

Duffey, E B

Kvinden som Jomfru, Hustru og Mor. :



Tryck 46 F d Br.

Tillkomstår 1933.

Digitaliserad år 2015

med
Kunstfork.
(Bv)

Kvinden



—
som Jomfru, Hustru og Mor

av

Mrs E. B. Duffey

—
Skrevet af en Kvinde om og til Kvinder
(Oversættelse)

BOGFORLAGET ADLON — MALMÖ 1933

STOCKHOLM

Copyright by Bogforlaget Adlon, Malmö.

Sydsv. Kliché & Tryckeri A.-B., Malmö.
1933

DEN

TO

Guds

Kvinde

Det

benytt

siges

at om

skabte

Gave

vende,

der st

hos al

Blar

som, h

ny Pl

ter, m

ker op

Til

Støvd

med

træng

som d

Frugt

ene B

sekte

ning,

DEN INTELLEKTUELLE OG FYSISKE FORSKEL PAA MANDEN OG KVINDEN.

TO KØN. „Gud skabte Mennesket i sit Billede — til Guds Billede skabte han dem. — Han skabte dem Mand og Kvinde.”

Det er ikke af Mangel paa Ærefrygt for Skriften, at jeg benytter disse Ord deraf som en Indledning til det, der skal siges i denne Bog. Ogsaa i den hellige Skrift fremhæves, at om den organiske Verden skal vedblive at bestaa, maa de skabte Væsener forplante sig.

Gaven at give Liv til nye Væsener er gensidig for alt Levende, og det er af stor Interesse at se, hvorledes de Love, der styrer Forplantningen, i alt væsentligt stemmer overens hos alle levende Væsener.

Blandt *Planterne* forøger nogle Arter sig gennem Skud, som, hvor de nedsættes i Jorden, slaar Rødder og danner en ny Plante. Dette gaar udmærket for sig med en Del Planter, men naar det gælder andre Arter, særlig for vore Marker og Køkkenhaver, maa Frøene tilgribes.

Til frembringelse af Frøene har Planternes Blomster Støvdragere med Blomsterstøv („Han“-organer) og Støvveje med Æg („Hun“-organer). Blomsterstøvet smaa Korn trænger sig gennem Støvvejen ned i Griffelen til Æggene, som da siges at blive befrugtede og vokser ud til Frø eller Frugt. Hos nogle Planter overføres Blomsterstøvet fra den ene Blomst til den anden af Vinden, hos andre atter ved Insekter, som flyver fra Blomst til Blomst for at søge Honning, hvorved deres Legeme bliver indpudret med Blomster-

støv, der siden let afsætter sig paa de oftest noget klæbrige Støvveje.

Hos de *laveste Dyr*, de encellede, sker Forplantningen ved den saakaldte Celledeling, hvorved Cellen spaltes og danner to selvstændige Celler, der senere igen spalter sig o. s. v.

De *højere organiserede Dyrearter* forplanter sig ligesom Planterne ved Yngleceller. Forener f. Eks. en „Han“-Ynglecelle sig med „Hun“-celle, saa siges denne at være befrugtet og vokser ud til en ny Organisme.

Befrugtningen hos *Fisk og lavere Hvirveldyr* sker udenfor Hunfiskens Legeme. Hos Hunfisken opstaar en Mængde smaa Blærer (Rogn), der er Æg. I ethvert saadant Æg findes en lille Klump, Cellekærnen. Hanfisken derimod har „Mælke“, som bestaar af de saakaldte Sæddyr med lille „Hoved“ og „Svans“, der kan frembringe Drift, idet Sædcernes Opgave er at opsøge Æggecellerne. Naar Hunfisken om Foraaret lægger sin Rogn paa et passende Sted, kommer Hanfisken og udgyder sin Mælke paa Rognen, hvorved begge Cellerne saa at sige vokser sammen med hverandre, og gennem en mængde deraf følgende Cellespaltinger giver Ophovet til den kommende Fisk, det saakaldte Embryot. — Befrugtningen hos *Krybdyr og Fugle* sker gennem en Sædcelle indeni Hunnens Legeme. Æggene (Ægcellerne) dannes i særskilte sæklignende Organer. Æggestokkene. Hannen er forsynet med et Organ, der tjener til at indføre Sæden i Hunnens Legeme. Naar det befrugtede Æg er lagt af Hunnen, udvikles ved Rugningen — enten gennem Solens Indvirkning eller gennem Dyrets Rugning — Æggecellen, som deler sig, hvorefter begge disse ny Celler igen deler sig o. s. v. til Fostret er færdigt og bryder Æggets Skal itu. Fostret næres imidlertid af Æggehviden, der er magasineret indenfor Ægget,

PATTEDYRET OG MENNESKET. Hos Fuglene foregaar Fostrets Udvikling udenfor Moderens Legeme ved Hjælp af Rugningen. Hos Mennesket og Pattedyret derimod foregaar ikke blot Æggets Befrugtning, men ogsaa Udviklingen inde i moderens Legeme i et særligt Organ, Livmoderen, hvorfra Ungerne fødes levende. Ligheden er dog let at se; Legemsvarmen hos Moderen tilsvarende den Varme, Ægget paavirkes af under Rugningen; i Stedet for den i Fugleægget magasinerede Næring, giver Moderen Fostret Næring direkte fra Blodet, til det naar saa langt i sin Udvikling, at det selvstændigt kan optage Næring og saaledes leve videre.

Enhver Del af det mandlige og kvindelige Menneske fremviser særegne Karaktertræk, saavel som forskellige intellektuelle og fysiske Funktioner. Hvorvidt denne Forskel kan udgøre Bevis for, at begge Kønnens Arbejde er af forskellig Art og Værdi, om de forskellige Køn udfører samme Arbejde, — om de bør arbejde hver paa sin Maade, upaavirkede af hverandre, eller om de bør hjælpe hverandre med samme Arbejde, — ja, det overlader jeg til andre at diskutere. Mit Formaal med denne Bog er at give alle dem, der trænger dertil, Oplysninger om vigtige Sager og praktiske Raad, der grunder sig paa Erfaringer, Oplevelser og sund Menneskeforstand. Naar jeg nu og da gør en Afstikker fra Emnet, jeg har forelagt mig, ind paa Teoriens og Hypotesens Vej, sker dette i den faste Overbevisning, at Fakta giver mig Ret hertil.

KVINDEKØNNETS MANGLER OG MODSVARENDE FORDELE. Hvad Kvinden savner i fysisk Styrke erstattes i Smidighed, Kvikhed og ualmindelig udviklet Følsomhed. Hendes Organs altfor store Følsomhed opvejes fuldstændig af Ævnen til med Taalmodighed at kunne bære Lidelser.

KVINDENS INTUTION. Uagtet Kvinden ved sin Tænke-ævnne i Reglen ikke kan drage fuldt saa logiske og direkte Slutninger som Manden (en almindelig Anklage), saa kommer hun alligevel ad Intutionens Vej hurtigere til det rigtige Resultat. Naar hun ved en Tankeudvikling er kommen saa langt, lader hun Tanken gaa tilbage til Udgangspunktet og overrasker mangen Gang Manden, som hun møder saa at sige paa Halvvejen. Denne Intution er en meget ejendommelig Ævne, hvorved Kvinden formaar at fremføre sin Paa-stand og bagefter søge efter Grunden hertil. Dette er naturligtvis i Mandens Øjne ikke nogen logisk Maade at gaa frem paa. De bedste og klogeste af det mandlige Køn er dog rede til at give den Indrømmelse af Kvindens Intution, som vi kan ønske, nogle vil oven i Købet give os Ret i, at en begavet Mands Slutninger ofte først faar den rette Autoritet, naar de understøttes af en god og forstandig Kvindes Intution. Og den Maade, hvorpaa Manden tænker, er akkurat som Opsummeringen af et Tal, som Kvinden kontrollerer ved Hjælp af en tilbagegaaende Oversigt. Det ene Køn kompletterer saaledes det andet saavel i fysik Organisation som i intellektuel Begavelse.

NAA
OM VIS
Mening-
med mi
af min
kunnet
Historie
er kom
op af n
begribe
til Gen
en rigt
man ar
Sager.
vækken
Lidelse
mere
draget
klarin
forkla
Hel
stjaal
en D
mere
I H
bertet

PUBERTETSPERIODEN.

NAAR SKAL DEN UNGE PIGE HAVE OPLYSNING OM VISSE TING? Om dette Spørgsmaal har jeg min egen Mening. Jeg ved nok, at Flertallet af Forældre ikke er enig med mig i dette Punkt, men jeg er tilfreds med Resultatet af min Handlemaade. Overfor mine egne Børn har jeg aldrig kunnet taale noget Hemmelighedskræmmeri. Der er ingen Historier opdukket om, at Storcken, Lægen eller Jordmoderen er kommet med de smaa Børn, eller at man har taget dem op af nogen Dam eller Brønd. Ligesaavel som man gør Børn begribeligt, at der gives Ting, det ikke er passende at gøre til Genstand for letsindig Omtale, maa man ogsaa give dem en rigtig og naturlig Forklaring, som de forstaar, og — om man anser det for nødvendigt — tale aabent og frit om slige Sager. En velopdraget Datter vil aldrig finde noget lattervækkende i, at man taler med hende om Moderværdighedens Lidelser og Farer. Det er vist, at der ikke findes noget mere virksommere Middel til at afbryde en mindre velopdraget Kammerats letsindige Tale, end den unge Piges Forklaring. — Ja, ser Du, al det der ved jeg, det har min Moder forklaret mig!

Hele den hemmelighedsfulde Tiltrækning, der hviler over stjaalen Kundskab, forsvinder med et. Desuden vil sikkert en Datter, der er bleven oplyst paa denne Maade, endnu mere elske og ære den Moder, der har skænket hende Livet.

I HVIKEN ALDER INDTRÆDER PUBERTETEN. Pubertetsperioden veksler med Individerne, Racen og Klimaet.

I de varme Lande udvikles den unge Pige hurtigere end i de koldere. I vort Land indtræffer den i 14—16 Aars Alderen. Der findes ganske vist nogle Tilfælde, hvor den indtræffer saavel et Par Aar før som senere, men i Almindelighed kan man sige, at den falder i det fjortende Aar.

FYSISKE KENDETEGN PAA, AT PUBERTETSPERIODEN NÆRMER SIG. Disse Kendetegn er let synlige. Den unge Pige har næsten naaet sin fulde Højde og er vokset hurtigt de sidste to Aar. Er hun stor af Højde, er hun i Almindelighed mager, „Humlestang”. Selv om Barmen begynder at rundes, savner Legemet dog den Fyldighed og harmoniske Blødhed i Formerne, som det faar i de nærmest følgende Aar. Appetiten er som Regel omskiftelig. Har Pigen et meget stillesiddende Arbejde, og bevæger hun sig ikke tilstrækkeligt i frisk Luft, lider hun derved som aldrig før i sit Liv. Hun føler sig hverken rask eller stærk, men klager ofte uden nogen særlig Upasselighed. Tankeløse Mennesker tror, hun er doven.

INTELLEKTUELLE FORLØBERE. De intellektuelle Kendetegn er ligasaa tydelige som de fysiske. Den unge Pige, der forud har haft et jævnt og roligt Humør, bliver med et hæftig og nervøs utaaelig, bliver nedtrykt uden at kunne give nogen egentlig Grund dertil og bliver ligeledes ofte hæftig oprørt og pirrelig. Hun vil helst være alene. Ikke sjældnen viser hun en paafaldende Sentimentalitet og Affektion, som vil forekomme meget latterlig, om man ikke betragter den som et sikkert Tegn paa den kommende Forandring.

PUBERTETEN.

MENSTRUATIONENS FØRSTE FREMTRÆDEN. Naar den unge Pige lever under sunde og forstandige Livsforhold og ikke er behæftet med arvelige eller organiske Fejl eller Mangler, indtræder Menstruationen sædvanligvis i rette Tid. Ofte viser der sig som Forløber en ubetydelig farveløs Udflyden, der hverken behøver at fremkalde Uro eller Lægebehandling.

FORSINKET MENSTRUATION. Skulde Menstruationen omkring det Tidspunkt, den ellers plejer at indfinde sig hos unge Piger, alligevel udeblive, skønt alle de sædvanlige Tegn paa dens Ankomst for længe siden har aabenbaret sig, behøver dette heller ikke at give Anledning til Frygt, naar blot Pigen er rask.

FOR RINGE TILLID TIL NATURENS HJÆLP. Mer eller mindre er vi alle tilbøjelige til at have for lidt Tiltro til Naturen, for megen til Medicinen. Det er imidlertid sikkert, at Naturen selv udfører sine Planer overalt, for saa vidt intet hindrende lægges den i Vejen.

UREGELMÆSSIGHEDER VED DEN FØRSTE MAANEDLIGE RENSELSE. Denne kan hos nogle være ubetydelig, hos andre atter rigelig. I Reglen hengaar flere Maaneder, inden den viser sig for anden Gang. Befinder den unge Pige sig alligevel vel, fraset de nervøse og intellektuelle Forstyrrelser, der tilhører denne Overgangstid, kan man rolig se Tiden an. Efter den anden eller tredje Periode indtræffer Menstruationen nok regelmæssigt.

FEJLAGTIGE MENINGER OM DEN MAANEDLIGE RENSELSE. Ikke sjældent hører man den fra vore For-

fædre nedarvede Mening, at Rensningen udskiller det daarlige Blod fra Legemet, men dette er en fuldstændig Fejltagelse. Tværtimod, det er det samme Blod, der flyder i vore Aarer, kun fortyndet og opblandet med slimagtige Afsondringer fra de Organer, det passerer. Standses Blødningen, fremkommer alvorlige Forstyrrelser i Organismen, ikke fordi det Blod, der holdes tilbage, indeholder nogle giftige Bestanddele, men fordi Legemet lider ved, at en naturlig Funktion hæmmes.

MENSTRUATIONEN OG DENS LANGVARIGHED. Regelmæssighed er Hovedsagen. Dens Langvarighed og Tiden mellem Menstruationsperioderne kan være meget forskellig hos forskellige Individuer. Perioden kan vara fra to til seks Dage og indtræffe regelmæssig hver tredie eller hver sjette Uge, uagtet at hver fjerde Uge anses for det normale.

RIGELIG MENSTRUATION. Nogle Kvinder afsondrer alt for meget Blod. Naar dette er Tilfældet, bør man iagttage, om Menstruationen efterfølges af Mathed, Afmagt eller om den er forbunden med Plager, hvorved Blodet levres, o. s. v. Er dette Tilfældet, er noget i Uorden; thi Menstruationsblodet levres ikke, saaledes som Tilfældet er med det venøse Blod. Forøvrigt behøver en rigelig Menstruation ikke at være Bevis paa noget abnormt. Ofte hører det til den Kvindes Natur, og det vil medføre alvorlige Følger for hende at mindske den Blodmængde, der afsondres. Viser det sig imidlertid, at Blodtabet er alt for stort, bør den unge Pige, i den Tid den foregaar, forholde sig i Ro, undgaa pirrende Mad og Drikke, og saa vidt der er muligt daglig tilbringe nogle Timer i liggende Stilling. Medføre disse Forholdsregler ikke det ønskede Resultat, maa man raadspørge Lægen, men frem for alt ikke indtage nogen Medicin uden hans bestemte Ordination.

SVAG MENSTRUATION. Man kan heller ikke opstille nogen bestemt Norm for denne, men kun dømme efter Virkningerne. Følger der imidlertid efter en ubetydelig Blødning Smærter i Underlivet, Hovedpine, beklemte Følelser og Uro, maa man lade Pigen faa mere Motion, inden man griber til Medicinflasken. Denne ubehagelige Tilstand fremkaldes ofte af for megen Stillesidde.

SMÆRTELIG MENSTRUATION kan undertiden skyldes, at Livmoderen har et fejltagtigt Leje eller Inflammation i Underlivsorganerne, Anlæg til Krampe etc. Ved svære Smærter er det klogest at gaa til Lægen. Kvaksalveri kan her afstedkomme ubodelig Skade.

UDEBLEVEN MENSTRUATION. Dette kan foraarsages ved en eller anden fysisk Ophidselse, stærk Frygt, hæftig Sorg el. lign. Mange Kvinder taaler i denne Periode hverken Bade eller Afvasken med koldt Vand. Hos nogle udebliver Menstruationen endog selv om de kun bliver vaade om Fødderne. Indtræffer dette, maa den unge Kvinde med dobbelt Omhu vaage over sin Sundhed og forsøge at færdes ude i fri Luft mere end sædvanligt. Umiddelbart før næste Periode bør hun, kort før hun gaar til Ro, tage et varmt Fodbad samt drikke varm The eller lign., saa at Menstruationen kan komme i Gang. Udebliver den endda, maa hun raadspørge Lægen.

HEMMELOGE SYNDER. For ikke saa længe siden opskræmtes den amerikanske Almenhed af en Bog, der paa det hæsligste skildrede en vidt udbredt Last, som skulde findes der i Landet i Særdeleshed blandt den kvindelige og mandlige Ungdom, nemlig Selvbesmittelsen. For min Part kan jeg ikke tro, at blot Halvdelen af, hvad denne Bog indeholder, er sandt, endskønt Forfatteren, en Læge, mulig har været samvittighedsfuld i sine Angivelser. Som Læge kom han

rigtignok i Berøring med mange af dem, der var behæftede med denne Last, men det er derfor ikke sikkert, at Lasten er saa almindelig udbredt, som Forfatteren paastaar, idet han ikke betænker sig paa at udstrække sin Mistanke til et langt større Antal, overfor hvem han ikke kan støtte sin Anklage paa andet end Gisninger. I alle Tilfælde haaber jeg, at det for Menneskehedens Skyld forholder sig saaledes.

NØDVENDIGHEDEN AF AT TALE OM SAGEN. Det er ganske vist et meget ømfindtligt Emne at tale om, men jeg har alligevel besluttet at røre lidt ved det, i Særdeleshed fordi jeg anser det for en afgjort Pligt at fæste enhver Moders Opmærksomhed derpaa. Baade som Kvinde og som Moder føler jeg mig forpligtiget til at give en Advarsel.

TIDLIGE VANER. Det er ikke sjældent, at Barnet allerede i en meget tidlig Alder faar saadanne hemmelige, stygge Vaner, medens det endnu har en meget uklar Forestilling om Ret eller Uret i disse Ting. Da er det Moderen, som trods alt for en stor Del bærer Skylden. Ofte ligger Aarsagen ogsaa i manglende Renlighed og Properhed angaaende Kønsdelene. Urenlighed fremkalder Kløe og Svie, og saaledes vænner Barnet sig til Lasten.

DAARLIGT SELSKAB. Ingen Moder bør nogensinde tillade sit Barn at sove sammen med Legekammerater eller Tyende. Denne Regel forekommer maaske stræng, men maa alligevel nøje iagttages. En eneste Nat, tilbragt i daarligt Selskab, kan ødelægge mange Aars Paapasselighed. Et Barn burde derfor aldrig blive Natten over hos Bekendte for at gøres deres Børn Selskab, men kan dette ikke undgaas, bør Børnene sove i forskellige Værelser. En saadan almindelig Mistænksomhed kan maaske forekomme uretfærdig, men jeg ved dog, at mange Børn, der i alle Henseender er velopdragne og med gode Anlæg, alligevel er behæftede med denne Uvane.

Da de imidlertid næppe har en Anelse om, hvor lastefuld denne Uskik er — de kender jo heller ikke Følgerne — kan jeg ikke gaa saa strængt tilværks imod dem. Men de, hvis Mangel paa Agtpaagivenhed er Skyld i det ondes Opkomst, fortjener Dadel. Lad derfor aldrig eders Børn sove sammen med eders Tyende, hvor stor Tillid I end har til dem. Selv om der findes ni Chancer mod ti, for at intet hænder, saa findes dog alligevel denne Chance for den Fare, som eders Barn skal beskyttes imod. Og ogsaa denne Fare er det Moderens Pligt at afvende.

MODERENS PAAPASSELIGHED OVERFOR BARNET kan aldrig være omsorgsfuld nok, selv om ikke den ringeste Anledning til Mistanke foreligger. Imidlertid maa denne Paapasselighed aldrig mærkes af Barnet, thi har dette allerede faaet Tid til at begynde med Uskikken, forsøger det altid at skjule sit Forehavende, medens det i modsat Fald vil være uretfærdigt at krænke et uskyldigt Barn med en ubeføjet Mistanke, ligesom det til Dels kan fæste Barnets Opmærksomhed ved dette Punkt.

