

Phần thứ nhất:

Tuổi Dậy Thì

I

**NGÀY LỊCH SỬ CỦA NGƯỜI CON GÁI :
NGÀY CÓ KINH LẦN ĐẦU TIÊN**

— Các bà mẹ có cần phải báo trước cho con gái cỡ 12, 13 tuổi biết là nó sắp thấy kinh không ?

Ngày nay, ở tuổi đó, ít cô nào lại không từng nghe nói đến kinh nguyệt. Các cô đó đọc vô số những bài báo hoặc rao vặt nói về vấn đề đó như cách tính ngày kinh, những vật dụng vệ sinh, những sự chăm sóc y học cần thiết trong những tờ báo bình dân.

Trước kia, chỉ một vài bà mẹ dám cho con mình biết thoáng qua về kỳ kinh của mình. Ngày nay, việc đó thuộc phạm vi quần chúng. Bởi vậy nên giáo dục cho con cái họ về vấn đề đó sớm để tránh những sai lầm cũng như những thành kiến lệch lạc khi con họ có kinh.

— Vào tuổi nào nên cho con gái họ biết ?

Nên cho chúng biết vào khoảng 12 tuổi và nên giảng dạy dần dần để chúng tập làm quen

dần với một biến cố có hậu quả lớn lao thường xảy ra chừng 600 lần trong khoảng từ 30 đến 40 năm.

— Có phải rằng những bà mẹ thường báo cho con họ quá sớm chăng ?

Sai ! Gần như luôn luôn là chậm vì các bà thường có kinh lần đầu muộn hơn con gái họ. Sự thấy kinh ngày càng sớm là do ảnh hưởng của nền văn minh xô bồ của lớp trẻ. Ở Anh và Pháp, kỳ kinh đầu tiên được ghi nhận là sớm hơn thế kỷ trước độ 2 năm. Sự khác biệt này còn lớn hơn ở Phần Lan và Na Uy. Vào khoảng giữa thế kỷ qua ở Hung-gia-Lợi, nhà sản học lừng danh Seimelweiss, ước lượng rằng kỳ kinh đầu tiên là ở tuổi 17. Năm 61, kỳ đó là trong khoảng 12 tuổi 9 tháng. Nếu căn cứ vào kinh nghiệm bản thân mình, người mẹ thường báo chậm mất 6 tháng. Nếu người chỉ dẫn là bà mẹ của người con gái thì sự chậm trễ tăng gấp 2.

— Các bà mẹ phải cho con họ biết những gì ?

Đầu tiên, phải tả cho chúng biết về kinh nguyệt: đó là một sự chảy máu, một thứ máu nâu nhạt, khác với máu của vết thương và chảy qua âm đạo. Cứ bốn tuần lại thấy lại một lần và ra từng tia chậm trong lúc bắt đầu. Máu đó không

đông được — Nếu có những cục máu hơi quá lớn trong máu thì nên đi khám bác sĩ.

— Khi con gái họ hỏi: « Tại sao lại thấy kinh ? » các bà mẹ phải giải thích cho chúng như thế nào ?

Người ta mới chỉ biết căn nguyên của sự thấy kinh trong thời gian gần đây. Nhờ sự khám phá ra quang tuyến X, người ta mới hiểu được rằng vì sao người đàn bà lại có kinh. Sự bất lực trong việc giải thích kinh kỳ đã do ảnh hưởng của những huyền thoại hoặc thành kiến. — Ngày nay người ta biết rằng cứ 28 ngày lại có 1 cái trứng mới được sinh ra ở buồng trứng. Trứng đó to bằng đầu kim ở khắp mọi loài có vú: từ con cá voi cho đến con chuột. Sau một vài ngày di chuyển qua cuống tử cung, trứng tới tử cung và được lớp màng nhầy ở đó dầy lên để đỡ và, nếu có thụ thai, lớp nhầy đó sẽ tiết ra những chất cần thiết để nuôi trứng lớn lên. Nếu không đậu, trứng bị tiêu đi. Lớp màng nhầy không còn ích lợi gì nữa, bong ra và để lại một vết sẹo chảy máu: đó là kỳ kinh. Máu chứa nhiều calcium nên sự tiêu hao calcium trong những thời kỳ thấy kinh, có mang và cho bú giải thích lý do người đàn bà ít bị chứng cứng mạch máu trước ngày dứt kinh.

