-403).

### Гонорея (триппер) и Хламидиоз

Эти болезни обычно передаются при половом контакте и у них одинаковые ранние признаки. Часто бывает так, что у больного в одно и то же время и гонорея, и хламидиоз, поэтому нужно лечить обе болезни.

*Признаки:*

У мужчин:



У женщин:



- Боль или трудности с мочеиспусканием.
- Капли гноя из пениса.
- Иногда болезненно опухшие яички.

#### После недель или месяцев:

- Болезненные опухоли в одном или обоих коленях, лодыжках или в кистях или многие другие проблемы.
- Сыпь или болячки по всему телу.
- Он может стать стерильным (не сможет сделать женщину беременной).

- Сначала никаких симптомов (она может чувствовать слабую боль, когда мочится, или иметь небольшие выделения из влагалища).
- Если беременная женщина с гонореей не лечится перед родами, инфекция может попасть в глаза ребенка и сделать его слепым (см. с. 221).

#### После недель или месяцев:

- Боль в нижней части живота (воспаление тазовых органов, с. 243).
- Менструальные проблемы.
- Она может стать стерильной.
- Проблемы мочеиспускания (с. 235).

У мужчин первые признаки появляются от 2 до 5 дней (или до 3 недель и больше) после полового контакта с инфицированным человеком. У женщин признаки могут появляться через недели или месяцы. Но человек, у которого нет признаков, может заразить других через несколько дней после того, как он был инфицирован.

*Лечение:*

- ◆ В прошлом гонорее обычно лечили пенициллином. Но сейчас во многих местах болезнь стала устойчивой к пенициллину, поэтому надо применять другие антибиотики. Лучше воспользоваться местными советами о том, какие лекарства эффективнее и доступнее в вашей местности. Лекарства для лечения гонореи и хламиды представлены на с. 360. Если капание и боль не проходят через 2-3 дня после начала лечения, значит гонорея может сопротивляться этому лекарству или у больного хламиды.
- ◆ Если у женщины гонорея или хламиды, а также жар и боль внизу живота, у нее возможно воспаление тазовых органов (см. с. 243).
- ◆ Каждый, кто имел половой контакт с больным гонореей или хламидой, должен лечиться, особенно жены тех мужей, которые заразились. Даже если у жены не видны признаки, она может быть инфицирована. Если она не будет лечиться одновременно с мужем, она снова может его заразить.
- ◆ Защищайте глаза всех новорожденных детей от хламиды или гонореи, которые ведут к слепоте (см. с. 379). О лечении смотри на с. 221.

**Осторожно:** Человек, у которого гонорея или хламиды, может иметь и сифилис, сам не зная об этом. Иногда лучше заранее провести полный курс лечения от сифилиса, потому что лечение гонореи и хламиды может предупредить первые симптомы сифилиса, **но не может вылечить болезнь.**

О профилактике болезней, передаваемых половым путем, см. на с. 239.

## Сифилис

Сифилис – распространенная и опасная болезнь, которая передается от одного человека к другому при половом контакте.

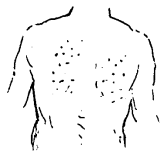
*Признаки:*

- Обычно первый признак – язвы, называемые шанкром. Они появляются через 2-5 недель после полового контакта с человеком, у которого сифилис. Шанкр может выглядеть как угорь, волдырь или открытая язва. Он обычно появляется на половых органах у мужчины или у женщины (реже на губах, пальцах, анусе или во рту). В такой язве полно микробов, которые легко переходят к другому человеку. **Язва обычно безболезненная, а если она внутри влагалища, то женщина может и не знать об этом – но она легко может заразить других людей.**
- Язвы сохраняются несколько дней, а затем проходят сами без лечения. **Но болезнь продолжает распространяться по всему телу.**



- Спустя недели или месяцы, начинается воспаление горла, легкий жар, язвы во рту или опухают суставы. Или любой из этих признаков может появиться на коже:

болезненная сыпь или  
"угри" по всему телу



круглые рубцы (как  
крапивница)



зудящая сыпь на  
руках и ногах



Все эти признаки обычно проходят сами по себе, а тогда человек думает, что у него все прошло – но болезнь продолжается. **Без адекватного лечения сифилис может поразить любую часть тела, вызывая болезни сердца, паралич, безумие и многие другие проблемы.**

*Осторожно:* Если появилась какая-то странная сыпь или несколько дней или недель не пропадают угри или язвы на половых органах – это может быть сифилис. Обращайтесь к врачу.