FOREBYGGENDE OPDRAGELSE. Eftersom det onde i de fleste Tilfælde stammer fra manglende Renlighed, bør Moderen holde sine Børn til Properhed og Renlighed og sørge for, at den daglige Afvaskning udstrækkes til hele Kroppen. Er virkelig Selvbesmittelse ikke konstateret, bør hun ikke berøre dette Emne overfor sine Børn. Men hun bør indskærpe dem at være sædelige ikke blot i Forholdet till andre, men ogsaa overfor deres eget Legeme. Slige Formaninger vil, om Moderen forstaar at indvirke rigtig paa Barnets Sind, være en udmærket Beskyttelse saavel imod dette Onde som imod meget andet ondt.

HVAD SKAL MODEREN SIGE TIL SIN DATTER?
 Ingenting — saa længe hun ikke er sikker i sin Sag; thi

det vilde være højst grusomt at krænke den unge Piges Følelser ved at tvivl paa hendes Uskyld. Men findes der ikke mere nogen Tvivl om, hvorledes det forholder sig, er der sikkert ikke andet at gøre end formane og være paapasselig; thi intet maa forsømmes.

ER DET NÖDVENDIGT AT TALE RENT UD? Ja, Moderen maa tale rent ud og tale tydeligt. Er Forholdet mellem Moder og Datter saa intimt, som det bør være, bliver dette jo ikke nogen svær Opgave. Men hvad enten Opgaven er svær eller ej, er det imidlertid absolut nødvendigt at tale rent ud — derfor behøver man jo ikke at sværge eller bande, tværtimod en venlig Tone under Samtalen faar den unge Pige til at indse, at hendes Forseelse vækker mere Medlidenhed end Vrede. Alt, hvad der siges, bør være gennemtrængt af Godhedens og Kærlighedens Aande.

HVAD BØR MAN DA SIGE? Alle hendes eget Køns Funktioner, saavel som begge Kønnenes fysiske Forhold til hinanden maa aabent fremstilles for hende, enten hun nu har Rede derpaa eller ej. Hvis alt meddeles hende roligt og alvorligt af Moderen, erfarer hun sikkert mange rigtige Ting, hvorom hun ikke tidligere har haft nogen Anelse eller tillagt nogen Betydning; alt vil da i hendes Øjne faa en helt anden dybere og inderligere Betydning, end naar hun paa letsindig Maade taler derom med sine Veninder. Hun vil sikkert faa et dybt Indtryk af disse Ting, ligesom af sit eget Legemes Hellighed. Imidlertid maa hun klart og tydeligt oplyses om, at hvis hun fortsætter med sine Uvaner, ødelægger hun sit Helbred, forringer sin intellektuelle Begavelse og nedsætter sit moralske Værd. Endvidere maa hun oplyses om, at disse Uvaner til en vis Grad sætter hende ud af Stand til at udføre sit Køns Funktioner. Hun maa ogsaa have forklaret, hvor pinligt det vilde være for hende,

om hun som en hæderlig og brav Mands Hustru maatte mindes de Handlinger, hun havde begaaet af saadan Beskaffenhed, saa at hun ikke uden en brændende Følelse af Skam kunde tilstaa det for ham. Moderen maa vinde hele hendes Fortrolighed og lære at bistaa hende som en sand og trofast Hjælper mod Fristelsen. Leder alt dette nu ikke til det ønskede Resultat, bør Pigen i en mild og skaansom Form underrettes om, at Lægen vil blive raadspurgt angaaende et Hjælpemiddel. Er der da ringeste Spor af Undseelse hos hende, vil denne Trudsel sikkert medføre et lykkeligt Resultat.

BEHANDLINGEN. Flittig Afvaskning af Kønndelene med koldt eller varmt Vand medfører ofte en gavnlig Indvirkning. Et lunkent Sædebad, taget i Fristelsens Øjeblik, er meget fordelagtigt. Føden maa være enkel; alle ophidsende og krydrede Spiser er forbudte. En stillesiddende Levevis maa undgaas og erstattes med legemlig Bevægelse, Beskæftigelse og virksomt Arbejde. Det er af største Betydning, at ophidsende og fantastisk Læsning undgaas. Den unge Pige bør saa lidt som mulig lades ensom om Dagen, og om Natten er det klogest at lade en paalidelig Person sove i hendes Værelse. Kan hun desuagtet ikke overvinde sin Uvane, maa Lægehjælp ufortøvet tilkaldes. Mulig viser det sig da, at Uvanen stammer fra en eller anden Kønssabnormitet, der kræver medicinsk eller kirurgisk Behandling.

PENSIONER. Selv om jeg ikke havde noget væsentligt at indvende mod den Maade, hvorpaa vore Pigeinstituter og Pensioner er indrettede, vilde jeg alligevel ikke betro min Datter til en saadan Indretning, da jeg ved, at den moralske Atmosfære i disse Læreanstalter er mer eller mindre usund. Trods alle Lærerindernes hæderværdige Anstrængelser er det dog saaledes. Paa Grund af det nære Samliv, der nødven-

digvis finder Sted mellem Eleverne, findes der altid en Del ondsindede, moralsk ødelagte Børn, der netop i denne for Indtryk saa let modtagelige Alder smitter alle de andre. Alene det fælles Soveværelse er mer end nok til at udlette al personlig Undseelse hos de fleste unge Piger, og derved er et af Uskyldighedens sikreste Værn nedbrudt. Indenfor mange af disse Anstalter trives Lasten i afskrækkende Grad. Kun i enkelte Tilfælde kommer dette til offentlig Kundskab, og da bliver Forældrene opskræmte. Saavel de forbrøderiske som de uskyldige bliver i lige høj Grad udsatte for Skam og Straf. En ældre Dame, der i flere Aar var Lærerinde i en saadan Anstalt, var en af de første, der udtalte et Sandhedens og Advarselens Ord i denne Sag, men selv om hun paa pegede Ondet, fandt hun alligevel ikke dets Aarsag — den ligger tydelig i et forkert Opdragelsessystem.

FORDELEN VED FÆLLESSKOLER. Der kan ikke være nogen Tvivl om, at de saakaldte Fællesskoler, hvor Børn af begge Køn undervises sammen, i flere Henseenden virker højnende, paa mange Elever udøver de en haardt tiltrængt afholdende Indflydelse, hvorved den moralske Tilstand i Almindelighed bliver sundere. Denne min Paastand, der grunder sig paa egne personlige Iagttagelser og Erfaringer, er ogsaa allerede for mange Aar siden bleven anerkendt gennem de Erfaringer, man har gjort i en Mængde Skoler af forskellig Slags, højere saavel som lavere. Enhver Nærmen sig Klosterlivet, enkelte Tilfælde undtagne, medfører altid et daarligt Resultat, ja, kan endog have meget skadelige Følger. De kender altfor godt vore berømte Læreanstalters moralske Kvalifikationer og ved, at med de kvindelige Opdragelsesanstalter staar det ligesaa daarligt til om end paa en anden Maade.

MIDDEL MOD HEMMELIGE UVANER. Der gives heldigvis et Middel, der alene er i Stand til at hjælpe en Pige i Overgangsalderen mod hemmelige Uvaner. Det forekommer maaske mange besynderligt, men alligeved anbefaler jeg dette Raad med fuld Tillid til dets gode Virkning. Endog i de mest ugunstige Tilfælde vil det ikke kunne afstedkomme nogen Skade. Lad den unge Pige, der staar paa Grænsen af sin Udvikling til Kvinde, og hos hvem Kønnets Instinkter som Følge heraf begynder at gøre sig gældende, ofte eller, hvis det er muligt, til Stadighed være sammen med unge Mænd af god Karakter — saavidt som man i denne Alder kan tale om nogen bestemt Karakter. Den Indflydelse, det ene Køn derved udøver paa det andet, er særdeles velgørende. Paa grund af den Agtelse, det andet Køn viser Pigen, vil hun faa en højere Opfattelse af sin Kvindelighed og større Selvagtelse. Det mandlige Selskab paalægger hende en vis Tvang, og denne vil under deres Fraværelse paavirke hende, hvorved de Vaner, hun tidligere ansaa for tilgivelige, nu staar for hende i et helt andet Lys samt forefalder hende i høj Grad forkastelige. Bevidstheden om Brøde vil altid blive hos hende, og Sandsynligheden for, at hun vil aflægge Lasten, forholder sig som to til en.

KÆRLIGHEDEN I DENS FØRSTE FORM.

RESULTATET AF BEGGE KØNS UINDSKRÆNKEDE OMGANG MED HINANDEN. Slutningen af forrige Kapitel udgjorde en Overgang til dette, nemlig: Resultatet af begge Køns Omgang med hinanden, naar de har opnaaet Overgangsalderen. I denne Henseende er vi et godt Stykke efter Indvaanerne paa den anden Side Atlanten, der lidt efter lidt er bleven overbeviste om, at enhver Skillevæg, der falder, bidrager til at befordre Renhed i Tanke og Handling og derfor ogsaa giver begge Køn en langt større Frihed i Omgangen med hinanden, end Tilfældet er indenfor de europæiske Nationer, selv om en friere Betragtningssmaaede ogsaa der begynder at gøre sig gældende. Maaske ligger Grunden hertil i det Faktum, at den, der ved, at man skænker ham fuld Tillid, efter al Sandsynlighed vil vise sig denne Tiltro værdigere end den, der ved, at han betragtes med Mistro og Mistænksomhed.

RENLIGHED OG SÆDELIGHED. Jeg vil give alle Mødre et oprigtigt Raad: Lad eders første Formaning, hele eders Liv, eders eget Eksempel i Tanker, Ord og Gærninger være Renlighedens og Sædelighedens Fortalere til Bedste for eders Sønner og Døtre — og hav Fortrolighed til eders Børn. Skulde de desuagtet fejle, kan De være forvisede om, at de sikkert vil falde endnu dybere, om de føler sig mistroede.

MANDLIGT SELSKAB. Den unge Pige bør ikke alene have Tilladelse til at omgaas Kammerater af det andet Køn,

men man bør endog opmuntre hende dertil. Den eneste Kontrol, som Forældrene i denne Henseende maa udøve, er, at vaager over, at saadanne unge Mænd, der ikke har en pletfri Karakter, udelukkes af deres Døtres Selskab.

UNGE TILBEDERE. Herom skriver en amerikansk Forfatterinde følgende, der fuldstændig stemmer overens med min Mening, hvorfor jeg tillader mig at gengive hendes Ord: Bør jeg tillade min Datter at have unge Tilbedere? Hvorfor ikke? Tiltrækker enhver Rosenknop sig ikke en Skare summende Tilbedere? Har De maaske ikke selv i Deres Ungdom haft ungdommelige Tilbedere? Selv har jeg — som sagtens mange andre — haft saadanne i dusinvis. Lad blot Deres Datter holde saa meget af Dem, at hun ikke skjuler noget for Dem. Vis hende, at ogsaa De har et Hjærte, og at det ikke er Meningen at rykke hendes ud af Brystet, da forsikrer jeg Dem, at en saadan Tilbedelse af de unge Mænd ikke gør hende den mindste Skade. Tværtimod kan det volde Ubehageligheder, om De undertrykker en saadan Tilbedelse, forglemmende saavel Deres egen, som Deres Datters Ungdom. Den Person, der har Frihed til selv at plukke Æblet af Træet, føler sig ofte ikke engang fristet til at røre det.

RENHED I VENSKABSFORHOLDET MELLE M PIGER OG DRENGE. Naar jeg tænker tilbage paa vor fuldkommen uindskrænkede Omgang med hverandre, kan jeg ikke erindre mig et eneste upassende saakaldt „Kærlighedsord”, heller ikke en eneste frastødende Handling. Vi kyssede aldrig hinanden. Jeg for min Del tænkte aldrig herpaa, og er det undertiden faldet Vennerne ind, maa de hava anlagt en mærkværdig Grad af Selvbeherskelse. Omgangen med dem udviklede hos mig i intellektuel, moralsk og aandelig

Henseende alt det bedste, der fandtes hos mig, hvorfor jeg vil haabe, at min Indflydelse paa dem, om end ikke saa udpræget, dog har været ret ugunstig. Livsstrømmen flød tilstrækkelig kraftigt i vore Aarer til at udvikle den yderste Løssluppenhed i vor Kreds, men den var ikke hidsig nok til at udarte til sanselig Beruselse.

UNGDOMSKÆRLIGHEDEN ER UNGDOMMENS BEDSTE BESKYTTER. For en Dreng i den farlige Ynglingealder gives der ikke noget sikrere Beskyttelsesmiddel mod de lurende Farer end en besvaret Kærlighed til en ung uskyldig Pige — eller endog til flere Piger. Denne Kærlighed bevarer ham for meget ondt og opægger hans Bestræbelser for alt, hvad der er godt og ædelt.

DEN FØRSTE KÆRLIGHED. Med den første Kærlighed mener jeg ikke de allerede forud omtalte barnlige Tilbøjeligheder, men den Tilbøjelighed, der opstaar mellem tvende Individer af begge Køn omkring den Alder, da Begær eller Drifter, der benævnes med Ordet Kærlighed, paa naturlig Maade vækkes. Efter at Pubertetstiden er indtraadt, spores der i den unge Piges Følelsesliv Tegn til, at denne Tilstand nærmer sig. Hun er ikke saa rolig eller prosaisk af Væsen, Stemninger og Tankesæt. Hvis hun læser Romancer eller ej gør ikke stort til Sagen; Livet selv er blevet en Roman, hvis Heltinde hun er. Hun udsættes let for pludselige og vekslende Sindstemninger, undertiden af rent latterlige Udbrud af Entusiasme og Sentimentalitet — hun har ligesom tabt Herredømmet over sig selv. Hun befinder sig saa at sige ude paa det vilde Hav, hvis Dyb hun ikke kan maale, og ser sig forgæves om efter Redning for at kunne vende tilbage til Strandbredden eller naa et Menneske, som

i det mindste kan sige hende, hvor hun er. Hun kan alligevel aldrig mere vende tilbage til Barndommens Stilhed og Sindsro, thi hun er kommet ind i en ny Verden, der kun har Plads til hende — med den unge Mand er Forholdet omtrent det samme, nemlig i den kærlighedsfulde Omsorg for et Væsen af det andet Køn. Dette er hun vistnok ikke vidende om, men hendes Indstinkt hvisker det til hende, og netop derfor hengiver hun sig til sine Drømmerier. Naar hun saa en skønne Dag tror at have fundet en sikker Havn, bør man ikke være for haard imod hende. I Stedet for bør man være mild og skaansom imod hende, samt mindes sin egen Ungdom. Forstaaelse for de Unge er et nødvendigt Vilkaar for at kunne hjælpe dem fremad.

DEN FØRSTE KÆRLIGHEDS RENHED. Man skulde tro, at det kun er et Overmaal af sanselige Passioner, der drager den elskende Yngling og Pigen til hinanden. Dette er dog en baade grusom og uretfærdig Fordom. Findes der noget i Verden, der kan siges at være rent, saa er det denne første Ungdomskærlighed. Den adskiller sig for saa vidt fra Barnealderens rolige Tilbøjelighed, som Bevidstheden om Kønsforskellen nu er kommet til, iøvrigt er det en i alle Henseender undseelig Renhed og en meget ophøjet Følelse. Ogsaa i denne Henseende maa vi vel anse Goethe for en Mester; allerede fra sin tidligste Ungdom var han indviklet i Kærlighedsforhold. Om sine Ungdomstilbøjeligheder siger han: „Den første Kærlighed hos den ufordærvede Ungdom slutter næsten altid med en aandelig Tiltrækning. Naturen synes at mene, at det ene Køn skal optage det gode og skønne hos det andet. Saaledes aabnede sig ogsaa for mig ved Synet af denne Pige en ny Verden af Skønhed og Fuldkommenhed.”

TIDLIG TILBØJELIGHED FORHINDRER IKKE EN
SENERE VARIG KÆRLIGHED. En saadan første Kær-
lighed er ikke altid en Hindring for en senere moden og varig
Tilbøjelighed. Saavel Kvinden som Manden kan rolig tilstaa
for hverandre, at de har haft saadan en Ungdomstilbøjelig-
hed i den sikre Forhaabning, at et saadant Minde ikke vir-
ker forstyrrende paa deres nuværende Følelser. Ingen af
dem behøver af denne Grund at elske den anden mindre.

NAK

MED F

Med Kend

kommet, r

hed ved V

har vist,

arrede, og

og Sygdom

Forældre

selv er su

uben er

blealet.

mere end

mange for

ensstemm

alt for st

til Skade

Opdrage

PASSE

SKAB.

bevor pa

I Regler

mellen

Hverken

fælde, ta

Alber na

NAR BØR DEN UNGE PIGE GIFTE SIG OG MED HVEM?

MED HVEM BØR DEN UNGE PIGE GIFTE SIG?

Med Kendskab til den Betydning, Arveligheden har for Afkommet, maa man tilraade Datteren den største Forsigtighed ved Valget af Mand. Nyere Erfaringer og Iagttagelser har vist, at af Sindssygdomme er over Halvdelen af disse arvede, og at denne saavel som en Mængde andre Sygdomme og Sygdomsanlæg viser Tilbøjelighed til at forplante sig fra Forældre eller Bedsteforældre til Børnene. En Mand, der selv er sund og nedstammer fra en sund Familie samt desuden er velopdragen og har en god Hjærtedannelse, er jo Idealet. Mandens Alder bør ikke overstige Hustruens med mere end ti eller femten Aar. Fem Aars Forskel anser mange for at være mest passende. Desuden bør en vis Overensstemmelse i Smag og Livsanskuelser være herskende. En alt for stor Forskel i sædelige og religiøse Meninger bliver til Skade for saavel Parternes eget Samliv som Børnenes Opdragelse.

PASSEND E ALDER FOR INDGAAELSE AF ÆGTESKAB. Det forekommer mig, som om dette helt og holdent beror paa de forskellige Individider og deres Temperament. I Reglen er Modenhedsalderen opnaaet af de unge Mænd mellem det 23. og det 28. Aar, for Pigerne det 20. til 25. Hverken Kvinden eller Manden burde, uden i særlige Tilfælde, tænke paa at gifte sig tidligere, idet de før denne Alder næppe kan tage en Bestemmelse, der er afgørende for

deres Liv. Kvinden burde dog, efter min Mening, ikke gifte sig, førend hun er 25 Aar gammel, idet hun først da opnaar den fysiske Udvikling, der er nødvendig for tilfredsstillende at kunne bære de Byrder, der venter hende. Først da er hun blevet Kvinde og kan — om nogensinde — have tillegnet sig den modne Kvindes intellektuelle Værdighed og moralske Bevidsthed, der gør det muligt for hende klart at fatte sin ansvarsfulde Stilling.

BEDRØVELIGE FØLGER FOR KVINDEN GRUNDET PAA FOR TIDLIGT ÆGTESKAB. En alt for ung Kvinde taber snart sin Sundhed og sine Kræfter og synker ned enten i en for tidlig Grav, eller ogsaa henslæber hun sit Liv som en udmattet, træt eller forsagt Moder for en alt for talrig Børneflokk. Eller ogsaa kan hendes alt for tidligt indgaaende Ægteskab blive Aarsagen til Barnløshed.

SLEMME FØLGER FOR ÆGTEMANDEN. Ogsaa for Manden kan Følgerne af et for tidligt indgaaet Ægteskab blive ødelæggende. Han bebyrdes alt for hurtigt med de hastigt voksende Familiesorger og mister maaske baade Mod og Haab. Hans Sundhed, ja, endog hans Liv, svæver bestandig i Fare. Den forfærdelige Svindsot er ikke sjælden en Følge af en for tidlig Nydelse af de ægteskabelige Glæder.

DET INDBYRDES FORHOLD MELLEM MANDENS OG KVINDENS ALDER. Man maa ikke glemme, at Kvinden i Reglen er tre Aar ældre end Manden af samme Alder i saavel fysisk som intellektuel Henseende. Ogsaa heraf følger, at Kvinden bør være yngre end Manden, naar hun indtræder i Ægteskabet.

Er Hustruen ældre end Manden, vil dette medføre adskillige Ulæmper. Disse bliver større med Aarene, saa hun en Dag vil blive ubehageligt overrasket ved den Iagttagelse, at

hun er en gammel Kvinde, medens hendes Mand endnu er en forholdsvis ung Mand.