— Người con gái thấy kinh lần đầu tiên nghĩ gì ?

Họ sẽ rập khuôn theo người mẹ trong trường hợp tương tự. Một số các cô không thích bị coi là con gái tỏ ra không bằng lòng khi thấy kinh. Theo họ, kinh nguyệt làm họ mất đi một ít hy vọng được giống con trai. Một vài cô lại còn đòi chích kích thích tố nam để làm dứt kinh hoặc che giấu được việc đó một cách kỹ lưỡng.

Các bậc cha mẹ, nhất là ở thôn quê, khi con gái họ thấy kinh lần đầu, thường khuyên các cô này giữ gìn kỹ lưỡng hơn đối với bọn con trai. Tuy nhiên họ phải khéo léo khi đề cập đến vấn đề đó vì, nếu không, con gái họ sẽ sợ hãi khi biết là các cô sẽ bị kiểm soát— Nhiều cô thấy ghê sợ việc thấy kinh vì bị khuyên răn quá kỹ hoặc quá độc đoán.— Tại những xứ mà người con gái được tự do hơn và ít bị kiểm soát, việc thấy kinh không kéo theo một hình thức cấm đoán nào hết. Trái lại, việc đó còn được bàn hoan đón nhận nữa.

— Những cô gái hay mắc cỡ có e ngại bị người ngoài đoán biết mình thấy kinh hay không ?

Nhiều cô sợ đến mức không dám bước chân ra đường vì sợ người ngoài biết tuy rằng rất khó phân biệt một người con gái đang có kinh

hay không. Cách đây 4 năm, người ta đã làm 1 cuộc điều tra với chừng 60 nữ bác sĩ và nữ sinh viên y khoa để họ tự nhận xét xem có gì khác biệt xảy ra khi họ thấy kinh hoặc không thấy không. Cuộc điều tra cho thấy rằng : ở phân nửa số người thí nghiệm, lớp da bao quanh đầu vú, miệng và mắt của họ hơi đậm hơn trong thời kỳ tiền kinh và đôi khi ngay cả trong thời kỳ có kinh — Phải là tay chuyên môn lắm mới có thể phân biệt được. Trong vài ngày trước ngày thấy kinh, sự ham muốn về tình dục của họ tăng lên và làm cho cặp mắt họ có vẻ ướt át hơn.

— Có bắt buộc phải giữ gìn cẩn thận cho người con gái có kinh không ?

Một số các cô trở nên bồn gắt hoặc xuống tinh thần, nhất là trong vài ngày trước ngày kinh. Năm 1960, một cuộc nghiên cứu hoàn toàn khách quan đã được thực hiện tại một ký túc xá và được kết quả như sau : ngày trước ngày thấy kinh, nhiều nữ sinh trở nên đãng trí, vô ý, hoặc vô trật tự và trở lại trạng thái bình thường trong kỳ kinh.

— Có bắt buộc phải cấm họ làm các việc nặng nhọc không ?

Đối với một số các cô dễ xúc động, nên

tránh cho họ những công việc nặng nhọc hay làm mệt cho trí óc — H. Ellis có kể lại trường hợp một nữ nhạc sĩ vĩ cầm đã phải nghỉ hòa tấu trong những ngày có kinh vì bà ta làm đứt dây đàn luôn : Sự đó cho thấy thần kinh bà quá căng thẳng.

Một tờ báo y học Anh đã cho thấy một ảnh hưởng khác của việc thấy kinh nơi người đàn bà qua những tai nạn xe hơi. Trong số 84 tai nạn do đàn bà gây ra, 44 tai nạn xảy ra với những bà đang hoặc sắp có kỳ kinh. Những cô gái trẻ nên tránh lái xe trong thời kỳ kinh.

— *Những cô gái đang thấy kinh có quyền chơi thể thao không ?*

Cách đây vài năm, vào thời kỳ mà người con gái bắt đầu chơi thể thao, người ta tưởng rằng họ yếu đuối và cấm họ chơi thể thao trong kỳ kinh. — Năm 1943, một cuộc thí nghiệm được thực hiện tại một trường nữ trung học ở Hoa kỳ : người ta cho các cô đang có kinh đi bơi và đã không xảy ra tai nạn nào cả. — Ngày nay theo quan niệm y khoa mới, nếu kinh kỳ bình thường và không đau, các cô có thể được phép chơi thể thao trừ việc bơi lội vì lý do vệ sinh. Tuy nhiên, nếu họ ra máu nhiều nên cấm họ dự những cuộc thi thể thao.