*Лечение сифилиса:* (Для полного выздоровления необходимо полное лечение.)

- ◆ Если признаки появились и присутствуют меньше 1 года, введите 2.4 миллиона единиц бензатин пенициллина сразу. Введите по половине дозы в каждую ягодицу (см. с. 353). Люди, у которых аллергическая реакция на пенициллин, могут принимать тетрациклин по 500 мг 4 раза в день в течение 15 дней.
- ◆ Если признаки присутствуют больше 1 года, вводите 2.4 миллиона единиц бензатин пенициллина – по половине в каждую ягодицу - раз в неделю в течение 3 недель, до общего количества 7.2 миллиона единиц. Если аллергия на пенициллин, принимайте тетрациклин по 500 мг 4 раза в день в течение 30 дней.
- ◆ Если есть любое подозрение на сифилис, немедленно обращайтесь к работнику здравоохранения. Возможно, потребуется анализ крови. Даже если его нельзя сделать, больной должен лечиться в любом случае.
- ◆ Каждый, у кого был половой контакт с больным сифилисом, должен лечиться, особенно мужья или жены тех, кто знает, что заражен.

*Примечание:* Беременные или кормящие матери, у которых аллергическая реакция на пенициллин, могут принимать эритромицин в тех же дозах, как и тетрациклин (см. с. 356).

О предупреждении сифилиса смотри на следующей странице.

## БУБОН: РАЗРЫВ ЛИМФОУЗЛОВ В ПАХУ (ЛИМФОГРАНУЛЕМА ВЕНЕРИЧЕСКАЯ)

*Признаки:*

- **У мужчин:** Большие темные опухоли в паху, которые открываются, выбрасывая гной, рубцуются и открываются снова.
- **У женщин:** Лимфоузлы такие, как у мужчин. Или болезненные, мокнущие язвы в анусе.

*Лечение:*

- ◆ Обратитесь к работнику здравоохранения.
- ◆ Давайте взрослым 250 мг капсулы тетрациклина, по 2 капсулы 4 раза в день – 14 дней.
- ◆ Избегайте половые контакты пока все язвы полностью не излечатся.

*Примечание:* Бубоны в паху могут быть признаком мягкого шанкра (см. с. 403).



### КАК ПРЕДУПРЕДИТЬ БОЛЕЗНИ, ПЕРЕДАВАЕМЫЕ ПОЛОВЫМ ПУТЕМ

1. **Будьте осторожны с теми, с кем вы занимаетесь сексом:** Любой, кто вступает в половую связь с множеством различных людей, может заразиться этими болезнями. Особенно опасны проститутки. Чтобы избежать инфекции, имейте только одного надежного партнера по сексу. Если вы вступаете в половой контакт еще с кем то, **всегда пользуйтесь презервативом.** (Применение презерватива помогает предупредить распространение венерических болезней, но это тоже не совсем полная защита.)
2. **Начинайте лечение сразу:** Очень важно, чтобы все люди, инфицированные венерическими заболеваниями, сразу же лечились и не заражали других. Не имейте половых контактов ни с кем, пока не пройдет 3 дня после окончания лечения. (К сожалению, еще нет эффективных лекарств от СПИДа.)
3. **Сообщите другим людям, если они нуждаются в лечении:** Когда человек узнает, что у него или у нее венерическая болезнь, он должен сообщить об этом тем, с кем он имел половой контакт, чтобы они могли лечиться тоже. Особенно важно, чтобы мужчина сказал об этом женщине, потому что она, не зная о болезни, может передать болезнь другим людям и заразить своих детей, которые могут ослепнуть, а сама она со временем станет бесплодной и очень больной.
4. **Помогайте другим:** Настаивайте на том, чтобы ваши друзья, у которых болезнь, принимали лечение сразу и избегали половых контактов до тех пор, пока не вылечатся.