Det er ikke raadeligt for en helt ung Pige at gifte sig med en midaldrende Mand, som, om han ikke danner en Undtagelse fra Reglen, allerede ved Udsvævelser har bortødslet en Del af sine Kræfter og Sundhed, medens hun giver sig ren og uberørt. Til Gengæld for sin Kyskheds rene Guld faar hun kun en falsk Mønt. Desuden findes der en anden Grund, hvorfor man ikke bør opmuntre et saadant Ægteskab. Det er yderst sjældent, en midaldrende Mand tænker paa, at hans Hustru endnu er ung og derfor har Ret til de Glæder og den Hensynsfuldhed, hendes Ungdom fordrer eller længes efter. I Stedet for fordrer han ofte, at den Kvinde, der skal tage sig af hans Hjem og passe ham, i Klædedragt og Væsen skal anlægge den Værdighed og Omtanke, der mere passer for en midaldrende Kvinde. Ved at undertrykke de ungdommelige Impulser og Ønsker, bliver den unge Kvinde snart lig en gammel Kone i saavel Følelser som Handlemaade, og efter nogle Aar ligner hun fuldstændig en ældre Kone i alt undtagen i sit Ydre. Hun har maaske ikke selv nogen Anelse derom, men i Virkeligheden er hun bleven narret for lige saa mange Aar af sit Liv — og det endda de aller bedste — som Forskellen mellem hendes og hendes Mands Alder udgør.

Man skulde tro, at det var fuldstændig unødvendigt at udtale den Afsky, hvormed alle rettænkende Mennesker burde betragte Ægteskabet mellem en ung og en gammel af det ene eller det andet Køn. I en saadan Forbindelse ligger allerede paa Forhaand noget anstødeligt baade mod Moral og god Smag. Et saadant Ægteskab kommer vel heller aldrig i Stand paa den gensidige Tilbøjeligheds Grundvold. Den unge Pige, der kun af økonomiske Grunde indgaar en saadan

Forbindelse, er mere simpel end en prostitueret Kvinde, idet denne kun fornædret sig selv, medens den anden ogsaa profanerer Ægteskabet. I et Fornuftægteskab mellem to Personer af næsten samme Alder er der dog altid den Mulighed, at Interesser og Smag lidt efter lidt kan smelte sammen og en virkelig Tilbøjelighed paa denne maade opstaa, saa det bliver ikke alene en legemlig, men ogsaa en sjælelig Forening. Men hvor Alderdom forener sig med Ungdom, er en saadan Forening saa godt som udelukket. Ingen Harmoni i Smag, ingen Tankernes Forening eller fælles Tankegang kan naas, skønt alt dette tilsammen netop udgør det, der danner et lykkeligt Ægteskab.

DEN OVERDREVEN GAVMILDE MAND. En Mand, der med gavmild Haand strør Penge ud, hvor han kommer, som altid er rede til at laane og give Kredit, spiller en smuk Rolle i Selskabslivet og er i Almindelighed afholdt af saavel Gamle som Unge af begge Køn, men ingen Person er vel daarligere egnet til at opfylde en Ægtemands Pligter. Hustruen saavel som Børnene er i Reglen de, der maa betale Omkostningerne ved denne hans Gavmildhed, idet den, der øser ude, ofte er saa meget mere karrig i Hjemmet.

FYSISKE ULÆMPER VED ET GIFTERMAAL MED EN VELLYSTNING. En fysisk Grund, hvorfor en Forening mellem Renhed og Urenhed aldrig burde finde Sted, bør her fremhæves. Det er, at den Mand, der har ført et tøjlesløst Liv, kan være behæftet med den mest forfærdelige og modbydelige af alle Sygdomme, Syfilis. Denne Sygdom kan ved Ægteskabets Indgaaelse tilsyneladende være helbredet — og gennem nyere Metoder og Lægemedler bliver den sikkert ogsaa i mange Tilfælde varigt helbredet — men den kan ogsaa hvilket som helst Øjeblik paany bryde ud, og da kan der med stor Sandsynlighed forudsættes, at Hu-

struen bliver smittet af den. Kan hun rent æventyrligt undgaa denne Fare, hænder det ofte, at ikke blot hun, men ogsaa Børnene faar et Anfald af den. Kirtelsyge og en Del Hudsygdomme stammer mange Gange herfra. I Reglen aner Forældrene ikke dette Ondes virkelige Karakter, men Lægerne ved, at denne Sygdom hører til den Slags, der er sværest og mest uhelbredelig af alle, i Særdeleshed hvis der ikke søges snarlig Lægehjælp.

Det bliver i et saadant Ægteskab Kvinden, der maa bære Straffen for den dobbelte Synd hun begik, at sætte Værdien af den mandlige Dyd og sin egen Kyskhed alt for lavt. Fordringerne i disse to Henseender maa skærpes.

HVORLEDES KAN EN UNG PIGE SKÆLNE MELLEM EN SÆDELIG OG USÆDELIG MAND? Er en ung Mand kendt for at føre et udsvævende Liv, kan den unge Pige næppe være ukyndig derom. Under alle Omstændigheder kan hun skaffe sig de Oplysninger hun behøver hos sine Forældre, Brødre eller gifte Veninder.

ANVISNING TIL BEDØMMELSE AF EN MANDS SÆDELIGE KARAKTER. En Fremgangsmaade, jeg selv i mange Aar har fulgt, og som endnu aldrig har slaaet fejl, skal jeg her omtale. Naar jeg træffer en ung Mand (eller en ældre), der er usædvanlig fordringsfuld med Hensyn til Kvindens Maade eller Væsen, og som ser noget ondt i alt og hos alle, selv hvor der intet ondt var tilsigtet, end Mand, der misbilliger uskyldige Glæder, fordi en uren Fantasi ser noget urent i dem, altsaa en Mand, der i sin offentlige Optræden overfor Kvinder særlig af hans egen Samfundsklasse er mere end forsigtig, men som, hvor det gælder Kvinder, der staar lavere end han paa Samfundets Trappetige, kan være en fuldstændig Modsætning, og som maaske oven i Købet paatager sig et iøjnefaldende Snerperi, ved jeg meget

vel, hvorledes denne skal bedømmes. Et af disse Symptoner alene er i Reglen tilstrækkelig, for at jeg heraf skal kunne danne mig et Begreb om hans Karakter. Han er eller har været en Vellystning. I Almindelighed er det de lastefulde, der raaber højest og udpeger det onde, hvor den uskyldige ikke opdager noget ondt. Saadanne Mænd holder jeg mig paa Afstand. Ægtemænd af denne Slags giver sig selv det største Spillerum, men vaager skinsygt og mistænksomt over sin Hustrus uskyldigste Handlinger.

TIDE

DEN
KAN LÆSE
Møder i d
saadanne
ved festlig
i stort T
herafskab
aldrig an

FORDE

GE KON

om begge

meratlig

hvor de

sa fordi

ber. Skil

Ung M

ogsaa of

daglige

er. Lig

sin Elsk

det natu

nende F

AFTI

mod, a

med hi

tilfældi

TIDEN FØR OG UNDER FORLOVELSEN.

DEN BEDSTE MAADE, HVORPAA ET UNGT PAR KAN LÆRE HINANDEN AT KENDE, turde være tilladte Møder i det daglige Liv blandt Venner og Bekendte, thi ved saadanne Lejligheder træder Karakteren tydeligere frem end ved festlige Sammenkomster, hvor Parterne sidder pyntede i stort Toilette i stærkt oplyste Værelser. Hvor længe Bekendtskabet end fortsættes paa denne Maade, bliver det dog aldrig andet end overfladisk.

FORDELEN VED DAGLIG OMGANG MELLEM BEGGE KÖN. Det var, efter min Mening, af stor Betydning, om begge Køn fik Lejlighed til at omgaas paa en mere kammeratlig Maade i Skoler, ved Universitet eller andre Steder, hvor de har deres Beskæftigelse, om ikke af andre Grunde saa fordi, at de da vil kunne indgaa fornuftigere Ægteskaber. Skilsmisser vilde da sikkert blive mere sjældne end nu. Unge Mennesker, der føler sig dragne til hverandre, burde ogsaa oftere have Lejlighed til at se hverandre under de daglige Beskæftigelser, hvor netop viser sig som den, han er. Ligeledes var det fordelagtigt, om den unge Mand fik sin Elskede at se i hendes Familie; ligesaa ønskværdigt var det naturligvis, om den unge Pige ogsaa saa ham under lignende Forhold.

AFTENBESØG. Jeg har intet imod Aftenbesøg eller mod, at de unge Mennesker tilfældigvis er alene sammen med hinanden. Men det maa ogsaa forstaas som værende tilfældigt og ikke fordres som en Rettighed. De bør betæn-

ke, at de kan blive forstyrrede, og derfor ikke mene at have Ret til at føle sig forulæmpede.

KVINDENS FREMTID I SPØRSMAALET OM FORLOVELSE. Der er ingen Sandhed i den Paastand, at Kvinden ikke skulle have samme Udsigter paa Ægteskabets Marked som Manden. Kvinden bryder sig i Reglen ikke om at efterstræbe, hvad hun anser for umuligt at vinde, men endog den mest fordringsløse unge Pige forstaar at anlægge det Fortrin, hun giver en bestemt Person, paa en saadan Maade, at denne, om han føler noget Indtryk heraf, uvilkaarlig vil føle sig opmuntret. Jeg har endog hørt Mænd sige, at deres Køns Forfængelighed er saa stor, at en ung Pige udmærket kan blive gift med hvem, hun vil, om hun blot viser den paagældende Person et vist Fortrin fremfor andre, og dette ikke sker paa en for dyb eller iøjnefaldende Maade, saa det virker anstødeligt.

UPASSEND E FORTROLIGHED. Med Hensyn til dette Punkt kan man ikke nok værne de unge Piger. De maa uvillkaarlig tilbagevise en alt for stor Fortrolighed fra den unge Mands Side. De fleste unge Mænd, der nærer Agtelse for den kvindelige Dyd, vil paa den unge Piges mindste Vink straks respektere denne hendes jomfruelige Skyhed. I denne Henseende er Samfundets Meninger imidlertid saa sløve, at den unge Pige undertiden kommer i svær Forlegenhed. Kys tages og gives, og den unge Pige, der sætter sig til Modværg, anses ofte for at være koket eller affekteret. En Vægning betragtes undertiden som en Opmuntring til at lade sig Kysset frarøve. Den, der udsættes for noget saadant, bør hellere roligt og uden Modstand give efter end vedblive med sin Modstand; thi hun kan senere let tilkendegive den paagældende Person, at han har paadraget sig hendes Mis-hag.

KYSSENE. Unge Piger bør ikke kysse andre end deres Forlovede, og ikke engang paa ham bør de ødsle for meget med deres Ømhedsbeviser. Kan de ikke uden at stille sig selv i falsk Belysning, f. Eks. i en Panteleg, unddrage sig et Kys, bør de i saadanne Tilfælde forholde sig fuldkommen rolige og passive.

DEN UNGE KVINDES ANSVAR. Dette Ansvar har ikke udelukkende til Formaal at bevare vordende Hustruer kyske og rene for deres Mænd, men er ogsaa beregnet paa at bevare Mandens Renhed. Den unge Pige ved i Reglen ikke, men jeg mener, hun bør vide det, at Mandens Lidenskaber vækkes meget lettere og hæftigere end hendes egne. En vis Letfærdighed i Manerer og Optræden, hvori den unge Pige tankeløst — og uskyldigt naar hun ikke kender Følgerne — gør sig skyldig i overfor Manden, kan opvække hans Lidenskaber saaledes, at han, om han i hendes Nær-værelse behersker sig, iler direkte fra hende i en falden Kvinde's Arme. Derfor bør den unge Pige i denne Henseende gøres opmærksom paa sit Ansvar. Mangen Pige vil sikkert forfærdes, om hun bliver oplyst om den Forargelse, hun under visse Forhold kan afstedkomme. Hun bør derfor være forsigtig og ikke glemme, at hun ikke blot har sin egen Sikkerhed at vogte, men ogsaa sine Ungdomsvenners af det andet Køn.

FORTROLIGHED MELLEM FORLOVEDE. Herom er Meningen noget delte. Har Forlovelsen Udsigt til at blive af kort Varighed, kan det ikke skade, om man ikke holder for strængt paa de Forskrifter, der gælder for Forlovede; thi den halve Glæde ved Forlovelsen ligger netop i de Privilegier, som man nu en Gang har givet denne: de ømme Haandtryk, de Kys, der gives og tages, samt de halvt tilladte Ømhedsbeviser.

NØDVENDIGHED AF FORSIGTIGHED. Den unge Kvinde maa dog ogsaa her være forsigtig saavel for sin egen som for sin Forlovedes Skyld. Tillader hun, at hans Kærtegn bliver upassende, maa hun vel vide, at der findes Mænd, der aldrig tilgiver dette. Dette er rigtignok en af de største Uretfærdigheder, der kan opvises, thi har en Mand gjort sig skyldig i at forlede sin Kæreste til noget, der er upassende, burde dette være den stærkeste Grund for ham til hurtigst at gifte sig med hende, uanset om begge har ladet sig forlede af deres Lidenskab, eller om hun, idet hun elsker ham alt for højt, gav efter for ham — i begge Tilfælde er han bunden til hende. Han har jo lige saa stor Fejl som hun, og det er i højeste Grad uretfærdigt at forlade hende og lade hende ensom bære den tunge Straf Verden paalægger hende. Efter al Sandsynlighed vil hun, trods dette ene Fejltrin, blive en lige saa god Hustru. I Guds Øjne er hun allerede hans Hustru; thi Guds Lov bestod førend Menne-skers Lov, og Ægteskabet bestaar i udvekslede Løfter og Kærlighed og Trofasthed Mand og Kvinde imellem og den fysiske Opfyldelse af disse Løfter. Det retslige Form udgør ikke Ægteskabet, den gør det kun lovgyldigt. Selv om der ikke fandtes nogen Lov, vilde Ægteskabet alligevel eksistere. Derfor gentager jeg endnu en Gang, at den unge Pige maa være sig for at komme i en tvivlsom Stilling. Tænker hendes vordende Ægtemand end aldrig saa højt og ædelt, vil han dog angre det, saa længe han lever, og have meget Besvær med at formaa andre til at glemme det, selv om han senere lever nok saa eksemplarisk.

OPFØRSEL UNDER EN LANG FORLOVELSE. Bli-ver Forlovelsetiden lang, bør den unge Pige allerede fra første Færd iagttage den største Forsigtighed. Visse Forhold, der kan udskyde Brylluppet, kan indtræffe og i det store og

Hele gøre det mere usikkert, og det vil ikke være behageligt for den unge Pige at mindes — ifald Forlovelsen brydes —, at der findes en ung Mand, der ikke blev hennes Ægtefælle, men som hun dog har givet saadanne intime Æmhedsbeviser, som kun tilkommer hendes Mand.

FORDELEN VED EN KORT FORLOVELSE. Kan Omstændighederne tillade det, bør Forlovelsestiden, for at undgaa at de Unge udsættes for Fristelser, helst være kort. Man bør ikke uden en omhyggelig Prøve binde sig til hinanden, men har Forlovelse virkelig fundet Sted, bør den betragtes som Forspillet til et snart forestaaende Bryllup.

ER FORLOVELSEN ABSOLUT BINDEnde? Nej, den er kun at betragte som en kort Prøvetid, efter hvilken begge Parter kan trække sig tilbage, om han eller hun har Grund dertil. Mener en af Parterne at have fundet en gyldig Aarsag til at hæve Forbindelsen, vilde det være højst uretfærdigt mod den anden Part ikke at tale om Sagen. En bitter, men kort Smerte er bedre end en livsvarig Ulykke. Den ene bør selvfølgelig ikke tvinge den anden til en Forbindelse, der forekommer ham eller hende trykkende eller modbydelig. Men kun hvis man er fuldt overbevist om, at det kommende Ægteskab vil medføre en Ulykke for en af Parterne eller maaske for begge, bør man hæve Forlovelsen.

KÆRLIGHED VED FØRSTE ØJEKAST. Næsten alle Hverdagsmennesker ler ad den Tanke, at Kærlighed kan opstaa ved første Blik. Denne Paastand kan vel ogsaa nok synes en Smule absurd, idet Kærlighed i Almindelighed først lidt efter lidt spirer frem. Ikke desto mindre hører man ofte Tale om Par, der allerede ved første Blik følte sig draget til hinanden, at dette umiddelbart overgik til virkelig Kærlighed og fandt sin Afslutning i et lykkeligt Ægteskab. Jeg erindrer meget vel en Mand, der i mange Aar blev sin

første Kærlighed tro — en ung Pige, som Forældrene tvang til at give ham Afslag —, indtil han en Dag, da han tilfældigt passerede gennem et Værelse, fik Øje paa en Kvinde, der gjorde et saa dybt Indtryk paa ham, at han straks var paa det rene med, at hun alene maatte blive hans Hustru. Han kunde ikke frigøre sig fra denne Følelse, selv ikke, da hun efter et længere Bekendtskab gav ham en Kurv. Enden paa Historien blev imidlertid, at de giftede sig med hinanden; endnu efter mange Aars Forløb var hans Kærlighed lige saa stærk som i Begyndelsen. Naturligvis forfægtede han altid senere med Iver Teorien om Kærlighed ved første Blik.

„PLATONISK VENSKAB”. Det kan jo muligvis anses for mindre passende at behandle dette Æmne i dette Kapitel, der omhandler Tiden før og under Forlovelsen. Men eftersom jeg har et Par Ord at sige herom, og de ikke passer bedre paa noget andet Sted, maa de skrives her. Næsten alle unge Piger tror fuldt og sikkert paa Muligheden af platonisk Venskab, selv om dette Venskab ogsaa Gang paa Gang viser sig kun at være en Illusion. De unge Mænds Opfattelse i dette Punkt kender jeg derimod ikke noget til, men jeg ved, at visse Venner har en ubehagelig Tilbøjelighed til at afsløre sig som Friere og fylde deres Veninders Hjærter med Forbavselse. Alligevel maa jeg indrømme, at jeg, en Kvinde i en fremskreden Alder, elsker dette Ideal og anser dets Virkeliggørelse for mulig. Det er alt for smukt til ikke at være sandt, men jeg raader de unge Piger til stedse at være paa deres Post.

ÆGTESKABET OG FAMILIEN.

BRYLLUPSREJSER. Mangt et nygift Par mener at skulle foretage en Bryllupsrejse, hvor indskrænke Hjælpe-midlerne end maatte være. Da Bryllupsrejserne oprindeligt er kommet paa Mode for at unddrage et ungt Par, der træder ind i et nyt fysisk og intellektuelt Forhold til hinanden, nyfigne Blikke, ubehagelige og nærgaaende Bemærkninger og ufornuftige Indblandinger af Uvedkommende, saavel som for at give dem Tid til at passe sig ind i de ny Forhold, kan man vanskeligt indvende noget imod dem. En saadan Periode i Ro og Ensomhed, hvor de begge udelukkende er henviste til hinandens Selskab og faar Lejlighed til at kende hinandens Karakter, synes virkelig at kunne være yderst formaalstjenlig. Men paa alt dette tænker man ikke ved de moderne Bryllupsrejser. I Stedet for at trække sig tilbage fra Verdens Blikke, slaar man sig sædvanligvis ned paa de mest bemærkede og overfyldte Pladser. I Stedet for at undgaa Opmærksomhed, udsætter man sig saa meget som muligt for den, og i Stedet for under de gunstigste Forhold at lære hinandens Karakter at kende, paabyrder man sig alle en Rejse Besværligheder, farer omkring og betragter alle Seværdigheder o. s. v. Den deraf følgende Træthed i Forbindelse med den nervøse fysiske Ophidselse, der er forbundet med det ægteskabelige Samlivs Begyndelse, fremkalder ofte mer eller mindre gode Karaktertræk og turde mangen Gang være Aarsagen til, at Ægtefællerne efter Rejsens Slutning er mindre glade ved hinanden, end da de tog ud. Da den

moderne Bryllupsrejse, desuden koster mange Penge, erindres det unge Par maaske længe om deres Daarskab, gennem de Savn de maa paalægge sig. Den bedste og forstandigste Bryllupsrejse et ungt Par kan foretage sig, er at begive sig direkte til det ny Hjem, som lige fra Bryllupsdagen smykkes med alle de lyse Minder, der tilhører og forskønner et lykkeligt Ægteskab. Selv om det unge Par ogsaa maa begynde meget smaat, ligger der ikke nogen Ulykke deri; først og fremmest gælder det om at afsondre sig fra den omgivende Verden, saa Hjemmet bliver noget aldeles enestaaende — en Plads, der er hellig og dyrebær, hvilket den aldrig kan blive indenfor et Hotels eller Pensionats Vægge. De Familier, der indretter deres Hjem saaledes, bliver altid de lykkeligste.