— *Có cách nào làm trì hoãn các kỳ kinh lại được không ?*

Ngày nay, tại Mỹ và ngay cả ở Anh, việc dùng một vài kích thích tố để trì hoãn ngày kinh không đúng lúc đã trở nên thông thường ; không riêng gì đối với những nhà vô địch thể thao, mà cả với những ngày lễ, nghỉ hè, ngày thi, hoặc ngày cưới nữa. Cách thông dụng nhất là dùng thuốc viên ngừa thai. Khi được dùng đều đặn hàng ngày, việc rụng trứng và cả việc thấy kinh không thể xảy ra được. Cách này phải được sự chăm nom của bác sĩ.

— *Băng vệ sinh có thể là tai họa cho màng trinh không ?*

Trong một buổi thuyết trình về tình dục vào tháng 5 năm 1965, ở bệnh viện Broca, một nhà sản học lừng danh đã chứng minh rằng việc dùng băng vệ sinh làm cho số con gái còn màng trinh nguyên vẹn trở nên hiếm hoi vì miệng âm hộ bị lớp băng thấm dẫm máu lẫn vào mỗi lần mỗi rộng ra. Lúc lẫn vào, vì trơn máu, băng vào dễ dàng nhưng lúc lấy ra có thể rất khó khăn.

Tại những bộ lạc Phi Châu người ta đã thấy dùng những loại băng bông hoặc lá cây và, theo nhà nhân chủng học M. Mead, đó là

nguyên nhân gây ra sự rách màng trinh của những người con gái sau kỳ kinh đầu tiên nơi giống dân Úc Châu như dân Arapesh.

Năm 1951, khi băng bắt đầu được đàn bà Mỹ sử dụng, hai nhà tình dục học Công giáo Good và Kelly đã nhân danh đạo đức mà phản đối: họ cho rằng cái biểu hiệu cho sự trinh trắng của người đàn bà sắp bị tiêu diệt vì băng này. Hơn nữa, sự mất trinh ngoài ý muốn này có thể gây khó khăn cho các nhà chuyên môn trong trường hợp phải khám nghiệm cho các bà vợ bị ly dị vì lý do « mất trinh ». Ngoài ra sự hiện diện của một vật lạ trong âm hộ có thể sẽ gây nên những thói quen dâm dăng.

Quan niệm đó ngày nay đã bị đả phá dữ dội và các nhà tình dục học cho rằng việc giữ vệ sinh cần thiết ngay từ tuổi dậy thì. Các bậc cha mẹ chỉ cần dạy bảo con gái họ nên tránh những hành động quá mạnh tay và khuyên những ông chồng tương lai không nên nghi ngờ sự thiếu trong trắng của vợ mình khi màng trinh không còn nguyên vẹn nữa.

II

DẤU HIỆU ĐẦU TIÊN CỦA TUỔI DẬY THÌ NƠI NGƯỜI CON GÁI: NHŨ BỘ

— Ở Pháp, các bậc phụ huynh bắt đầu lo giáo dục về mặt tình dục cho con họ khi chúng gần tuổi dậy thì — Những dấu hiệu đầu tiên là những dấu hiệu nào?

Dấu hiệu có sớm nhất và cũng dễ nhận thấy nhất nơi người con gái là sự nầy nở của nhũ bộ. — Sự phát triển đó có trước sự phát triển của hệ thống lông và kinh nguyệt.

— Nhũ bộ bắt đầu phát triển ở tuổi nào?

Ngay từ tuổi lên 9 hay lên 10, đầu vú đã bắt đầu nhú lên. Tới 10 hay 11 tuổi, cả nhũ bộ nhỏ theo; 2 năm sau, nhũ bộ đầy đặn và lớp da quanh đầu vú sẽ đậm màu hơn. Thường thường sức nầy nở của nhũ bộ trở nên rõ rệt vào thời kỳ 2 năm trước kinh kỳ đầu tiên.

Nhũ bộ cứ tiếp tục lớn cho đến tuổi 18, thường cho tới tuổi 20. Chỉ cần nhìn bộ ngực