### КАК И КОГДА ПРИМЕНЯТЬ КАТЕТЕР (РЕЗИНОВУЮ ТРУБКУ ДЛЯ ВЫВЕДЕНИЯ МОЧИ ИЗ ПУЗЫРЯ)



#### Когда пользоваться, а когда не пользоваться катетером.

- **Никогда не пользуйтесь катетером, если в этом нет необходимости** или если невозможно получить вовремя медицинскую помощь. Даже осторожное применение катетера иногда вызывает опасные инфекции или повреждения мочевого канала.
- Если моча выходит полностью, не пользуйтесь катетером.
- Если больной не может помочиться, попробуйте сначала посадить его в таз с теплой водой (с. 236). Дайте ему сразу рекомендованные лекарства (от гонореи или заболевания простаты).
- Если у больного болезненный, переполненный пузырь и он не может помочиться или если у него или у нее появляются признаки отравления мочой, тогда и только тогда пользуйтесь катетером.

#### Признаки отравления мочой (уремия)

- Дыхание по запаху похоже на мочу.
- Опухают ноги и лицо.
- Рвота, истощение, замешательство.



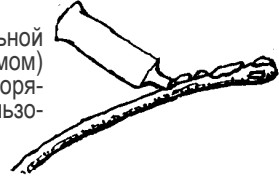
*Примечание:* Люди, которые страдают от трудностей с мочеиспусканием, от увеличения простаты или от камней в почках, должны купить катетер и держать под рукой на крайний случай.

## КАК ПОЛЬЗОВАТЬСЯ КАТЕТЕРОМ

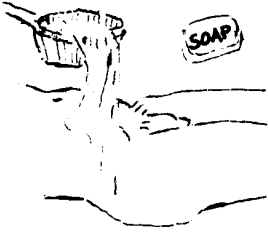
1. Кипятите катетер (и шприц или инструмент, который вы можете использовать) 15 минут.



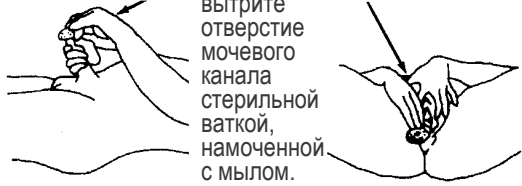
6. Намажьте катетер стерильной смазкой (скользким кремом) типа желе, которая растворяется в воде (нельзя использовать Вазелин или масло).



2. Хорошо промойте под крайней плотью или между половыми губами и окружающие места.



7. Оттяните плоть или откройте половые губы и вытрите отверстие мочевого канала стерильной ваткой, намоченной с мылом.



3. Вымойте руки – если можно, то с медицинским мылом (типа Бетадина). После мытья трогайте только стерильные или очень чистые предметы.



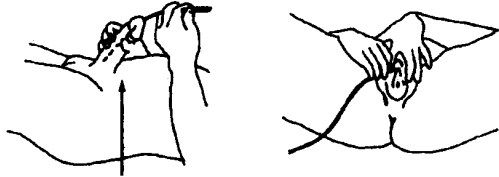
4. Положите очень чистую ткань под и вокруг места.



5. Наденьте стерильные перчатки и протрите их спиртом или медицинским мылом.



8. Придерживая плоть или половые губы, осторожно вставьте катетер в отверстие канала. Поворачивайте, если нужно, но без усилий.



Держите пенис прямо под таким углом.

9. Для мужчин – вводите катетер, пока не появится моча, затем еще на 3 см. Примечание: Женский канал намного короче мужского.



**Важно:** Если вы заметили признаки отравления мочой, не давайте сразу выйти всей моче: вместо этого пусть она выходит очень медленно (зажимая или закрывая катетер), понемногу около часа или двух.