MISBRUGET AF DE ÆGTESKABELIGE RETTIGHEDER. Der er ingen Tvivl om, at mangan Hustru lider af Mandens Misbrug af de ægteskabelige Rettigheder, selv om han forøvrigt i alle Henseender er god imod hende. Nogle Ægtemænd bryder sig slet ikke om at beherske deres Lidenskab og anser det for Hustruens Pligt altid at imødekomme deres Ønsker. Man kan dog let tænke sig, at en Mand med lidenskabelig Natur, der ikke paa nogen Maade lægger Band paa sine Tilbøjeligheder, vil komme til at gøre Livet bittert for en fin, anderledes dannet Kvinde. Ligesom Kærligheden er Ægteskabets aandelige Baand, saaledes burde den gensidige Tilfredsstillelse af det sanselige Begær være det legemlige Baand mellem de to Ægtefæller. Kærligheden er rigtignok lige saa villig til at give som til at tage, men den maa ogsaa være rede til Selvfornægtelse, hvor dette fordres. Og det er sikkert, at den Kvinde, der mærker, at hendes Man viser Overbærenhed med hende, belønner dette ved en fra hendes Side udvist kærlighedsfuld Imødekommenhed,

BERETTIGEDE GRUNDE TIL AFHOLDENHED I ÆGTESKABET. Der gives visse Tider og Omstændigheder, hvor en Kvinde er fuldkommen berettiget til at unddrage sig den ægteskabelige Kønsomgang, nemlig i Menstruationstiden, en Maaned efter hun er blevet Moder, tre Maaneder efter en Abort, under Rekonvalescensen efter en almindelig Sygdom, hvor hun er svag og daarlig, i Tilfælde af en Underlivslidelse samt visse Dage før og efter Menstruationen; endvidere naar Manden ikkê er nøgtørn, og naar hun ved, han er hende utro. Særlig i det sidste Tilfælde mener jeg, Hustruen fuldstændig bør unddrage sig alt ægteskabeligt Samleje, forsaavidt hun da besidder nogen Selvagtelse.

OVERDREVEN TILFREDSSTILLELSE AF KØNSDRIFTEN er meget skadelig og kan undertiden aldeles undergrave baade Helbred og Viljekraft. Savner Manden Selvbeherskelse, bør Hustruen søge at holde hans Lidenskab indenfor Sædelighedens Grænser, saavel for hans som for sin egen Sundheds Skyld.

BØR MAND OG HSTRU DELE SENG? Ja, hvis de begge ønsker det. Men om ingen af dem eller kun den ene ønsker det, om det kan antages, at den enes Sundhed kan lide derved, eller om Manden ikke kan tøjle sin Lidenskab, gør de klogest i at have hver sin Seng. Er den sistnævnte Grund den vægtigste, er det endog bedst, de har hver sit Soveværelse.

BEFRUGTNINGEN. Den Maade, hvorpaa Befrugtningen sker, har længe været et Tvistens Æble mellem Fysiologerne, der har fremsat en Mængde Teorier herom. Visse Fakta er gennem videnskabelige Eksperimenter bleven kendte, og endnu flere vil nok blive det med Tiden. Man ved, at der fra Kvindens Æggestokke regelmæssig løsner sig et lille Æg — som Regel en Gang hver fjerde Uge under Menstruations-

perioden. Dette Æg passerer lidt efter lidt ned i Livmoderen gennem Æggelederen, der forener Æggestokkene med Livmoderen. Nu antages det, at om dette Æg, medens det endnu er i Livmoderen, kommer i Berøring med den mandlige Sædvædske, finder en Befrugtning Sted. Ægget forbliver da i Livmoderen og udvikler sig til et Foster.

BEFRUGTNINGENS BETYDNING FOR AFKOMMET.

Man ved kun lidt om, paa hvad Maade Befrugtningen gaar for sig, og kommer vel aldrig til fuld Kundskab herom. Man tror imidlertid eller antager i det mindste, at det Øjeblik, hvor denne finder Sted, er af stor Betydning for det kommende Barn. Det er imidlertid paavist, at Befrugtning ikke altid finder Sted netop under den ægteskabelige Kønssomgang, men ofte endog nogle Dage derefter gennem de Sædlegemer, der bliver tilbage og saa at sige opsøger Ægget i Livmoderen.

AARSAGER TIL UFRUGTBARHED. Disse Aarsager er mange. Det er imidlertid bekendt, at de Riges Familier i Reglen ikke er saa store som de Fattiges. Grunden hertil turde være, at Uvirksomhed og Vellevned indvirker hæmmende paa Forplantningen. Livmoderens fejlagtige Leje kan ogsaa være Aarsagen til Barnløshed. Hvis Ufrugtbarhed hidrører fra denne eller lignende Aarsager, kan man næsten altid vide det paa Grund af de Plager og den Upasselighed, der da følger med Menstruationen. Denne Fejl kan naturligvis afhjælpes, og man bør da straks raadspørge Lægen. Kraftløshed kan ofte forhindre Befrugtning eller foraarsage Abort. Samme Resultat kan ogsaa fremkaldes af en umaadeholden Tilfredsstillelse af det sanselige Begær. Ogsaa efter at Befrugtning har fundet Sted, kan det hændes, at Muligheden for Abort er saa stor, at Kvinden aldrig gaar sin hele Tid ud. Abort kan finde Sted saa ofte og i en saa

tidlig Periode af Svangerskabet, at Kvinden ikke engang aner det virkelige Forhold og selv tror, hun er ufrugtbar. Ved man, eller faar man Mistanke om Tilbøjelighed for Abort, bør man raadspørge en Læge, helst en Specialist i Kvindesygdomme. Denne kan da muligvis anvise et Middel til Forebyggelse heraf eller i det mindste gøre det mindre sandsynligt for Fremtiden. Ingen ægteskabelig Kønsomgang bør finde Sted mellem Ægtefællerne indenfor tre Maaneder efter en Abort, for saa vidt man virkelig vil formindske Udsigterne til dens Gentagelse. Dette er nogle af de Aarsager til Ufrugtbarhed, der kan afhjælpes. Der findes ogsaa andre Grunde, velbekendte for Lægen, men overflødige at omtale her.

MIDLER MOD UFRUGTBARHED. En barnløs Hustru, der vil være Moder, bør leve paa en enkel, men kraftig Diæt, spadsere meget (for saa vidt hendes Barnløshed ikke er Resultatet af en Abort, i saa Fald bør hun helst holde sig i Ro), ikke udsætte sig for unødvendige Sindsbevægelser eller nyde stimulerende Midler. Lider hun af noget lokalt Onde, bør hun raadspørge Lægen herom, og hendes almindelige Sundhedstilstand bør drives til sit højeste mulige Punkt. I det ægteskabelige Samleje maa hun iagttage megen Maadeholdenhed. Omskiften af Luft og Opholdssted i Forening med et længere eller kortere Fravær fra Manden har ofte gjort god Virkning.

FOSTERFORDRIVELSE UNDER FORMILDENDE OMSTÆNDIGHEDER. Det kan selvfølgelig aldrig falde mig ind paa nogen Maade at forsvare denne Forbrydelse, men jeg maa dog ved Bedømmelsen heraf tage Hensyn til de formildende Omstændigheder, der ofte kan ledsage den. Den almindelige Mening blandt Kvinderne — endog blandt de meget intelligente — er, at Fostrets Liv ikke begynder før

end med dets Bevægelsesevne, og at Fremkaldelse af en Abort førend dette Tidspunkt ikke er en Udsettelse af et Liv, men kun en Fjernelse af en fysisk Hindring. Ingen har haft Dømmekraft nok til at lære dem bedre, og en Kvindes Udtalelse har naturligvis ikke stort at betyde for dem. Det er kun faa, der har Rede paa den alvorlige Fare, der truer Helbredet, ja, endog Livet ved en Abort. De tror, at det kun volder længere eller kortere Upasselighed, fra hvilken de dog helbredes hurtigere end fra en almindelig Fødsel. Saaledes paadrager de sig efter en Abort næsten ufejlbarligt Sygdomme, som de, med større Forsigtighed, muligvis kunde have undgaaet.

SKADEN VED KVAKSALVERI. Der findes ingen Kvindesygdomme, der uden Fare kan behandles medicinsk af nogen anden end en Læge. Alt Kvaksalveri er absolut forkasteligt. Mangen har gennem saadanne Forsøg fremkaldt en langvarig Sygdom i Stedet for Helbredelse.

HVORLEDES KAN FOSTERFORDRIVELSE FORHINDRES? Der findes kun et eneste Middel, hvad Kvinderne selv angaar, til at forhindre denne Forbrydelse. Og dette Middel er at bibringe dem Kundskab og Oplysning om, hvad de ikke ved. Det maa være klart for dem, at Fostret har Liv fra selve Befrugtningsøjeblikket, og at dette Liv er næsten lige saa adskilt fra Moderens, som naar Barnet er blevet født til Verden og tager sin Næring fra hendes Bryst. Moderens Bækken er kun Fostrets første Vugge, og Livmoderen det Dækken, der hyller og beskytter det, til det naar en saa stor Udvikling, at det kan leve ude i det fri. Det er hendes Barn fra første Stund, og hun er Moder til det fra første Øjeblik af dets Tilværelse.

KVINDEN ER IKKE SAMVITTIGHEDSLØS. Hun kan rigtignok være tankeløs og ufornuftig, ja, endog meget

urimelig, men hun ejer dog sin Samvittighed. Indser hun, at Fosterfordrivelse lige saa sikkert er Mord, som om hun dræber det lille Barn, der hviler i hendes Arme, vil hun med Rædsel vige tilbage herfra.

FORFØRERENS MEDDELAGTIGHED I FORBRYDELSEN er i Reglen den, som Verden sjældent erindrer sig. Jeg mener den Kvindes Mand eller Forfører, der begaar den. Naar Kvinden er ugift og tager sin Tilflugt til denne Forbrydelse for at skjule sin Skam, er hun lige saa beklagelsesværdig som dadelværdig. Hun drives til en Tilstand af Fortvivlelse, som Manden aldrig kan gøre sig den ringeste Anelse om, og som er saa nær Vanviddets Grænse, at man med meget større Grund skulde paastaa, hun var sindssyg end saa mange andre Mordere, der af denne Grund frikendes; men noget Hjælpemiddel er aldrig bleven foreslaaet og findes vel heller aldrig. Et Middel vil jeg dog her foreslaa. Jeg er jo kun en Kvinde og ser uden Tvivl mange Ting i et andet Lys end en Mand, men jeg er alligevel fuldstændig forvisset om, at min Plan baade kan lade sig udføre og vil være virkningsfuld.

EN VIRKNINGSFULD MAADEHOLDENHEDSLOV. For adskillige Aar siden skrev jeg lejlighedsvis i et Tidsskrift en Artikel om de Ulykker, som Drukkenskaben volder, og udtalte deri som min Overbevisning, at den eneste virksomme Dæmper paa Drukkenskaben vilde være den, at Forhandlerne af stærke Drikke paalagdes at erstatte de Ulykker, de med deres Handel var Ophavet til, med Pengebøder. Selv ansaa jeg mig paa den Tid for meget radikal og troede at staa alene med min Opfattelse, men den er virkelig blevet til Lov i mange af Amerikas førende Stater, og dens lykkelige Virkninger ligger i det Faktum, at den lægger Forsvarsvaabenet mod Spiritushandelen i Hænderne paa dem, der

lider mest deraf — Drankernes beklagelsesværdige Hustruer. Saaledes er Sandheden af min Paastand blevet bekræftet.

FORFØRERENS STRAFBARHED. Det er et lignende Princip, jeg vil hævde i Spørgsmaalet om Fosterfordrivelse, i Særdeleshed hvis denne er Følgen af en Forføring. Den almindelige Mening kan jo ikke omskiftes saa let, men det kan dog ske, og man kan lave Love. Hos den ugifte Kvinde er det næsten altid en eneste Drivfjeder, der kan formaa hende til at begaa en saadan Forbrydelse, og det er Frygten for Vanære. Har hun altsaa gjort sig skyldig i Fosterfordrivelse eller Barnemord, burde hendes Forfører anses for hendes Medskyldige og lide samme Straf som hun. Rigtig nok kan Forbrydelsen være begaaet uden hans Vidende eller paa Trods af hans ivrige Protester, men ikke desto mindre burde hans Medskyldighed være hævet over al Tvivl, idet det var ham muligt at forebygge Forbrydelsen paa to Maader: i første Tilfælde ved at afholde sig fra at spille Forførerens Rolle og senere, naar han faktisk har gjort dette, kunde og burde han vel gifte sig med hende og afvende den Skam, der drey den stakkels Kvinde til en saadan Yderlighed. Findes der nogen Forskel paa dem, er det ham, der har den største Fejl; thi foruden at han er meddelagtig i Forbrydelsen, dømmes han koldblodigt et menneskeligt Væsen, hvis største Fejl var en ubegrænset Tillid til ham, til at udsætte sig for Lidelser, Skam og Fortvivlelse og ofte moralsk Undergang.

EN ÆGTEMANDS ANSVAR. Ægtemanden kan være fuldkommen skyldfri, hvis han nemlig hverken havde Kendskab til Forbrydelsen eller gav sit Samtykke dertil. Men desuagtet bør han ikke anses for helt og holdent at være uden Fejl; thi Hustruens fortvivlede Stilling kan ofte skyldes, at han har givet sine Lidenskaber frit Spillerum.

ÆGTESKABELIGE RETTIGHEDER. Det har baade overrasket og forbavset mig at finde, at baade blandt Mænd og Kvinder den Opfattelse raader, at Ægtemanden ikke behøver at paalægge sig nogen Tvang eller vise noget Hensyn i Spørgsmaalet om Udøvelsen af sine ægteskabelige Rettigheder. Disse anses for ubestridelige, og den Kvinde, der vil forsøge at betvivle dem eller begrænse dem, anses i høj Grad for dadelværdig. Saaledes har jeg bevidnet, at uskyldige og lidende Hustruer har maattet bære Ansvar for Mandens Utroskab, endog naar denne har haft sin Grund i den mest krasse Egennytte og undertiden har grænset til dyrisk Sanselighed. Hverken hans eget Køn eller Kvindekønnet synes at mene, at Manden er bunden af nogen Moralens eller Selvbeherskelsens Lov paa dette Punkt. I sin Egen-skab som Ægtemand anser han sig for berettiget til at tilfredsstille sine Lidenskaber for en hvilken som helst Pris. Om han derigennem udsætter Hustruens Liv for Fare eller volder hendes Død, anses dette rigtignok for meget ulykkeligt, men ikke paa nogen Maade for dadelværdigt.

NØDTVUNGEN BARNEFØDSEL. Hvor ofte ser vi ikke, at Hustruer, der kun med største Fare for Liv og Helbred gennemgaar en Fødsel, alligevel bestandig tvinges dertil, indtil de sluttelig bukker under derfor, og enten henslæber deres Dage som hjælpeløse Invalider eller finder et Tilflugtssted i Graven, den eneste Plads, hvor de kan være sikre paa at faa Ro og Hvile. En Gang hørte jeg en saadan Kvinde omtale — endnu helt ung af Aar —, der allerede havde givet Liv til ti Børn, kun for at gennemgaa den yderligere Lidelse at se dem føre en hensygnende Tilværelse og saa borttages af Døden, medens de endnu var ganske smaa. Ved enhver ny Fødsel forklarede Doktoren, at denne burde være den sidste, idet hendes Liv paa Grund af hendes

Svaghestilstand svævede i virkelig Fare. Hun henslæber endnu en bedrøvelig Tilværelse. Omgiven af al den Luksus, Rigdom kan frembringe, aner hun dog ikke, hvad fysisk Velbefindende vil sige. Og hendes Mand roser sig af sin ægteskabelige Trofasthed mod sin Hustru. Saaledes igen et Tilfælde blandt utallige andre, der viser, at Manden for at være en god og kærlighedsfuld Ægtemand maa vænne sig til Selvbeherskelse i Stedet for ubesindig at tilfredsstille sine Lidenskaber.

Nogle Kvinder er fysisk saaledes beskaffede eller saa svagelige, at de under hele Svangerskabet lider af Upasselighed og Fødselen er dem uendelig smærtefuld. Slige Kvinder maa, om der ikke findes noget Middel til at forebygge det, tilbringe i det mindste en Trediedel af deres Liv under haabløse Lidelser. Betragter vi en saadan Kvinde og betænker, hvorledes disse Lidelser ofte paatvinges hende, kan vi ikke undre os over, at hun undertiden, ukyndig om den Forbrydelse hun begaar og den Fare, hun udsætter Liv og Helbred for, søger at undgaa Ondet ved at fremkalde en Abort. Det nytter ikke noget at forestille en saadan Kvinde, at hun, om hun ikke vil bære Ægteskabets Besværligheder, aldrig burde have giftet sig. Kun et ringe Antal ugifte Kvinder har rigtigt Kendskab til disse Besværligheder, og ingen ved, i hvor høj Grad de vil falde i hendes Lod.

I LYST OG NØD. Ægteskabet er en hellig Forening, hvor Mand og Hustru er bunden til hinanden og pligtige til at dele godt og ondt. Men det er ikke rigtigt, at alt det gode skal være paa den ene Side og det onde paa den anden. Mændene burde være pligtige til at dele Ægteskabets Besværligheder med deres Hustruer, og hvis disse Genvordigheder bestaar i at lægge Baand paa deres sanselige Begær, burde de gøre det til en Pligt at underkaste sig dem.

BEGRÆNSNING AF AFKOMMET. Selv om vi alle kan være enige om, at mange Børn i en Familie under gunstige Forhold er ønskværdigt, gives der dog Tilfælde, som berettiger — ja, rent ud fordrer — en Begrænsning af Børnenes Antal; thi Hustruens Helbred maa i ethvert Tilfælde tages i Betragtning. Gives der noget personligt Spørgsmaal, som det enkelte Individ maa have Ret til at afgøre, maa Kvinden vel have denne Ret, naar det gælder at føde Børn. Hun maa jo saavel før som efter Fødselen bære Smærter, Lidelser og Ansvar, og hun kan derfor bedst bedømme, hvor langt hendes Kræfter kan række. Dog bør hun naturligvis ikke uden alvorlig Grund nægte sit Samtykke. Men om hun gør det, er det hjærteløst af Manden at ville tiltvinge sig det.

DET ER IKKE BEFOLKNINGENS KVANTITET MEN KVALITET, DER HAR BETYDNING. Vi vil udmærket kunne klare os med en mindre Forøgelse af Folkemængden, naar blot de Børn, der fødes, lovede en bedre fysisk Udvikling og blev bedre opdragede i moralsk Henseende. En Kvinde, der er overanstrengt og nedbrudt af alt for talrige Barselsenge, kan aldrig give Liv til saa sunde og kraftige Børn eller anvende saa megen Tid til deres aandelige og moralske Opdragelse, som hun burde gøre.

PAA HVILKEN MAADE BØR BØRNENES ANTAL BEGRÆNSESES? Dette er et Spørgsmaal, som mange lidende Kvinder har gjort sig. De spørger mangan Gang deres Læger under Forløsningens Pinsler, men faar i Reglen kun bidske og afvisende Svar.

MIDDEL MOD BEFRUGTNING. Et Middel, som ganske sikkert ikke medfører nogen farlige Følger, kan med Fordeel anbefales som sundhedsbringende for baade Mænd og Kvinder, et Middel, der hverken er stødende mod moralske

eller fysiske Love; det er ganske enkelt følgende: Maadeholdenhed i den ægteskabelige Kønsomgang. Der findes nemlig i enhver Maaned en Tid, hvor Befrugtning ikke finder Sted. Denne Tid begynder den tiende eller tolvte Dag efter Menstruationens Ophør og slutter seks eller syv Dage inden næste Periode indtræffer. Før denne tiende eller tolvte Dag kan det Æg, der ved Menstruationen løsnes fra Æggestokken, endnu opholde sig i Livmoderen eller Moder-skeden og saaledes blive befrugtet. Ligeledes kan det blive befrugtet, hvis ægteskabeligt Samleje finder Sted umiddelbart førend Menstruationsperioden, idet den mandlige Sæd, der bliver tilbage, efter hvad flere Læger har paavist, kan beholde sin Livskraft endog i seks eller syv Dage. Efter Menstruationens tolvte Dag indtil den syvende eller mulig sjettede Dag førend næste Periode, finder, saavidt jeg ved, Befrugtning ikke Sted. Afholdenhed og Selvfornægtelse er altsaa de eneste Midler, gennem hvilket dette ofte saa ivrigt eftertragtede Maal kan naas. Maaske gives der andre Midler, men jeg kender dem i det mindste ikke.

FORSKELLIGE KØN. Det har stedse været et Ønske at kunne opdage et Middel til efter Behag at forplante det ene eller det andet Køn. Mangfoldige Teorier af denne Art er bleven opstillede, men ingen har ledet til det ønskede Resultat.

FORKERTE MENINGER OM DENNE SAG. En ret almindelig Mening er imidlertid, at det beror paa Faderens eller Moderens større Lidenskab, om det ene eller andet Køn bliver fremherskende blandt deres Børn. Denne Mening har i Virkeligheden ikke den ringeste Grund at støtte sig paa. En anden Mening, der maaske indeholder et Gran af Sandsynlighed, men heller ikke mere, er den, at større Livskraft hos Faderen avler Døtre, hos Moderen Sønner.

NYERE MENINGER ANGAAENDE DE FORSKELLI-
GE KØN, der har vunden mere Hævd blandt Læger og
Videnskabsmænd, paastaar, at hvis ægteskabeligt Samleje
finder Sted fra den anden til den sjette Dag efter Menstrua-
tionen bliver Barnet en Pige, ni til tolv Dage efter denne
en Dreng, eller hvis Befrugtningen finder Sted i den første
Halvdel mellem Menstruationsperioderne, bliver det en Pige,
i den sidste en Dreng.

VIDENSKABELIGE BEVISER PAA DENNE TEORI.
Disse Teorier støtter sig paa adskillige Fakta indenfor Dyr-
og Planterverdenen. Botanikere og Gartnere ved, at hos
Træer og Planter, der er tvekønnede, bærer de tidligste og
kraftigste Skud Hunblomster, de senere derimod, der skyder
op efter at Træets Kraft er i Aftagende, Hanblomster. Et
lignende Faktum er konstateret af Optrættere af Kvæg og
Fjerkræ. Som et yderligere Bevis for denne Teori anfører
man endvidere, at af de først lagte Æg udklækkes Høne-
af de senere Hanekyllinger.

ØNSKER UNGE PIGER AT BLIVE MØDRE? Naar
den unge Pige udvikler sig til Kvinde, er Moderkærligheden
endnu uudviklet. Af den Skare unge Piger, som jeg har
kendt, mindes jeg kun to, som oprigtigt indrømmede, at de
gjerne vilde blive Mødre. Disse to erkendte desuden, at de,
ifald de blev gift, gjerne vilde have mange Børn, hos en af
disse var imidlertid Moderinstinktet ikke tilstrækkelig stærkt
udviklet til at formaa hende til at indtræde i Ægtestanden,
skønt hun ikke manglede gode og fordelagtige Ægteskabs-
tilbud. Hun er nu et godt Stykke oppe i Trediverne og
fører et roligt og, efter hvad hun paastaar, lykkeligt Liv,
men har ikke saa meget som en Kat, Hund eller Fugl at
ødsle sin Æmhed paa.

Utvivlsomt findes der mange, som med Harme vil erklære, at den synlige Mangel paa moderlige Instinkter er baade unaturlig og skammelig. Men det er ikke nogen Degeneration, men tværtimod en naturlig Tingenes Ordning. Pigetiden er ikke den Periode i Livet, hvor det er nødvendigt, at de moderlige Instinkter udvikles. Kvinden skal være Hustru, før hun bliver Moder. Det er tilstrækkeligt, at Instinktet formaar den unge Kvinde til at paalægge sig Hustruens Pligter uden egentlig at tænke videre paa Moderens.

UNGE HUSTRUER ØNSKER IKKE ALTID AT FAA BØRN. Naar en unge Pige gifter sig, har hun ofte en højst utilfredsstillende Kundskab om de alvorlige og hellige Pligter, som møder hende. Ikke sjældent møder hun dem med samme Tankeløshed som Forberedelserne til et Bal. Naar hun paatager sig en Hustrus Pligter, tager Tanken om Børn Form af en ubestemt Frygt for en mulig forestaaende Ulykke, som hun sikkert haaber, at hun, naar alt kommer til alt, paa en eller anden uransagelig Maade skal undgaa. Et indtagende uskyldigt Barn, som baade var Hustru og Moder, fortalte mig en Gang med henrivende Naivitet, at hun paa sin Bryllupsdag havde bedt inderligt til Gud, at hun aldrig maatte faa nogen Børn; men da hun, inden Aaret var gaaet, alligevel fik et Barn, drog hun den Slutning, at det i den Henseende ikke hjalp at bede.

MANDENS TRØSTEGRUNDE. Da Manden i Almindelighed ikke rigtig kan vurdere Hustruens Tilstand, synes han maaske mangan Gang hjærteløs, skønt jeg tror, at denne tilsyneladende Hjærteløshed oftest kan tilskrives Tankeløshed og Uvidenhed. Han ser sin Hustru nedtrykt og besværet af det, som han ved er Kvindernes fælles Lod. Han kan ikke forstaa hendes Lidelser eller sætte sig ind i hen-

des Følelser. „Hvad andet ventede hun end at faa Børn, da hun giftede sig! Hun lider vel ikke mere end andre Kvinder! Hvorfor da gøre saa meget Væsen af det! Det er jo Naturens Gang.” Han deler fuldstændig den Opfattelse, som udtaltes engang om Aalen, at den bør væne sig til at blive flaaet. Dette er en daarlig Trøst for den lidende, maaske af Rædsel grebne Kvinde, og hun saares dybt deraf; thi just fra ham ventede hun Sympati og Hjælp og mødes af, hvad hun opfatter som kold Hjærteløshed. Hun havde ikke tænkt sig Muligheden af at faa Børn, da hun giftede sig, thi hun havde aldrig tænkt paa noget saadant; selv om alle Kvinder i Verden led det samme som hun, formindskede det dog ikke hendes egen Lidelse.

FØLELSER EFTER DEN FØRSTE FØDSEL? Den første Fødsel glemmer jeg aldrig. I flere Aar efter kunde jeg ikke høre omtale nogen Ven eller Bekendt i saadan Tilstand, at hun muligvis skulde gennemgaa noget lignende, uden at gennembæves af en Gysen, og jeg tænkte, at en Henrettelse sikkert maatte være langt lettere, da de Kvaler, der følger med den, vanskelig kunde være værre, og bestemt af langt kortere Varighed.

LINDRINGER AF SMÆRTERNE VED FØDSELEN. Jeg har siden erfaret, at selv om det sandsynligvis er naturligt, at en Fødsel altid er mere eller mindre smærtefuld, kan disse Smærter dog paa forskellige Maader lindres, saa at de ikke behøver at imødeses med saa megen Frygt.

SYGESENGENS KVALER. Endnu har jeg ikke sagt noget om Kvalerne paa Sygesengen; men Hovedet værker saaledes, at man tror det skal sprænges, saa snart det rører ved Hovedpuden, og dog er det saa svagt, at det kun et Øjeblik ad Gangen kan løftes derfra. Jeg har ikke nævnt noget om den væmmelige Medicin, som man tvinges til at

tage, om Sygemaden, som man er tvungen til at spise, en vis Frygt og Modvilje mod Jordemoderen, det irriterende i at se sine egne paa Forhaand lagte Planer og Ideer med Hensyn til det nyfødte Barns Paaklædning og Pleje tilside-satte af dem, der alene paa Grund af deres højere Alder bilder sig ind at være klogere. Ældre Mennesker burde være klogere, men det falder ikke af sig selv, at de er det. Desuden har en Moder visse Rettigheder, som burde være ukrænkelige, selv om hun er aldrig saa ung. Stundom kommer dertil en tankeløs Mands Forsømmelse, idet han, da han finder Sygeværelset mørkt og kedeligt og ikke har nogen Anelse om sin unge Hustrus Længsel efter hans Selskab og Omsorg, gør sine Besøg hos hende baade korte og sjældne.

SVANGERSKABET.

TEGN TIL SVANGERSKAB. En Kvinde, der allerede er Moder, svæver sjældn i Uvished om sin Tilstand, naar hun bliver frugtsommelig. Visse Tegn og Følelser, maaske ejendommelige for hende selv, findes, som hun ikke kan tage fejl af. Men den unge Hustru, der savner denne Erfaring, ved ikke altid, hvorledes hendes Tilstand er.

MENSTRUATIONENS OPHØR. Det første Tegn til Svangerskab er, at Menstruationen ophører. I nogle Tilfælde kan den fortsætte en eller to Maaneder efter, at Svangerskabet er indtraadt, men det er meget sjældent, at den fortsættes under hele denne Periode. Menstruationen kan ogsaa ophøre uden at noget Symptom følger, men den kan ogsaa vise sig med alle almindelige Symptomer og maaske med større Smærter end sædvanligt. Maaske indledes Menstruationsperioden med en stærk Forkølelse, da dens Udebliven i Reglen tilskrives Forkølelse, og man iagttaget nogle enkelte Forholdsregler for at afhjælpe Uregelmæssigheden.

KVALME. Den unge Hustru kommer snart til at føle Kvalme, der i Reglen forekommer om Morgenens og næsten altid ledsager Svangerskabet. Undertiden kan det rigtignok vare nogle Uger inden dette Symptom viser sig.

BRYSTERNE SVULMER. Det næste Symptom er sandsynligvis Ømhed i Brysterne, der begynder at svulme. Dette er dog ikke altid Tilfældet. Undertiden mærkes ingen Forandring og ingen ubehagelige Følelser i Brysterne under

hele Svangerskabet. Brystvorterne og Ringene omkring dem bliver blot mørkere, de første bliver større og mere udstaaende, og paa Kanten af dem saavel som paa Ringen, viser der sig smaa Ophøjninger.

FOSTRETS FØRSTE BEVÆGELSER er det næste Tegn, og de mærkes efter Lægernes Beregninger omtrent i Midten af Svangerskabsperioden; men de kan ogsaa føles nogle Uger tidligere eller senere. Der gives i Virkeligheden ikke nogen bestemt Tid, thi de kan føles efter Forløbet af tre Maaneder og man har ogsaa haft Eksempler paa, at de ikke er forekommet førend i den sjette Maaned.

HVORLEDES MÆRKES DE FØRSTE BEVÆGELSER? Nogle medicinske Autoriteter beskriver Fostrets første Bevægelser som en Fugls Basken med Vingerne. Men saaledes forholder det sig imidlertid ikke. De første Bevægelser kan være saa svage, at de passerer fuldkommen ubemærkede, i Særdeleshed af den Kvinde, der føler dem for første Gang. De føles som et let eller mulig flere Gange gentaget Stød. Kraftigere Bevægelser forekommer først, naar Fostret er blevet stærkere og mere udviklet.

UNDERLIVETS OPSVULMEN. Omtrent i den fjerde Maaned hæver Livmoderen sig over Bækkenets Rand, og derpaa begynder Underlivet synligt at svulme. Det er ikke muligt at tage fejl af det saaledes opsvulmede Underlivs Form. Lægger man Haanden derpaa, føler man en haard Genstand, der ikke giver efter, og som man ikke kan gribe om. En Fedtsvulst kan let adskilles, thi den kan omfattes med Haanden, saa dens virkelige Tykkelse kan beregnes.

ANDRE TEGN TIL SVANGERSKAB. Der findes en hel Del saadanne, der baade kan vise sig og udeblive, f. Eks. Krampe, opsvulmede Fødder, Aarebrok, Besvimelser, hysteriske Anfald, Lystenhed, Tandpine og Pletter i Ansigtet,

men disse Tegn maa dog anses for sygelige. En Del Kvinder maa maaske gøre Bekendtskab med nogle af dem, andre med dem alle, medens atter andre gaar fuldstændig fri for dem. Jeg tror dog, at alle disse Symptomer maa betragtes som Beviser for en eller anden Sygelighed, der aldrig forekommer hos et fuldstændigt frisk og sundt Menneske.

SVANGERSKABETS LANGVARIGHED. Svangerskabet varer i Reglen 280 Dage. Fødselen kan undertiden finde Sted nogle Dage før eller nogle Dage eller Uger senere. Det er endog hædet, at den først har fundet Sted 301 Dag efter Befrugtningen. Barnet vejede i dette Tilfælde omtrent 4 kg. Det var saaledes ikke for sen Udvikling, der forsinkede dets Fødsel. Den fransk Lov anerkender et Barn, der fødes indtil 300 Dage efter Mandens Død eller Bortrejse fra Hustruen, som legitimt. Den fornægter rigtignok ikke Muligheden af, at Svangerskabet kan vare længere, men anser dog dette for tvivlsomt. Læger anfører endog Eksempler paa Nedkomst, der har fundet Sted nogle Uger efter denne Periode, men dette er yderst sjældne Tilfælde.

BEREGNING AF TIDEN FOR NEDKOMSTEN. Den bedste og sikreste Beregningsmaade er at regne 40 Uger efter den sidste Menstruation. Nedkomsten finder i Reglen Sted den 39. eller 40. Uge.

FOR TIDLIG NEDKOMST. Sker Fødselen førend den 39. Uge, kaldes den for tidlig. Sker den førend den ottende Maaned, er det en Abort. Et for tidligt født Barn har naturligtvis ikke saa stor en Udsigt til at leve som et fuldbaarent Foster, selv om det ikke er saa usædvanligt, at et syv Maaneders Barn kan blive i Live. Dette er endog muligt om Barnet kommer til Verden efter seks Maaneders Forløb, selv om saadanne Tilfælde er sjældne.

ABORT ELLER MISFØDSEL er i Reglen farligere end en almindelig Fødsel. Abort kan indtræffe i Slutningen af den første eller anden Maaned, uden at Kvinden har nogen Smærter, undertiden ikke en Gang Anelse derom. Menstruationen bliver i saadanne Tilfælde blot rigeligere og af længere Varighed; der afsondres ogsaa en Del levret Blod. Men dette vil volde Overraskelse og ikke Uro. Men Sagen bør ikke desto mindre, hvor betydningsløs den end kan forekomme, behandles med største Alvor. Er Abort kun en Gang forefalden, kan den let gentages, og Kvinden, kan risikere aldrig at leve sin Tid ud.

AARSAGERNE TIL ABORT er mange. Overdrevent Legemsarbejde, for megen Springen eller Løften af tunge Byrder, stor Glæde eller dyb Sorg er hver for sig nok til at fremkalde Abort. Et Fald eller et Stød kan undertiden have samme Resultat. Kvinder med lidenskabelige Naturer ligesom de, der umaadeholdent hengiver sig til det ægteskabelige Samleje, er lettere end andre udsatte for Abort. Haardt Liv eller derved voldet Anstrængelse ved Afføringen, ligesom en svær og langvarig Hoste, fremkalder i Reglen Abort.

FAREN VED ABORT. En Abort er meget farligere end en almindelig Nedkomst, idet man risikerer, at ikke hele Fostret eller Efterbyrden drives ud. En lille Del deraf, der forbliver i Livmoderen, kan volde uhørte Lidelser og endog Døden for den paagældende Person. Da Forløsningen endnu ikke skulde finde Sted efter Naturens Bestemmelse, var den heller ikke forberedt. Moderkagen eller Efterbyrden er ved talrige smaa Blodkar forbunden med Livmoderen. — Finder Nedkomsten Sted i rette Tid, trækker Livmoderen sig sammen, og Blødningen bliver ubetydelig. Ved en Abort derimod er Livmoderen slap og trækker sig ofte ikke saa

meget sammen som ved regelmæssig Fødsel, hvorved der ofte opstaar stærke og farlige Blødninger.

BLØDNINGER VED ABORT. Det er disse, der udgør den største Fare ved Abort. Patienten er i Uger, ja Maaneder, udsat for dem længe efter, at hun tror, hun er kommen til Sundhed og Kræfter. Derfor bør hun holde sig længere i Sengen eller i det mindste lige saa længe som efter en almindelig Fødsel. Ved første Tegn til Blødning bør Patienten gaa til Sengs og iagttage fuldstændig Ro. Vil Blødningen alligevel ikke ophøre, bør Lægen snarest tilkaldes til Forebyggelse af Blødning.

NØDVENDIGHEDEN AF LÆGEHJÆLP VED ABORT er meget større end ved en regelmæssig Nedkomst. Fødselen er en naturlig Akt, og hvis der ikke tilstøder noget abnormt, kan en Kvinde med almindelig sund Forstand meget vel vaage over og bistaa denne. En Abort derimod er ikke naturlig, og kun en erfaren Læge kan forudse eller forebygge den dermed forbundne Fare.

SYMPTOMER PAA FORESTAAENDE ABORT. Det første Tegn herpaa er i Reglen en Blødning. Saa snart denne viser sig, maa Patienten gaa i Seng og forholde sig rolig. Det er muligt, at Blødningen kan forsvinde uden noget ugunstigt Resultat, men hvis den tiltager, og der indfinder sig Smærter, maa en Læge hentes. Han kan da forvisse sig om, hvorvidt Fostret er levende eller dødt. Alle Oplysninger, der kan gives angaaende de Omstændigheder, der muligvis har foranlediget det ufødte Barns Død, bør samvittighedsfuldt meddeles. Lever Barnet er der en Mulighed for ved Anvendelsen af passende Midler at forebygge en Abort; er det derimod dødt, er Resultatet uundgaaeligt, og det tilkommer da Lægen at iagttage de fornødne Forsigtighedsregler. Absolut nødvendigt er det, at Patientens

Udtømminger, Linned, Underlagen og lignende undersøges af Lægen, af den Grund, at han alene er kompetent til at bedømme Beskaffenheden af Udtømmingerne og kan sige, hvorvidt alt er som det bør være. En Sygeplejerske kan ofte fejlagtig tage en Klump levret Blod for en Del af Efterbyrden eller Fostret, og en saadan Fejltagelse kan medføre alvorlige Følger.

FORHINDRINGEN AF GENTAGNE ABORTER. Da det i høj Grad er ønskeligt at forebygge, at Abort bliver en Vane, maa alle Midler anvendes til at forhindre dette. Først og fremmest bør intet Samleje finde Sted mellem Mand og Hustru i tre Maaneder efter en Abort, for at der ikke skal indtræffe et nyt Svangerskab, inden Patienten er fuldstændig rask efter Forstyrrelsen i hendes Fysiske System, hvilket endog den mest smærtefri Abort er. Bliver Kvinden atter frugtsommelig, bør hun iagttage den største Forsigtighed i sin Levemaade lige til efter det Tidspunkt, da Aborten forrige Gang fandt Sted. Kender man Aarsagen til Aborten, bør denne Aarsag omhyggelig undgaaes og den frugtsommelige Kvinde føre et regelmæssigt, enkelt og forstandigt Liv, undgaa Overanstængelse og ikke gaa alt for meget. Den største Fare i Svangerskabet er naturligvis den Periode, hvor Aborten forrige Gang indtraf. Er denne Periode lykkelig overstaaet, kan man med stor Sikkerhed antage, at hun uden Fare kan gaa sin Tid ud.

FORSTYRRELSER I ORGANISMEN UNDER SVANGERSKABET.

KVALME OG OPKASTNINGER OM MORGENEN er i Reglen de første Symptomer paa Svangerskabet. Dog kan denne Art Ildebefindende forekomme paa hvilken som helst Tid af Døgnet. Det giver sig til Kende umiddelbart, naar hun vaagner eller maaske først, naar Hustruen er kommet op og kommet i Bevægelse. Det kan endogsaa være værst om Aftenen. Det kan indtræffe ved den mindste Bevægelse og forebygges ved fuldstændig Ro, eller ogsaa lige modsat; undertiden mærkes det næppe, naar Kvinden er i Bevægelse, men indfinder sig derimod straks, hvis hun af Træthed bliver nødt til at lægge sig lidt. En af mine Bekendte gjorde denne Erfaring. Hun befandt sig forholdsvis godt, saa længe hun var oppe eller i Bevægelse eller endog siddende beskæftiget med noget Arbejde. Men i samme Öjeblik som hun om Dagen prøvede paa at lægge sig, begyndte voldsomme Opkastninger, der tvang hende til straks at staa op igen. Hvor træt hun end var, var det, som om der ikke forundtes hende et Öjebliks Hvile.

MANDENS PLIGT TIL AT HJÆLPE SIN HSTRU.
 Det er slet ikke min Mening at ville fjærne Husmoderen fra Køkkenet, da jeg ikke kan foreslaa en passende Stedfortræder for hende. Men hvis Manden venter og fordrer, at Hustruen glad og taalmodig skal bære sin Byrde, maa han heller ikke vige tilbage for sin, der bestaar i efter al sin

Ævne at lette hendes. Hvis hans Indtægt tillader det, bør han skaffe hende tilstrækkelig Hjælp i Køkkenet, saa at hun, hvis hendes Velbefindende kræver det, kan slippe for Lugten og Synet af Mad. Kan han ikke det, bør han selv hjælpe hende saa godt, han kan, og som hans eget Arbejde tillader det. Selv en Arbejder, som til bestemte Tider gaar til og fra sit Arbejde, hindres ikke derved i at give sin Hustru en lille Haandrækning, som kan lindre hendes Bekymring og Lidelser. I Stedet for at tro, at det er nedsættende for ham, som de fleste Mænd synes at tro, tjener det ham tværtimod til stor Ære.