Иногда женщина не может помочиться после родов. Если прошло более 6 часов и ее пузырь переполнен, ей нужно вставить катетер. Если пузырь не наполнился, не пользуйтесь катетером, а заставьте ее пить побольше воды.

Чтобы побольше узнать о применении катетера, смотри *Искалеченные Деревенские Дети*, Глава 25.



## ЖЕНСКИЕ БОЛЕЗНИ

### Выделения из Влагалища

(слизь или похожее на гной вещество, вытекающее из влагалища)

Все женщины обычно имеют небольшие выделения из влагалища – чистые, молочные или слегка желтоватые. Если нет зуда или плохого запаха, нет и никаких проблем.

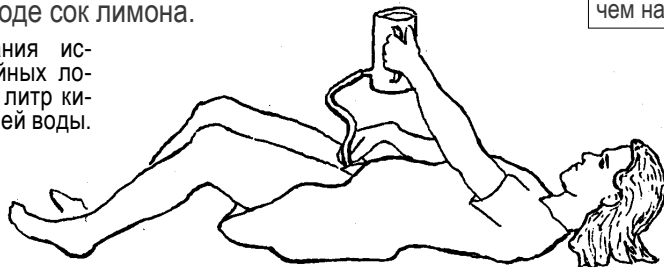
Но многие женщины, особенно во время беременности, страдают от выделений с зудом во влагалище. Эти выделения могут быть вызваны различными инфекциями. Большинство из них неприятны, но не опасны. Однако инфекция, вызванная гонорей или хламидой, может причинить вред ребенку при родах (см. с. 237).

1. **Жидкие и пенные, зелено-желтые или беловатые, плохо пахнущие выделения с зудом.** Это может быть инфекция, вызванная трихомонадой. Бывает жжение при мочеиспускании. Иногда половые органы болят и опухают. В выделениях может быть кровь.

#### Лечение:

- ◆ Важно содержать половые органы в чистоте.
- ◆ Промывание влагалища или спринцевание теплой водой и разведенным уксусом тоже может помочь. Если нет уксуса, разведите в воде сок лимона.

Для спринцевания используйте 6 чайных ложек уксуса на 1 литр кипяченой остывшей воды.



**Важно:** Пусть вода медленно течет в течение 3 минут. Не вводите трубку во влагалище глубже, чем на 7 см.

**Осторожно:** Не спринцуйтесь в последние 4 недели беременности или 6 недель после родов. Если выделения неприятные, может помочь нистатиновая прокладка во влагалище (смотри пункт 2 на следующей странице).

- ◆ Вы можете применять зубчик чеснока как примочку влагалищную (очистить от кожицы чеснок, осторожнее не проколите ее). Заверните в небольшую чистую ткань или марлю и вложите во влагалище.
- ◆ Делайте спринцевание 2 раза в день, каждую ночь меняйте новую прокладку с чесноком. Делайте это 10-14 дней.
- ◆ Если это не поможет, делайте прокладки с метронидазолом или другими медикаментами от трихомониаза или принимайте метронидазол внутрь. Инструкции и меры предосторожности смотри на странице 370.

**Важно:** Вероятнее всего, что муж женщины с трихомониазом тоже инфицирован, даже если он ничего не чувствует. (Некоторые мужчины чувствуют жжение, когда мочатся.) Если женщина лечится метронидазолом, ее муж должен тоже его принимать внутрь в это же время.

2. **Белые творожистые выделения, пахнущие плесенью или пропавшим хлебом.** Это может быть дрожжевая инфекция (монилиоз, кандидоз). Зуд может быть сильным. Половые губы часто ярко красные и болят. Трудно мочиться. Эта инфекция наиболее часто бывает у беременных женщин или у тех, кто болеет диабетом (с. 127), или у тех, кто принимает противозачаточные пилюли или антибиотики.