Der findes Eksempler paa Mænd, som under deres Hustrus Sygdom paatog sig hele Husholdningsbyrden og bar den paa en højst fortjenstfuld Maade. Disse Mænd mistede sikkert intet af deres Hustrus Agtelse. De blev tværtimod endnu mere elskede, agtede og hædrede, end de var i Forvejen — og de fortjente det. Jeg har endog hørt sige, at en Drengs Opdragelse ikke er fuldstændig, før han til en vis Grad er blevet indviet i de huslige Sysler og har lært Haandarbejde; heller ikke en Pige anses for at være fuldstændig opdraget, før hun kan spænde en Hest for og haandtere Hammer og Økse. Og jeg maa indrømme, at jeg deler denne Opfattelse, selv om det kun var for at sætte det ene Køn i Stand til at hjælpe det andet i Tilfælde af, at det skulde være nødvendigt.

ER SVANGERSKABET EN SYGELIG ELLER EN SUND TILSTAND? Mig forekommer det næsten som en Fornærmelse mod Naturen eller en algod Skaber at tro, at Svangerskabet nogensinde skulde kunne opfattes som en Sygdom. Det er en Naturlovs følgerigtige Resultat. Er Forhold gunstige, bør det kunne gennemgaas uden Ubehageligheder. Jeg tror, man trygt kan paastaa, at alle disse

kedelige Omstændigheder er Resultater ikke af Naturens direkte Love, men af Brud paa dem. Bagvendte Samfundsvaner, uhensigtsmæssig Klædedragt, uhensigtsmæssig Leve-maade etc. bidrager ofte til at fremkalde Lidelser i denne Tid, af hvilke en stor Del utvivlsomt er en Følge af Naturens vise Orden og egnede til at afvende endnu sværere Lidelser. Hvis, til Eksempel paa disse fejlagtige Vaner, Kvalme og Lede ved Mad ikke reducerede Systemet og formindskede den Mængde Næringsstoffer, som tilføres det, vilde den plethoriske Tilstand, som antagelig blev en Følge deraf, ganske sikkert fremkalde Abort og muligvis en farlig Fødsel.

ET GODT HELBRED ER NØDVENDIGT UNDER SVANGERSKABET. Naar Svangerskabet indtræder, fordrer den pludselige Virksomhed af hidtil slumrende Organer en tilsvarende og sympatisk Virksomhed af alle Legemest øvrige Organer. Nægter noget af disse Organer regelmæssigt og fuldstændigt at opfylde sin Pligt, forstyrres hele Systemet.

SUNDT SVANGERSKAB. Ildebefindende og Ubehag under Svangerskabet er ikke nødvendigt. En Kvinde kan være lige saa rask, glad og duelig i denne Tid som ellers. Hun ikke blot kan, men hun bør være det; hun lider blot Straffen for sin Uvidenhed, Ligegyldighed og Mangel paa Selvbeherskelse, hvis hun ikke er det.

MOTION SOM MIDDEL MOT KVALME. Hvis en Kvinde's Levevis i Forvejen har været stillesiddende, bør hun, naar hun mærker, at hun er frugtsommelig, sørge for at faa Motion. Stol ikke paa de Autoriteter, der tilraader mere Ro end sædvanlig. Jeg tilraader ganske vist ikke for stærk Motion, som nemlig kunde have skadelige Følger, men blot Legemsbevægelse, der bringer alle Legemets Organer i sund

og kraftig Virksomhed. Hvis Kvindens daglige Pligter synes at forhindre det, maa hun helst forsømme dem. Hendes nuværende Helbredstilstand og hendes Børns fremtidige Helbred er langt vigtigere end de almindelige huslige Pligter, som sædvanligvis fuldstændig lægger Beslag paa hende.

EN FRUGTSOMMELIG KVINDES DIÆT. Dette Spørgsmaal er af endnu større Betydning. Ingen Kvinde bør lade sig overtale af nogen, som øver en vis Indflydelse over hende, til at spise mere, end Maven kan taale; hun bør i det hele taget ikke spise, naar hun ikke føler Trang dertil, allermindst bør hun spise noget, som er hende modbydeligt, endog alene af den Grund, at hun skal opretholde sine Kræfter ved kraftig og nærende Føde.

APPETITTEN ER DEN SIKRESTE VEJLEDER. Har den frugtsommelige Kvinde et godt Helbred, kan hun trygt anse sin Appetit som en sikker og tilforladelig Rettesnor, naar Spørgsmaalet er om, hvad og hvor meget hun skal spise. Bliver der tilført Maven mere end dette, protesterer Naturen i Form af Qualme og Opkastninger.

FRUGTDIÆT. I et medicinsk Tidsskrift læste jeg for nogle Aar siden en Artikel om den hensigtsmæssigste Diæt for den frugtsommelige Kvinde. Deri paavises, hvorledes en passende Diæt kan bidrage til, at Fødslen bliver saa godt som smertefri. Man skulde ikke uden videre tro dette, men et partielt Forsøg med den nævnte Diæt har overbevist mig om, at dette Resultat kan naas, og at Svangerskabet og Barselsengen, om ikke helt og holdent smertefri, saa dog kan blive hundrefold mindre afskrækkende, end det nu er Tilfældet. Forfatteren til den nævnte Artikel anbefaler at undgaa alle Kødretter undtagen meget unge Dyrs Kød, som Lam, Kalve og Kyllinger; man bør ogsaa undgaa Retter tilsat Hvedemel og i Stedet for bruge Rismel; hovedsagelig

bør dog Maden bestaa af Grøntsager og saa megen Frugt, som man har Lyst til at spise. Grøntsager og Frugt kan næsten altid faas, og hvis et af Dagens Maaltider altid bestaar af Frugt, kan mange Ubehageligheder derved undgaas.

KRAMPE. Det bedste Middel mod Krampe er, efter min Erfaring, straks at stille sig oprejst og lade hele Kroppens Vægt hvile paa Fødderne; men stærke Gnidninger kan ogsaa anbefales og vil sandsynligvis i mange Tilfælde vise sig yderst virksomme.

HÆVEDE FØDDER OG AAREKNUDER. Hæver Fødderne eller bliver Aarerne daarlige, maa den frugtsommelige Kvinde gaa og staa saa lidt som muligt. Opsvulmede Aarer er en Følge af Livmoderens Tryk paa Blodkarrene under den, og i liggende Stilling mindskes dette Tryk. Imidlertid kan saavel Krampe som Aareknuder meget godt undgaas ved let og hensigtsmæssig Diæt samt god Motion, som bidrager til at gøre Fostrets Tyngde mindre følelig, saa at det bliver lettere at bære.

BESVIMELSER er ikke usædvanlige under Svangerskabet. De indfinder sig sædvanligvis i den Periode, hvor man mærker, at Fostret begynder at røre sig, men de kan ogsaa forekomme naar som helst. De er Følgerne af en svag Konstitution i Forening med en unaturlig Levevis, Sindsbevægelser, Sidden for længe oppe om Aftenen og stimulerende, ikke tilstrækkelig nærende Mad. Saadanne Besvimelser medfører ikke nogen særlig Fare, undtagen i saadanne Tilfælde, hvor der er Grund til at frygte for Tilstedeværelsen af en Hjærtefejl. Skulde det være Tilfældet, bør en Læge straks raadspørges. I almindelige Tilfælde bør Patienten ved det første Tegn til et Besvimelsesanfald lægges udstrakt uden Hovedpude og alle stramtsiddende Klædningsstykker om-

hyggeligt løsnes. Vinduerne i Værelset aabnes, Ansigtet stænkes med Vand og de sædvanlige Midler til at bringe en Person til Bevidsthed anvendes. Dette Symptom betyder, at en Forandring i den paagældende Kvindes Liv er nødvendig, saa at hendes Levevis bliver meget mere enkel og naturlig. God Motion og hensigtsmæssig Diæt kræves her som i andre Tilfælde. Luftforandring er især velgørende for den, der plages af Besvimelser.

HJÆRTEBANKEN. Frugtsommelige Kvinder har ofte hæftig Hjærtbanken, men dette behøver ikke at give Anledning til særlig Uro, thi det er kun en Følge af Livmoderens Tryk paa de store Blodårer. Det kan være ubehageligt nok, men det forsvinder dog ved Fødslens. Nogle Kamferdraaber af og til lindrer i Almindelighed.

HYSTERI UNDER SVANGERSKABET er en af de ubehageligste Ting der, følger med Svangerskabet, og de Kvinder, som lider deraf, nyder i Reglen mindre Medlidenhed end de fortjener. Symptomerne er følgende: En kvælende Fornemmelse af en Kugle, der stiger op i Svælget, Paroxysmer af Latter og Graad; en Følelse af Uro, som tvinger Patienten til stadig og undertiden med Voldsomhed at bytte Stilling samt Mangel paa Ævne til at beskæftige sine Tanker uden stor nervøs Udmattelse. I sværere Tilfælde udvikler denne Uro sig til virkelige Paroxysmer, under hvilke Patienten voldsomt kaster sig frem og tilbage og derved undertiden tilføjer sig legemlig Skade. Hysteri er Følgen af at sidde for meget inde i Forbindelse med uhensigtsmæssig Beskæftigelse eller Mangel paa Beskæftigelse.

MIDDEL MOD HYSTERI UNDER SVANGERSKABET. Hysteriske Anfald hos en frugtsommelig Kvinde, saavel som hos en ung Pige kan undertiden afhjælpes ved at bruge smaa Doser Dyvelsdræk, som tages saa ofte som paakrævet. Brom-

kalium er ogsaa et godt Middel; af dette sidste kan man tage 40—80 Draaber.

AT FOREBYGGE HYSTERI. I Almindelighed antages det, at Kvinden under Svangerskabet ikke bør beskæftige sig alt for længe med aandeligt anstrængende Arbejde, men dette er en stor Fejltagelse. Lad hende arbejde med sin Hjerne saa længe og ihærdigt hun vil, blot hun afbalancerer sit Arbejde med nødvendig Hvile, Rekreation og Legemsbevægelse i fri Luft. Hvis en Kvinde føler sin Hjerne eller sine Nerver overanstrengte, maa hun ikke søge Grunden deri, at hun har arbejdet for meget, men i, at hun ikke har faaet tilsvarende Hvile og Motion. Den største Fare for Hysteri ligger i, at de paagældende Personer mangler tilstrækkelig Beskæftigelse — at hendes Hænder og Hjerne er lige uvirksomme. Et almindelig kendt, selv om ikke videre paaagtet Faktum er, at hysteriske Symptomer oftere fremtræder hos Kvinder uden Beskæftigelse end hos dem, der enten udføres strængt legemligt eller aandeligt Arbejde.

Den Indespærring, som Hensynet til det passende paalægger en Kvinde, særlig i Svangerskabets sidste Maaneder, bidrager i høj Grad til at udvikle hysteriske Symptomer. I adskillige Perioder af tvungen Indespærring led jeg meget ved at sidde uden Beskæftigelse med Hænderne i Skødet, uden at kunne læse en Bog eller en Avis eller bruge en Naal mere end et Øjeblik ad Gangen. Læste jeg, dansede Bogstaverne for mine Øjne paa en Maade, som formelig udmattede mig. Ved den ubetydeligste Foranledning lo jeg hysterisk, afvekslende græd jeg, lige til jeg var helt udmattet. Spillede jeg Skak eller Domino om Aftenen, kunde jeg ligge vaagen til langt ud paa Natten og gruble over Spillet og dets Komplikationer. Og naar jeg endelig var faldet i Søvn, forfulgte Kongen, Dronningen, Bønder og Lø-

berede mig lige til om Morgenens og gjorde Søvnen mere trættende end den vaagne Tilstand. Hvilken skrækkelig Tid var det ikke, og hvor lang den syntes. Kunde jeg, vilde jeg gjerne spare andre Kvinder for samme triste Erfaring. I et kommende Kapitel skal jeg komme tilbage til Muligheden af at undgaa disse hysteriske Symptomer.

KLØE paa forskellige Steder af Legemet, særlig Kønssdelene, er en højst ubehagelig Følge af Svangerskabet og forekommer sjældnere. For at forebygge denne maa imidlertid alle stimulerende Midler undgaaes. Et lunkent Sædebad af salt Vand giver ofte Lindring. Det maa ikke være for langvarigt, men kan daglig gentages og er velgørende i mere end en Henseende. Daglig Afvaskning med Eddike og Vand er ogsaa et godt Middel mod Kløe. Skulde der foruden Kløen ogsaa vise sig Blegner, kan man med Held anvende Glycerin eller endnu bedre Salve.

FORSTOPPELSE. Følges de Raad, som jeg allerede har dristet mig til at give i Henseende til Diæt og Motion, er der kun ringe Fare for, at den frugtsommelige Kvinde vil blive plaget af Forstoppelse. — Hvis det imidlertid alligevel skulde ske og Forstoppelsen ikke ved en omhyggelig Diæt kan ophæves, bør man straks anvende et lige saa simpelt som uskadeligt Middel, nemlig et Lavement af lunkent Vand, med eller uden Tilsætning af Olie og Salt. Ønsker Patienten at tage afførende Medicin, bør hun raadspørge sin Læge.

HÆMORRHOIDER. Frugtsommelige Kvinder lider ofte af Hæmorrhoider, som er Følgen af Forsømmelse med at holde Maven i Orden eller at benytte afførende Midler. De findes ydre eller indre, eftersom de sidder uden omkring eller inden i Endetarmen. De ligner bløde mørkerøde Svulster, varierende i Størrelse mellem en Ært og en Valnød.

Hvis de under Afføringen brister og bløder, kalder man dem blødende Hæmorrhoider. Efter en saadan Blødning føles i Reglen nogen Lindring. De indre Hæmorrhoider er de smærtefuldeste, idet de sjældent bløder.

BEHANDLING AF HÆMORRHOIDER. Først og fremmest maa man sørge for, at Afføringen bliver reguleret. Skulde efter Afføringen Endetarmen krybe ud, maa den omhyggeligt føres ind igen med Fingrene, hvorved man maa passe nøje paa, at Neglene ikke ridser i den. Afvaskning med varm Kamillethe flere Gange om Dagen kan i svære Tilfælde lindre Smærterne. Er Afføringen ledsaget af stærke Smærter, kan disse lindres ved at smøre Endetarmen med fed Olie, f. Eks. amerikansk Olie.

MANGEL PAA ÆVNE TIL AT KUNNE HOLDE PAA URINEN. En frugtsommelig Kvinde plages ofte i de sidste Maaneder af Mangel paa Ævne til at kunne holde paa Urinen, men deri ligger intet foruroligende, om end det er meget ubehageligt. Det foraarsages af Livmoderens Tryk paa Urinblæren, hvorfor denne maa tømmes meget ofte, thi en Tilbageholden af Urinen er ikke blot smærtetfuld, men ogsaa skadelig.

HALSBRÆNDE forekommer meget ofte under Svangerskabet og forvolder den, som lider deraf, megen Ubehagelighed. Den foraarsages af at spise alt for megen uhensigtsmæssig Føde. En Forandring i Diæten er nødvendig, og man bør undgaa al fed og stimulerende Føde, ligesom ogsaa afholde sig fra at spise for meget.

STÆRK SPYTAFSONDRING UNDER SVANGERSKABET. Det hænder, at saadant indtræffer i de første Maaneder af Svangerskabet og ledsages altid af Forstoppelse og Halsbrænde. Hvad der hjælper for det ene, maa saaledes ogsaa hjælpe for det andet; er den meget besværlig, maa en

Læge raadspørges. I almindelige Tilfælde kan samme Mid-
del som benyttes for Halsbrænde, i Forbindelse med hyppi-
ge Skylninger af Munden med koldt Vand, føre til det øn-
skede Resultat. Dette Symptom forsvinder i Almindelighed
med den femte eller sjette Maaned.

**FORSKELLIGE SLAGS SMÆRTER UNDER SVANGER-
SKABET.** Naar den betydelig forstørrede Livmoder tryk-
ker paa Lever og Ribben, volder dette ofte store Smærter
i Siden, eller hvis den trykker mod Brystbenet fremkaldes
en Følelse, ligesom en Stikken med en Naal paa den neder-
ste Del af dette Ben. Undertiden er Fostrets Bevægelser
saa stærke, at det kan foraarsage megen Smærte. Disse
Smærter er en stor Plage i Svangerskabets sidste Maane-
der. Mange af dem er en Følge af Livmoderens forstørrede
Omfang og forsvinder ofte ved Svangerskabets Ophør. Det
eneste, man derfor i dette Tilfælde kan tilraade er Taal-
modighed.

FALSKE FÖDSELSVEER kan være ret smærtefulde og
stærke. Ikke alle Kvinder lider deraf, men de kan indfinde
sig naar som helst i de sidste 6 Uger før Fødslen. De kom-
mer igen til bestemt Tid og forsvinder med samme Regel-
mæssighed. De kan være meget stærke, ligne rigtige Veer
og være næsten lige saa vanskelige at udholde. Saa vidt
jeg ved findes intet Hjælpemiddel for dem. Saa længe de
staar paa, maa Patienten forholde sig rolig og stille og i
Almindelighed indtage den Stilling, som skaffer hende mest
Lindring. Hun gør klogest i saa vidt muligt at beskæftige
saavel Hænder som Hoved, for at hendes Tanker ikke for
meget skal optages af Smærterne.

MODERMÆRKER. De fleste Kvinder har i Almindelig-
hed den Opfattelse, at et eller andet pludseligt Indtryk hos
den vordende Moder, som en Forskrækkelse, Synet af noget

modbydeligt, en utilfredsstillet Lyst, kan indvirke paa Fosteret og efterlade Spor paa det i Form af Modermærker, som har stor Lighed med det, som foraarsagede Indtrykket. Mine egne Iagttagelser angaaende dette Spørgsmaal har ikke været synderlig vidtstrakte, men saaledes som de er, taler de dog imod en saadan Opfattelse. Lægerne har delte Meninger derom. Nogle benægter bestemt Muligheden af et saadant Forhold og støtter dette paa det Faktum, at der ingen direkte Forbindelse findes mellem Moderens og Barnets Nervesystem. Andre derimod indrømmer Muligheden af, at saadanne Indtryk kan overføres, tvungne til denne Indrømmelse af tilfældige tilsyneladende velbegrundede Beviser. At Børn ofte kommer til Verden med de mest ejendommelige Modermærker er en velkendt Sag; men sandsynligvis kan i de fleste Tilfælde, hvis ikke i alle, disse Mærker betragtes som en Naturens Leg. Disse Pletter, brune, gule, røde, blaa eller sorte i Farven, som ret ofte findes paa det nyfødte Barns Legeme og som ofte antager Udseende af visse Ting eller Frugter, dem Moderen under Svangerskabet har følt Lyst til, er ganske simpelt Resultat af en eller anden Uregelmæssighed i Huden, som om end den ikke er sund, dog ikke i mindste Maade er farlig eller foruroligende. I Reglen beholder Barnet disse Pletter, og de kræver ikke nogen som helst særlig Behandling. Vanskabning eller Ejendommeligheder kan arves eller muligvis være en Følge af Ulykkestilfælde, som er hændet Moderen under Svangerskabet. Ofte har jeg tænkt paa, hvor mange Procent mon af disse Misdannelser — hvis det var muligt at optage en saadan Statistik —, der kunde tilskrives mislykkede Forsøg paa Fosterfordrivelse.

Det er ingen Tvivl underkastet, at langvarige sjælige Lidelser indvirker paa Fosteret, men der findes langt mindre

Grund til den Antagelse, at pludselige Nerverystelser gør det. Naturligvis befinder den frugtsommelige Kvinde sig bedst, hvis hun lever i rolige sympatetiske Omgivelser, hvor intet forstyrrer Sindets Ligevægt. Men i hvert Tilfælde bør hun tage sig i Vare for at huse nogen sygelig Frygt for Modermærker.

Skulde der virkelig ligge nogen Sandhed i Sagen, maa man snarere frygte et daarligt Resultat, hvis hun lader Sindet sygeligt hænge ved Tanken paa de mulige Følger af en uforudset Hændelse eller Ting. Kvinden bør, naar hun er frugtsommelig, anse sig selv for at være som under normale Forhold og anvende hele sin Viljestyrke for virkelig at være det. Hun kan da uden Frygt møde, hvad der venter hende og le ad de Raadgivere, som prøver at skræmme hende med deres Overtro. Naturligvis kan jeg tage fejl, men jeg er ganske overbevist om, at min Opfattelse er rigtig.