*Лечение:* Спринцевание уксусом, разведенным в воде (с. 241), или разбавленным генциан-виолетом, 2 части генциан-виолета на 100 частей воды (2 чайные ложки на пол-литра). Или пользуйтесь таблетками нистатина для влагалища или любыми другими влагалищными прокладками от монилиоза или кандидоза. Смотрите дозировку и инструкции на с. 370. Вложите несладкий йогурт во влагалище – говорят, прекрасное домашнее средство лечения, помогает остановить дрожжевую инфекцию. **Никогда не пользуйтесь антибиотиками при дрожжевой инфекции. Это может усилить ее.**

3. **Густые молочные выделения с протухшим запахом.** Это может быть бактериальная инфекция. Возможно, будут нужны анализы, чтобы отличить от инфекции трихомонады. Спринцевание уксусом, разведенным в воде (с. 241), или повидон йодином (Бетадин: 6 чайных ложек на 1 литр воды). Еще вы можете попробовать вкладывать во влагалище каждую ночь зубчик чеснока в течение 2 недель (см. с. 241). Если никакое из этих лекарств не помогает, попробуйте метронидазол (с. 369).
4. **Водянистые, коричневые или серые выделения с прожилками крови; плохой запах; боль внизу живота.** Это признаки более серьезных инфекций или может быть рак (с. 280). Если есть жар, принимайте антибиотики (если можно, ампициллин вместе с тетрациклином – см. с. 353 и 356). Срочно обращайтесь за медицинской помощью.

**Важно:** Если выделения продолжают долго и состояние не улучшается при лечении, покажитесь врачу.

### КАК ЖЕНЩИНА МОЖЕТ ИЗБЕЖАТЬ МНОГИХ ИНФЕКЦИЙ?

1. Половые органы должны быть чистыми. Когда вы купаетесь (по возможности ежедневно), мойтесь хорошо с мягким мылом.
2. После полового акта помочитесь. Это помогает предупредить инфекции мочевой системы (но не предохранит от беременности).
3. Всегда хорошо вытирайтесь после испражнения. Всегда вытирайтесь так.



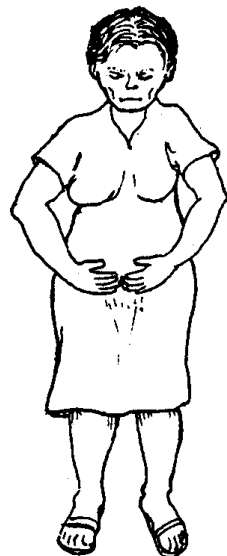
Вытираясь вперед, можно занести микробы, амёбы или глисты в мочевое отверстие или во влагалище. Еще обратите внимание на то, как вытираются маленькие девочки, и научите их, когда они подрастут, делать так же.

## Боль и Дискомфорт в Нижней Центральной Части Живота у Женщины

Это может вызываться многими причинами, описанными в различных частях этой книги. Ниже приводится перечень нескольких ключевых вопросов, которые помогут вам выяснить, где что смотреть.

Возможные причины боли внизу живота:

1. **Менструальные нарушения** (с. 246). Бывает ли хуже перед или во время менструации?
2. **Инфекция в мочевом пузыре** (с. 235). Одна из самых обычных причин умеренных болей в нижней части живота. Мочеиспускания частые или болезненные?
3. **Воспаления тазовых органов**. Это почти всегда поздняя стадия гонореи или хламиды (с. 237) с болью в нижней части живота и жаром. Если эти признаки умеренные, лечитесь от гонореи (с. 360) и принимайте тетрациклин (с. 356) или эритромицин (с. 355) 14 дней. Если признаки более серьезные, принимайте от 400 до 500 мг метронидазола 3 раза в день 10 дней. Если женщина пользуется внутриматочной спиралью (ВМС), ее следует удалить. Покажитесь врачу.
4. **Болезни, которые имеют отношение к опухолям или уплотнениям в нижней части живота**. Они кратко обсуждались на странице 280 и включают кисту яичников и рак. Требуется специальное обследование, проведенное опытным врачом.
5. **Внематочная беременность** (когда ребенок начинает развиваться вне матки). Обычно сильная боль и нерегулярное кровотечение. У женщины часто бывают ранние признаки беременности (см. с. 247), она чувствует головокружение и слабость. Немедленно обратитесь за медицинской помощью; ее жизнь в опасности.
6. **Осложнение после аборта** (с. 414). Может быть жар, кровотечение из влагалища со сгустками кусками, боль в брюшной полости, трудности с мочеиспусканием, шок. Начните давать пенициллин (кристаллин, если можно) и сразу же доставьте женщину в больницу. Ее жизнь в опасности.
7. **Инфекция или другое заболевание кишечника или прямой кишки** (с. 145). Относится ли боль к еде или к опорожнению?



Некоторые из вышеперечисленных проблем не очень серьезные, другие очень серьезные. Их не всегда легко отделить. Требуется анализы или нужно провести обследование.

**Если вы не уверены в том, что вызывает боль, или если вам не становится лучше, обратитесь к врачу.**

## МУЖЧИНЫ И ЖЕНЩИНЫ, КОТОРЫЕ НЕ МОГУТ ИМЕТЬ ДЕТЕЙ (БЕСПЛОДИЕ)

Иногда мужчина и женщина пытаются завести детей, но женщина не может забеременеть. Или мужчина, или женщина могут быть бесплодны (не могут вызвать беременность). Часто ничем нельзя помочь человеку при бесплодии, но иногда что-то можно сделать в зависимости от причины.

### ОБЫЧНЫЕ ПРИЧИНЫ БЕСПЛОДИЯ:

1. **Стерильность.** Организм у человека такой, что он или они никогда не смогут иметь детей. Некоторые женщины и мужчины рождаются стерильными.
2. **Слабость или плохое питание.** У некоторых женщин сильная анемия, плохое питание и недостаток йода могут снизить шанс стать беременной. Или это может вызвать смерть неразвившегося ребенка (эмбриона), возможно прежде, чем мать узнает, что она беременна (смотри Выкидыш, с. 281). Женщина, которая не может забеременеть, или если у нее только что был выкидыш, должна хорошо питаться, пользоваться йодированной солью и, если у нее сильная анемия, принимать пилюли железа (с. 247). Это увеличит ее шанс стать беременной и родить здорового ребенка.
3. **Хроническая инфекция,** особенно воспаление тазовых органов (см. Гонорея и Хламиды, с. 243) – обычная причина бесплодия у женщин. Лечение может помочь, если болезнь зашла не слишком далеко. Предупреждение и раннее лечение гонореи и хламиды означают небольшую стерилизацию женщины.
4. Женщина иногда не может забеременеть, потому что у **мужчины** вырабатывается мало спермы. Мужчине следует обойтись без секса несколько дней, прежде чем женщина войдет в свои “плодородные дни” - каждый месяц посередине между предыдущей менструацией и следующей (смотри Метод Ритма или Метод Слизи, с. 291 и 292). Таким способом он отдаст ей полное количество спермы, когда у них будет половой контакт в подходящее для зачатия время.

**ВНИМАНИЕ:** Гормоны и другие лекарства, которые обычно принимают мужчины и женщины, если не могут иметь детей, почти никогда не помогают, особенно мужчинам. Домашние средства и магическое лечение тоже не могут решить эту проблему. Не тратьте ваши деньги на то, что не поможет.

Если вы женщина и не можете иметь детей, существует много других возможностей, ведущих к счастливой и благополучной жизни:

- Может быть, вы можете организовать уход и усыновить сирот или бездомных детей. Многие пары берут и любят таких детей как своих собственных.
- Возможно, вы сможете стать работником здравоохранения или помогать своим односельчанам другим способом. Вашу любовь, которую вы могли бы дать своим детям, отдайте другим и всем будет польза.
- Вы можете жить в деревне, где люди неодобрительно смотрят на женщин, которые не могут иметь детей. Может быть, вы и другие сможете организовать группу помощи нуждающимся и показать, что иметь детей – это не единственное, что может сделать женщину счастливой.