BADNING UNDER SVANGERSKABET. Renlighed er ethvert Menneskes Pligt, og denne Pligt bør lige saa lidt forsømmes under Svangerskabet som ellers. De, som tror, at Vand kan afhjælpe alt det onde, som vi har faaet i Arv efter vore Forældre, forfægter ivrigt Ønskværdigheden af at bruge Bade — særlig lunkne Sædebade — under Svangerskabet. Hyppige Bade er utvivlsomt gavnlige for Helbredet og burde bruges mere regelmæssigt og i større Udstrækning, end det nu er Tilfældet. Men man bør dog nøje se til, at Nervesystemet i denne Periode ikke paavirkes skadeligt af Badet. Af denne Grund er det bedre at bruge Afvaskning. Varme Sædebade er især velgørende jo mere Fødslen nærmer sig. I Mangel af et rigtigt Badekar kan en lille Balje eller et stort Vandfad, halvt fyldt med lunkent Vand, gøre Fyldest. Den øverste Del af Kroppen maa ved disse Sædebade være godt tildækket.

FOREBYGGELSE AF ØMME BRYSTVORTER. Undertiden sker det, at Brystvorterne bliver saa ømme, at det for Moderen bliver en hel Tortur at amme sit Barn. For at undgaa dette maa man hver Dag nogen Tid før Fødslen vaske dem med Sprit, hvorved man hærdere dem.

LIVMODERENS SYNKEN FØR FØDSLEN. Kort før Fødselen synker Livmoderen ned i Bækkenet, hvorved alt Tryk, som man har følt i Nærheden af Hjærte, Lever, Ribben og Brystben, forsvinder. Denne Synken finder i Almindelighed Sted nogle Timer før Fødslen, men kan ogsaa indtræffe endog nogle Dage eller Uger før denne. Da mærkes Trykket mere ned imod Lysken og den nederste Del af Bækkenet. Undertiden bliver Trykket paa Endetarmen saa voldsomt, at det uafsladelig føles som om man skulde have Afføring. Lider den frugtsommelige meget herunder, bør hun undgaa at staa eller gaa for meget i denne Periode. Har hun levet regelmæssigt og fornuftigt, bliver hun i de fleste Tilfælde skaanet for denne Erfaring.

MULIGHEDEN AF AT BESTEMME FOSTRETS STILLING UDEN UNDERSØGELSE AF EN LÆGE. Naar Livmoderen saaledes er sunket ned i Bækkenet, er det ikke umuligt, at den paagældende Kvinde kan føle en haard fast Masse, som hviler paa de lavere Bækkenben og som volder hende stort Besvær, naar hun skal gaa. Denne faste Masse er Barnets Hoved, som trykker paa Modermunden, og denne Fornemmelse er et sikkert Bevis paa Barnets rette Stilling. Fødderne er smaa og giver efter og kan kun mærkes, naar de bevæger sig, og Bagdelen er alt for stor og danner en for stor Bue til at kunne synke saa langt ned. Men selv om dette var Tilfældet, er Bagdelen dog ikke saa fast og haard, at man tydeligt vil kunne mærke den.

FØDSELN.

SVANGERSKABETS VARIGHED. Svangerskabet varer i Reglen fra 270 til 280 Dage, om ogsaa Fødselen undertiden finder Sted saavel nogle Dagle før som nogle Dage senere. I sjældne Tilfælde kan den ogsaa vare Uger over den almindelige Tid.

Undertiden hænder det, at en slimagtig, blodblandet Udflydning indleder Nedkomsten.

DET FØRSTE FØDSELSSTADIE. Modermunden aabner sig, og Fødselsarbejdet begynder.

FORBEREDELSE TIL FØDSELEN. Nu er Tiden inde for den vordende Moder til at ordne sit Hus og se efter, at alt er paa Plads, samt sende Bud efter Jordmoderen. Paa Sengen bør lægges rene, tørre Lagener. Underlagenet bøjes op ved Sengens Fodende og her bredes over Madrassen et Stykke Voksdug eller Gummilærred, omtrent en Meter i Firkant. Ovenpaa dette bredes et groft, dobbeltlagt, gammelt Lagen. Overdynens Tykkelse afpasses efter Aarstiden. Sengeomhængene, saafremt saadanne findes, bør helst tages væk.

HVAD SLAGS LEJE BØR BENYTTES? Fra et hygiejnisk Standpunkt set kan det være temmelig ligegyldigt, om man benytter Mømadras, Krølhaars- eller Fjedermadras som Underlag i Sengen. Hovedsagen er, at den største Renlighed iagttages. Fordommen mod Fjedermadrasser er efter min Mening ganske uberettiget. Nogle fordømmer den, fordi den virker afkræftende, andre, fordi den i Almindelighed anses for usund. Føler nogen, at Benyttelsen af Fjedermadras virker enerverende, er det naturligvis bedst straks

at afstaa derfra, men dette er ikke nogen Grund til, at en Person, der ikke føler noget Ubehag derved, skulde nægte sig Benyttelsen heraf. Jeg tror, at det virkelig er gavnligt for mange at ligge paa Fjedermadras, og det kan ikke i nogen Henseende være skadeligt for Helbredet.

SENGEN, der benyttes ved Fødselen, bør være stærk, solid og fritstaaende, saa man med Lethed kan gaa rundt om den.

NØDVENDIGHEDSARTIKLERNE I BARSELVÆRELSET bør være saa nær ved Haanden, at de straks er til at faa fat i, naar de skal bruges. Følgende Artikler bør findes:

Ekstra Sengeklæder — nyt Underlagen til den syge — Bind, Haandklæder, gammelt Linned, Sæbe og Vand, en Flaske Olie, en Saks, et Nøgle blødt Bomuldsgarn, nogle større og mindre Sikkerhedsnaale, en Flaske Karbolsyre, en Pappe Sygevat, en Pakke Karbolgase, et Skylleapparat, to Vandfade, et Bækken, en Æske Borvaselin.

Alle Kar, Flasker og lignende maa skylles med Karbolvand før Benyttelsen.

Varmt Vand maa være for Haanden.

Inden Patienten gaar til Sengs, bør hun kæmme og flette sit Haar, helst i to, tre Fletninger, da dette understøtter Kæmningen betydeligt, medens hun ligger.

AFFØRING FØR FØDSELEN. Det er af største Vigtighed, at Barselpatienten har ordentlig Afføring før Nedkomsten. Naturen sørger i Reglen selv herfor, men skulde dette ikke være Tilfældet, bør et mildt Afføringsmiddel anvendes, som f. Eks. et Par Theskefulde Magnesia i Vand. Man bør erindre, at Medicin kun i Nødsfald bør benyttes.

VENTILATION AF BARSELVÆRELSET. Fødselsværelset bør ventileres godt, uden at Patienten dog udsættes for Træk. Aabne Vinduer er den bedste Ventilationsmaade,

men den maa benyttes med Forsigtighed og i Forhold til Vejrliget.

NÆRVÆRENDE HJÆLPERE. Alt for mange saadanne maa ikke være til Stede. Jordmoderen og Sygeplejersken er nok; undertiden kan det ogsaa være fordelagtigt, at en tredie Person er nærværende, saafremt det skulde blive nødvendigt at paakalde hendes Hjælp.

ANDET FØDSELSSTADIE. — BEGYNDENDE FØDSELSVEER. Naar de første regelmæssige Veer indfinder sig, er man inde paa det andet Stadie. En Del Kvinder, der har lette Fødseler, kender kun lidt til disse Smærter; hos andre kan de derimod optræde meget hæftigt og være næsten uudholdelige. Under disse Veer aabner Modermunden sig stadig mere, til den sluttelig er vid nok til at tillade Fostret at bane sig Vej derigennem. De første Veer føles i Reglen langt nede i Ryggen og strækker sig siden over hele Underlivet med en sammentrækkende Følelse. Denne sammentrækkende Følelse er meget smertefuld, tvinger den syge til at snappe efter Vejret og gør det umuligt for hende at røre sig, endog efter at Smærten er ophørt. Veerne er i Begyndelsen kun svage og uregelmæssige, men tiltager efterhaanden i Styrke og Regelmæssighed, til de sluttelig kommer med kun fem Minutters Mellemrum og giver Haab om en hurtig Fødsel, men senere kan de pludselig blive svagere og endog aldeles ophøre. Dette kan gentages flere Gange. For Patienten gives der ikke noget mere nedslaaende end en saadan Tilstand. Har hun da ogsaa tilkaldt Jordmoder og Sygeplejerske, føler hun det næsten, som hun har bedraget dem, naar hun efter en Periode af Smerte finder sig fuldstændig smertefri og øjensynlig lige saa langt fra sin Forløsning som nogensinde. Et varmt Sædebad kan i saadanne Tilfælde ofte paaskynde Fødselsarbejdet.

TILKALDELSE AF LÆGE. Naar Veeerne bliver rigtig strænge og regelmæssige, kan det være paa Tide at hente en Læge, for saa vidt man ønsker, at en saadan skal være nærværende.

KVINDELIGE LÆGER er ved en Fødsel langt at foretrække fremfor de mandlige. Kvinden er i Reglen lige saa dygtig, mere paalidelig, sympatetisk og hjælpsom, bortset fra, at det for den syge er behageligere at bistaas af sit eget Køn. Har den frugtsommelige Kvinde imidlertid fulgt de Raad, der gives hende i denne Bog, og føler hun sig rigtig sund og stærk, har hun ogsaa Anledning til at vente sig en let Nedkomst, ved hvilken en Kvinde med almindelig sund Fornuft, nogen Erfaring og Aandsnærværelse er alt, hvad hun behøver.

AT FREMSKYNDE FØDSLEN. Jeg har ofte hørt Tale om, at Lægen eller Jordmoderen kunde fremskynde Fødselen. Til en Begyndelse forstod jeg slet ikke, hvad de kunde mene dermed, men vilde dog ikke udsætte mig for deres Spot ved at indrømme min Ukyndighed. Endelig opdagede jeg, at de troede, at Lægen ved Hjælp af Vaginalundersøgelser kunde lindre deres Smærter og fremskynde Nedkomsten. En tilfældig Undersøgelse er nødvendig, saafremt Fødselsarbejdet er langsomt, for at forvisse sig om, hvor tilpas det skrider frem, og hvor hurtig det kan antages at være forbi. Men hvis disse Undersøgelser gentages for ofte, virker de irriterende, volder unødvendig Smærte og har kun til Følge, at Nedkomsten forsinkes.

JORDEMODEREN. Selv om enhver fornuftig Kvinde meget godt vil kunne gøre Tjeneste som Fødselsmedhjælper, sker, antager man dog, at ingen vil paatage sig dette Ansvar uden først gennem Studier og Iagttagelser at have forberedt sig herpaa. Enhver Kvinde burde i Virkeligheden have de

nødvendige Kundskaber om denne Sag for at kunne gøre Tjeneste i paakommende Tilfælde, thi en Kvinde kan uden nogen som helst Forberedelse blive tvungen til at hjælpe en lidende Medsøster. Vil denne Fordring med Omstændighedernes Magt blive stillet til nogen af mine Læserinder, uden at hun er forberedt derpaa, bør hun ikke lade sig afskrække fra at yde Hjælp, men stole paa sin sunde Fornuft og sin Aandsnærværelse og erindre sig, at Naturen ikke behøver nogen Hjælper, men kun en Haandlanger. Barselpatienten kan, naar Veerne begynder, sidde, staa eller ligge, som hun selv ønsker. Hun bør helst være oppe saa længe som muligt, da Veerne derigennem fremskyndes.

URINBLÆRENS TØMNING. Under Forløsningsarbejdet bør Barselkonen ofte lade sit Vand, thi derved befrier hun sig selv for mange Smærter.

FULDSTÆNDIG PASSIVITET HOS PATIENTEN, NAAR VEERNE BEGYNDER, er sikkert det bedste og klogeste. Jeg har rigtignok hørt ukyndige Sygeplejersker raade den syge til selv at hjælpe lidt til, men det har ingen anden Følge, end at det unyttigt udtømmer den syges Kræfter.

TREDIE FØDSELSSTADIE. Naar Modermunden er tilstækkelig aaben, begynder det tredie Stadie, i hvilket Barnet udskydes med de saakaldte fremtvungne Veer. De fremtvungne Veer kan lignedes ved en meget svær og besværlig Afføring. Anstrængelsen er til Dels en ufrivillig Bevægelse af Livmoderen, men den understøttes betydelig, hvis Patienten selv hjælper til af alle Kræfter. Selve Anstrængelsen i egentlig Betydning er ikke smærtefuld. De Smærter, der følger med denne Del af Forløsningsen, skyldes det, at Barnets Hoved sønderslider Modermundens Kant og af den utrolige Udvidelse af de ydre Organer, der undertiden gaar i Stykker, naar Barnet fødes. Under de gunstigste Forud-

sætninger vil denne Del af Forløsningen være næsten smærtefri. Men den utrolige Anstrængelse, der udkræves, er i høj Grad udmattende. I dette tredie Stadium maa Patienten have sin Plads i Sengen. Hun maa ligge saaledes, at hun har Støtte for Fødderne imod Sengeenden, naar Smerterne tager hende. Det bereder ofte den lidende stor Lindring, om hun under Veerne faar Støtte i Ryggen. Denne Støtte kan ydes hende ved Hjælp af en Pude eller en Skraamadras, der lægges bagved hendes Ryg.

HINDERNES BRISTNING. I Livmoderen ligger Fostret i en vandfyldt Blære. Undertiden brister denne Blære allerede paa et meget tidligt Tidspunkt af Forløsningen. Dette er mindre heldigt, thi det besværliggør i Reglen Nedkomsten. Det hænder ogsaa, at Barnet fødes, uden at Blæren brister, eller hvis den brister, at en Del af den endnu omslutter Hovedet. Denne tilbageblevne Del kaldes af overtroiske Personer for „Sejersskjorten“, og nogle anser det for at være Tegn paa en stor Lykke. Det normale Tidspunkt for Hindens Bristning er, naar Fostrets Hoved glider ind i Moderskeden.

BESKYTTELSEN AF PERINEUM. Naar fostrets Hoved er inde i Vagina, er det af stor Betydning at beskytte Perineum, det vil sige Stedet mellem Endetarmsaabningen (anus) og Kønsdelene. Ved svære Forløsninger, særlig ved den første, søndersprænges denne Del ofte af Mangel paa nødvendig Forsigtighed, hvilket er en meget svær og brydsommelig Omstændighed.

NAAR FØDDERNE KOMMER FØRST. En Fødsel kan forløbe gunstigt og naturligt, selv om Fostrets Leje er saaledes, at Fødderne kommer først, men i alle Tilfælde er det klogest at sende Bud efter en Læge. Den største Vanskelighed ved en saadan Fødsel ligger i, at Fostrets Arme ikke

følger samtidig med Kroppen, men glider op over Hovedet. Det er absolut nødvendigt, at Armene trækkes ned, inden Hovedet kommer. Jordemoderen bør med Omhu og Forsigtighed lægge en Finger omkring Fostrets Arm oppe ved Skulderen og varsomt flytte den ned, iagttagende Leddenes naturlige Bevægelser. Naar den ene Arm er kommen ned, maa den anden behandles paa samme Maade. Fostrets Krop bør understøttes, lige til Hovedet er født, saa at det ikke lider nogen Skade ved unødvendig Anstrængelse. Naar Vernerne kommer, bør man varsomt forsøge at hjælpe Naturen, men ikke paa nogen Maade anvende Vold. At tage Barnet frem med Vold kan have til Følge, at Navlestrængen afslides, Barnets Hals brækkes, eller andre betydelige Skader tilføjes Moder og Barn. Men det er absolut nødvendigt, naar Hovedet fødes sidst, varsomt at bistaa Naturen. Trækker Fødselen meget længe ud, kan det fortsatte Tryk paa Navlestrængen og den deraf følgende Afbrydelse i Forbindelsen mellem Moder og Barn have det sidste Død til Følge, da det jo ikke er i Stand til at aande. Lige til Barnet begynder at aande, er det nødvendigt for dets Liv, at Blodcirkulationen gennem Navlestrængen foregaar uforstyrret.

TILFÆLDE, HVOR EN LÆGE ER NØDVENDIG. Ved svære Fødsler, eller naar Patienten tidlig viser Tegn til Svaghed og Mathed, er det klogest at hente en Læge. Ligeledes naar Barnets Hoved er skudt saa langt frem, at det kan ses, og det forbliver i denne Stilling i længere Tid, uden at det, paa Grund af Passagens trange Beskaffenhed eller Musklernes Slaphed, kan komme længere. I saadanne Tilfælde er Benyttelsen af Instrument en tvungen Sag.

Naturligvis gives der ogsaa andre Tilfælde, hvor en Læges Nærværelse er nødvendig. Det er imidlertid ikke nødvendigt forud at tilkalde ham, da en Redegørelse herfor sandsynlig-

vis kun vil være egnet til at foruroelige nervøse og bange Kvinder og faa dem til med unødvendig Ængstelse at imødesee deres Nedkomst. Saadanne Tilfælde er meget sjældne, og en klog og betænsksom Jordemoder viser, hvis de forekommer, altid den Forsigtighed straks at hente en Læge.

FOSTRETS SÆDVANLIGE HOVEDSTILLING. Naar Nedkomsten forløber normalt, fødes den bageste Del af Hovedet først, i det Fostrets Ansigt er vendt mod Moderens Ryg.

AT UNDGAA KVÆLNING PAA GRUND AF NAVLESTRÆNGEN. Naar Hovedet er født, bør man straks forvise sig om, at Navlestrængen ikke er slynget omkring Barnets Hals. Dette hænder meget sjældent, men kan alligevel indtræffe, og løsner man ikke forsigtig denne og trækker den over Barnets Hoved, kan den let kvæle Fostret.

OMSORGEN FOR DET NYFØDTE BARN. Tre à fire anstrængende Veer, efter at Hovedet er blevet synligt, gør i Reglen Ende paa Forløsningen, og den udmattede Moder faar da et lille Pusterum. Nu er Barnet den vigtigste Genstand for Opmærksomheden. Det bør helst skriges straks efter Fødselen. Alt er godt, om det blot lader høre det ubetydeligste Skrig, da dette er et Bevis paa, at Lungernes Virksomhed er begyndt. Det er imidlertid ikke usædvanligt, at der er et vist Besvær forbundet med de første Aandedrag. Næse og Mund maa rengøres for Slim og Blod. Et let Slag paa Bagdelen faar ofte Barnet til at trække Vejret. Medfører dette ikke den tilsigtede Virkning, maa man forsøge at indblæse Luft i Lungerne. Mislykkes dette, bør man prøve Nyttens af et varmt Bad; disse Forsøg bør man gentage, enten til Barnet aander frit, eller til Livet er udslukket. Der findes kun ringe Fare for, at et frisk og fuldbaarent Barn skal dø, saafremt passende Midler anvendes for at holde det i Live,

NAVLESTRÆNGENS AFKLIPNING. Efter at Barnet er født, skal Navlestrængen opbindes og afklippes. Opbindingen sker ved Hjælp af et Stykke tykt, blødt Bomuldsgarn, der bindes om Navlestrængen en eller halvanden Tomme fra Barnets Krop. Et lille Stykke fra denne første Underbinding gøres endnu en saadan og mellem begge disse afklippes Navlestrængen med en skarp Saks.

EN VIS FORSIGTIGHED VED FORBINDNINGEN AF NAVLESTRÆNGEN ER NÖDVENDIG for at forebygge at Barnet forbløder. Forsømmelse heraf kan volde det sundeste Barns Død. Saa snart som Navlestrængen er opbunden, kan man svøbe Barnet ind i et Stykke Flonel og lægge det bort, til man atter faar Tid til at beskæftige sig med det, saafremt ikke en Plejerske er nærværende, der da kan vaske og klæde det.

EFTERVEER. En tyve Minutter eller en halv Time efter Fødselen begynder i Regler Efterveerne. Disse Veer foraarsages af Livmoderens Sammentrækning, hvorefter Efterbyrden sammen med de Blodklumper, der har samlet sig i Livmoderen, uddrives tillige med den Udflydning, der foregaar nogen Tid efter Fødselen.

EFTERVEERNES LANGVARIGHED. Ved den første Fødsel lider Patienten sjælden eller næppe af Efterveer, men ved enhver ny Fødsel bliver de langvarigere og mere smærtefulde.

MIDDEL MOD EFTERVEER. Kamillethe og varme Omslag om Underlivet plejer at lindre Smærterne.

EFTERBYRDENS UDDRIVEN. I Reglen indfinder Efterveerne sig som sagt hurtigt. Skulle de vente, bør man hellere taalmodigt afvente dem end gaa Naturen i Bedene. Jeg hørte Tale om en Kvinde, der laa otte Timer uden Efterveer uden andet Ubehag deraf, end at hun ikke kunde faa

rent Linned paa. En hel anden Sag er det, om Efterveerne indfinder sig, uden at Efterbyrden derigennem uddrives. I et saadant Tilfælde kan Patienten snart befinde sig paa Gravens Rand.

HJÆLP VED UDDRIVEN AF EFTERBYRDEN. Hvis Efterveerne efter en halv Time eller tyve Minutters Forløb begynder, uden at Efterbyrden synes at ville komme, kan man hjælpe lidt til ved varsomt at trække i Navlestrængen, men meget forsigtigt for at denne ikke skal briste. Paa samme Tid kan man mildt og vorsomt trykke paa Underlivet for at understøtte Efterbyrdens Løsning fra Livmoderen. Hvis Tiden gaar, og alle Forsøg paa at faa Efterbyrden ud viser sig frugtesløse, bør man straks hente Læge, særlig hvis Patienten har svære Smærter, trues af Blødning eller viser Tegn til Besvimelse.

BLØDNING. Hvis Blødning opstaar efter Fødselen, bør man lægge Patientens Hoved højere, højne Hofterne og lægge et koldt Omslag over den nederste Del af Underlivet. Dette fortsætter man med, til Blødningen ophører. Ønsker Patienten at drikke koldt Vand, kan dette meget vel tillades og endog være nyttigt for hende.

BESVIMELSE. Saafremt Patienten besvimer eller er paa Vej til at gøre det, bør man aabne Vinduerne og lade hende faa saa megen frisk Luft som mulig. Hendes Hoved bør lægges meget lavt, om det ikke allerede gør det, hendes Ansigt stænkes med Vand; lidt Vin eller Kognak og Vand gives hende. Men først og fremmest maa Lægen hentes.

LIVMODERENS SAMMENTRÆKNING. Man bør lægge Haanden fast paa Underlivet for at hjælpe til ved Uddrivelsen af Blodklumperne og Livmoderens Sammentrækning. Trækker den sig saa hurtigt sammen, som den bør gøre, efter

at Efterbyrden er uddrevet, føles Livmoderen haard og fast i Stedet for blød og eftergivende.

PRAKTISK BIND FOR EN BARSELPATIENT. Naar Efterbyrden fjernes, maa der anlægges et Bind. Dette Bind bestaar i Reglen af et paa Midten sammenlagt langt Haandklæde. Men det er naturligvis ikke saa formaalstjenligt som et Bind forfærdiget udelukkende til dette Brug. Et saadant Bind, i Form af et V, bør være 76 cm bredt opad og 64 cm bredt fra den øverste Kant af Rygsiden til Spidsen af den smalle Ende. Tøjet hertil — stærkt, ubleget Bomuldstøj — lægges dobbelt. Bindet føres ind under Patientens Ryg og fæstes sammen fortil med Sikkerhedsnaale saa fast og stærkt, som Patienten kan taale det. Den smalle Ende trækkes bagfra op mellem Benene og fæstnes foran med en Sikkerhedsnaal. Paa denne Maade hindres Bindet i at glide op. Det maa dog Tid efter anden trækkes fastere sammen. Et saadant Bind er virkelig formaalstjenligt og praktisk, idet Patienten ikke risikerer, at det ved den mindste Bevægelse glider op og kommer i Ulave.

Muligvis kan det forbedres ved, at man laver det til at snøre fortil i Stedet for at fæste det med Naale, hvorved det med Lethed kan gøres mere tætsluttende, hvis dette er nødvendigt.

BINDETS PAASÆTNING bør ske med Omhu, saa at det slutter godt til om Hofter og Underliv og giver dette den Støtte, som det i sin svage Tilstand saa stærkt behøver. Bindet benyttes ikke for at give Figuren Form, hvad man i Almindelighed synes at tro. Uerfarne Sygeplejersker gaar ofte den Fejltagelse at sætte Bindet for højt op. Et rigtigt anlagt Bind forhindrer, at Patienten faar den saakaldte Hængemave.

BEHANDLING AF BARSELPATIENTEN. Naar Fødselen er lykkelig overstaet, Efterbyrden uddrevet og Bindet anlagt, bør man forsøge at gøre det rigtigt bekvemt for Patientten. Hun maa løftes saa meget op, at man kan tage de grovere Lagener bort, hun ved Fødselen har haft under sig, og forsigtig lægge rene Underlagener under hende, men hun maa paa ingen Betingelse rejse sig op. Er hun svag og udmattet, maa hun ikke paa mindste Maade anstrænge sig, men maa indhylles godt, saa hun har en Følelse af Velbefindende; senere kan man ordne alt med Sengen. Fæster man med Sikkerhedsnaale Underlaget, det vil sige Underlag, Voksdug og lignende, i Madrasen, ligger det mere fast og sikkert, og hun faar bedre Hvile. Naar Barnet er klædt og i Orden, bør det bæres hen til hende og lægges til Brystet. Nu kan det tillades Manden at komme ind til sin Hustru, men han maa ikke blive længe hos hende og ikke tale meget med hende.

TRANG TIL HVILE. Nu trænger Patientten til Søvn mere end til noget andet. Der maa ikke tales et Ord til hende eller i hendes Nærværelse, førend hun har nydt en sund og velgørende Søvn. Jeg ved altfor vel, hvor ofte dette forsømmes. Sygeplejerskerne bliver i Reglen i Værelset og fylder det med deres Snak, lige til Patientten bliver helt nervøs og ikke kan sove. Ikke engang Sygeplejersken bør blive i Værelset, selv om hun alligevel maa blive i Nærheden, saa hun straks kan være rede, om hun behøves.

FØDE ER UNØDVENDIG UNDER FØDSELEN. Mange har for Skik at give Barselpatientten kraftig og stimulerende Mad under selve Forløsningsarbejdet i den Tanke, at dette er nødvendigt for at opretholde hendes Kræfter. Men hvis Fødselen gaar hurtig og lykkelig for sig, bør hun under ingen Omstændigheder fortære noget, da hele hendes Lege-

mes Energi er nødvendig for Forløsningsarbejdet. Gaar dette imidlertid langsomt, og Kvinden føler sig udmattet af Mangel paa Føde, kan man give hende lidt Suppe eller varm The, men ikke nogen fast eller stimulerende Føde. Forekommer der lange Pauser mellem Veerne, kan hun fortære lidt let fordøjelig Føde, idet Maven da sandsynligvis kan naa at fordøje den under de lange Pauser.

FØDE EFTER NEDKOMSTEN. Ogsaa efter at denne er overstaaet, bør Patienten ikke tvinges til at spise. Føler hun Længsel efter Mad, skal hun ogsaa have det, men kun i smaa Kvantiteter og af meget let fordøjelig Beskaffenhed. Det allerbedste er, om hun kan vente, til Organerne er udhvilede.

STIMULERENDE MIDLER. Vin eller andre stimulerende Midler bør kun anvendes i Samraad med Lægen.

BEDØVENDE MIDLER UNDER FORLØSNINGEN. Der er intet blevet nævnt om Benyttelsen af bedøvende Midler, saasom Kloroform eller lignende for at lindre Smærterne, idet dette er noget, som kun Lægen kan bedømme. Denne Tavshed indeholder dog ikke noget misbilligende; tværtimod kan saadanne Midler være blandt de største Velsignelser, som Videnskaben har givet os, og jeg vil blot ønske, at de benyttedes i større Udstrækning, end det nu er Tilfældet.

BARSELVÆRELSET.

TRANGEN TIL HVILE. Fremfor alt andet behøver Barselkvinden Hvile. Der er ingen Grund til at friste hendes Appetit og tvinge hende til at spise, naar hun ikke er sulten, under Paaskud af, at det er nødvendigt, for at hun kan samle Kræfter. Det er netop det hun skal gøre ved Hvile og Ro, og naar Trangen til Føde vaagner, kommer Appetitten samtidig.

FORDELEN VED EN LANG OG UFORSTYRRET SØVN. Barselkvinden maa gjerne spise saa ofte hun vil, men hun maa ikke vækkes af en lang naturlig Søvn, idet man tror, at hun behøver Mad. Barselkvinden tilbringer ofte en urolig søvnløs Nat, og det er først hen imod Morgenstunden, at hun synker hen i en god rolig Søvn, af hvilken det er en Velgærning — og mere end det, en absolut Nødvendighed, hvis hun skal genvinde sine Kræfter — ikke at vække hende. Hun maa gjerne sove og det lige til Middag, hvis hun kan. Hvis Barnet skal passes, tag det forsigtigt op, men lad Moderen være uforstyrret. Nød aldrig Mad i Moderen. Jeg kendte en Gang en i andre Henseender prægtig Plejerske, som var opfyldt af den Forestilling, at en Barselkvinde skulde spise saa tidligt som muligt om Morgen, og derfor vækkede sin Patient hver Dag ved den sædvanlige Frokosttid. Naturen krævede Hvile, ikke Føde. Hun spiste med Modvilje en Ubetydelighed af det, der blev budt hende, og saa prøvede hun paa at sove igen. Men den overanstrengte Natur taalte ikke at blive leget med paa denne Maade. Ringe eller ingen Søvn fik hun om Dagen, hvor der

var saa mange til at forstyrre. Folk gik ud og ind i Værelset; udenfor hørtes den sædvanlige Støj af Familien, om Natten led Patientten af nervøs Søvnløshed og først henimod Morgen lukkede Søvnhen hendes trætte Øjenlaag.

Den følgende Dag gentoges det samme Eksperiment. Alle Protester fra den syge mødtes ufravigeligt med samme Svar: „Man har altid lært mig, at syge Mennesker skal spise noget tidligt om Morgenen, hvis de vil blive raske og stærke.”

Det var ikke underligt, at denne Moders Rekonvalescens altid var meget langvarig, og at hendes Kræfter kun langsomt vendte tilbage.

Hvis Barselkvinden trænger til Føde, maa man naturligvis ikke lade hende ligge og vente derpaa. Hendes Behov og Ønsker maa efterkommes saa hurtigt som muligt, thi hos mangan Kvinde er den Tid, hvor hun ligger i Barselseng, den eneste, hvor man tager Hensyn til hendes Ønsker. Men ønsker hun at sove, maa man huske paa, at Søvn er lige saa nyttig som Mad, og langt nyttigere end denne, hvis Patientten tvinges til at spise den.

BARSELKVINDENS DIÆT. Hvor god Appetitten hos en Barselkvinde end maatte være, maa hun dog i de første tre-fire Dage holde sig til let Kost, thi hvis hun spiser nogen stimulerende Føde, kan derved let foraarsages Feber i det kritiske tredje Døgn.

AFFØRINGEN. Man maa passe paa, at Afføringen hos den sengeliggende er god og ved Hjælp af Frugtdiæt hellere end ved Medicin sørge for, at den bliver ved med at være det. Medicin bør saa vidt muligt undgaas, thi ved for megen Brug af afførende Midler fremkaldes let de ovenfor omtalte Hæmorrhoider.

NØDVENDIGHEDEN AF ET BÆKKEN. Et Bækken hører til Nødvendighedsartiklerne i et Barselværelse. Pa-

tienten maa i de første fire og tyve Timer helst ligge aldeles stille, men det er absolut nødvendigt, at Urinblæren tømmes i denne Tid. Hvis hun har vanskeligt ved at lade sit Vand i liggende Stilling, tror jeg, det er bedre at rejse hende op i Sengen paa Bækkenet end at udsætte hende for den Risiko, at Blæren udspændes for meget. Selv om hun har ladet Vandet, men kun i ringe Grad og hun endnu trænger dertil, er det bedst endnu en Gang at rejse hende op, thi det vil da sandsynligvis vise sig, at hun ved det første Forsøg kun blev af med en ringe Del af Urinen. Er Patienten meget svag, maa Katheter ved den ringeste Vanskelighed af denne Slags anvendes for at tømme Blæren.

Ved passende Frugtdiæt kan naturlig Afføring opnaas paa Andendagen. Viser det sig, at Patienten ogsaa herved har vanskeligt ved at bruge Bækkenet i liggende Stilling, tror jeg man risikerer mindre ved at rejse hende op end ved at forsømme Afføringen og siden tvinge hende til at tage afførende Midler. Ofte maa man dog gribe til saadanne, og man bruger da i Almindelighed amerikansk Olie.

UDFLODDET. Efter Efterbyrden og Blodklumperne følger et Udflod, som til at begynde med er stærkt blodbandet. Lidt efter lidt faar det en lysere Farve og til sidst, naar det tørrer paa Linnedet, lyst grønligt. Saa længe Farven paa dette Udflod er rigtig, behøver man ikke at blive urolig, hvis det skulde forekomme i hvad man synes for rigelig Mængde. — Det bør komme rigeligt, og det er mere foruroligende, hvis der kommer for lidt end for meget. Paa Udfloddets Farve kan Barselkvinden straks se, om hun har overanstrengt sig. Har hun det, bliver det rigeligere og bestaar ofte af Blod. Naar hun først begynder at være oppe igen og gaa omkring i Hjemmet bliver det Udflod naturligvis noget mørkere. Men skulde hun samtidig føle Smærter og

indvendig Ømhed, bør hun straks lægge sig igen og i de første Dage undgaa enhver Anstrængelse. Udfloddet kan op-høre efter fjorten Dages Forløb, men det kan ogsaa vare en Maaned eller endnu længere.

UDFLODDETS FOR TIDLIGE OPHØR. Skulde Udfloddet af en eller anden Grund holde for tidligt op, kan man lægge et varmt Omslag om Underlivet og gentage dette meget ofte.

ØMHED I UNDERLIVET. Sygeplejersken maa hver Dag forvise sig om, hvorvidt Barselkvinden føler nogen Smærte eller Ømhed i Underlivet. Skulde det være Tilfældet, maa man straks behandle det med varme Omslag og raadspørge en Læge.

RENLIGHED er en Hovedbetingelse for Barselkvindens Helbredelse. Mindst en Gang om Dagen maa hele hendes Legeme vaskes med varmt Vand, hvorved man nøje maa passe paa, at hun ikke udsættes for Forkølelse.

En om muligt endnu større Renlighed bør iagttages af Sygeplejersken og Jordemoderen. Før og efter den Hjælp, de yder Barselkvinden, maa de vaske deres Hænder godt og desinficere dem med et eller andet antiseptisk Middel, som nu foreskrives i hver Lærestalt for Jordemødre og Sygeplejersker. Især maa de omhyggeligt holde deres Negle rene.

MÆLKENS KOMME. Paa den tredje Dag bliver Mælke-rekretionen i Brystkirtlerne rigelig.

Undertiden, især hvis det sker pludseligt, kan Barselkvinden føle sig lidt utilpas og endog have lidt Feber.

Denne saakaldte „Diefeber” spillede i gamle Dage en vigtig Rolle, idet man troede, at den kande gaa over til Barsel-feber.

I Reglen gaar der forud for dette Ildebefindende en Kulde-

gysning, hvorfor man helst maa have Reservesangeklæder i Værelset og en Sengevarmer, som i paakommende Tilfælde kan fyldes med varmt Vand og straks tages i Brug. Saa snart Barselkvinden fryser det allermindste, maa Sengevarmeren omsvøbt med et Stykke Flonel lægges ved hendes Fødder. Samtidig bør hun dækkes godt med Tæpper, hvorved Kuldegysningen modarbejdes og Feber sandsynligvis undgaas. I hele Barseltiden er Barselkvinden meget tilbøjelig til Kuldegysninger, og de bør altid behandles paa samme Maade, hvis ikke Helbredelsen skal trække ud og endnu værre Følger komme til.

Skulde Symptomerne til Trods for alle Forsigtighedsregler tage til og Feberen indfinde sig, bør der straks sendes Bud efter en Læge og alle Besøg af opvartende Veninder forbydes.

OVERFLOD AF MÆLK. Ofte har Moderen mere Mælk end Barnet kan drikke. Det er nødvendigt, at den fjærnes, da en Hindring af den kan have ubehagelige Følger og være farlig.

Den kan trækkes ud ved Hjælp af et Dieglas. Skulde et saadant ikke være ved Haanden, kan man med Held anvende en tom Flaske. Denne fyldes med varmt Vand og naar den er godt opvarmet tømmes den atter, hvorefter Flaskehalsen sættes lige over Brystvorten. Den varme Luft i Flasken trækker sig ved Afkølingen sammen og presser da Mælken ud af Brystet.

REVNEDE BRYSTVORTER. Dette er en hyppig forekommende og meget smertefuld Plage. Den undgaas bedst ved den størst mulige Renlighed. Brystvorterne maa omhyggelig vaskes saavel før som efter Diegvingen og dækkes med en ren linned Klud. Er Vorterne meget daarlige, maa man under Diegvingen beskytte dem med en Gummihætte.

BYLDER I BRYSTET. Ofte bliver Brystet ømt under Diegivningen. Det forvoldes stundom af Forkølelse, og man maa i saa Tilfælde sørge for, at Brystet holdes varmt; saa forsvinder Ømheden snart.

Men Ømheden kan ogsaa være Begyndelsen til noget værre, nemlig Inflammation af Brystkirtlerne, og dette er da Begyndelsen til en Byld. En saadan Inflammation fremkommer ved Smitstoffer, det vil sige Bakterier, Indvandring gennem den revne Brystvorte.

Det er blandt andet for at undgaa dette særdeles ubehagelige og smærtefulde Onde, at man saa omhyggeligt maa vaske og hærde Vorten før og efter Diegivningen.

**BEHANDLING AF INFLAMMATION I BRYSTKIRT-
LERNE.** Behandlingen, som bør ledes af en Læge, bestaar først i Omslag, som er efter Omstændighederne enten kolde eller varme; derpaa aabnes Bylden saa snart som muligt med Kniven.

DIÆTEN EFTER DEN TREDJE DAG. Efter den tredje eller fjerde Dag kan Barsekvinden godt, forudsat at ingen ugunstige Symptomer har vist sig, gaa over til kraftigere Føde. Chokolade er at foretrække for The og Kaffe. Den bør tillaves for hver Gang den skal anvendes. Hønse- og Kalvekødsuppe med eller uden Ris og Grøntsager er baade velsmagende og let fordøjelig. Grøntsager, lette Kødretter, Fisk, Æg og Mælk er desuden gode Næringsmidler i denne Periode.

REGULERING AF MÆLKEAFSONDRINGEN. Det anses ofte for hensigtsmæssigt at formane Barsekvinden til at spise og drikke mere end sædvanligt for at fremme Mælkeafsondringen. Som Følge deraf har Moderen ofte mere Mælk end Barnet kan drikke. Mælkeafsondringen bør, om muligt, reguleres gennem Diæten. Føden bør til at begynde

med ikke alt for overvejende være af flydende Beskaffenhed, for at Mælkemængden kan afpasses efter Barnets Behov. Med Barnets voksende Trang til Føde forsvinder Faren for, at Mælkeafsondringen skal blive for stærk, og man kan da efterhaanden forøge Mængden af det, som Moderen skal drikke. Chokolade, Mælk, ikke alt for stærk The, Havresuppe og andre Supper er sunde Drikke for den diegivende. Det er sandsynligvis frugtesløst at protestere mod Kaffe og dog kan jeg ikke lade være at advare derimod.

STILHED I BARSELVÆRELSET er nødvendigt. Der bør til at begynde med ikke gives Tilladelse til Besøg og siden maa kun saadanne Personer modtages, som har Forstand og Skønsomhed nok til ikke at blive for længe eller trætte Patienten med for megen Tale.

HVOR LÆNGE BØR BARSELKVINDEN LIGGE EFTER FØDSLEN? Dette er et Spørgsmaal, som ofte stilles, og det almindelige Svar lyder: „Ni eller ti Døgn.“ Dog har jeg set Kvinder oppe og i fuld Virksomhed efter en Uges Forløb. Det eneste passende Svar turde altsaa være: „Det beror paa den paagældende Person.“ Er hun af Naturen rask og stærk og har haft en let Barselseng, er det baade grusomt og ubarmhjærtigt at holde hende i Sengen ni à ti Døgn. Hun bør kunne sidde oppe efter fem à seks Dage og paa det tiende Døgn være næsten rask. Hvis derimod hendes Helbred er svagt og hun har haft en besværlig Barselseng, kan hun muligvis ikke forlade Sengen i fjorten Dage eller saa, uden alvorlig Fare for sit Helbred.

Man kan saaledes m. H. t. Spørgsmaalet om Tiden til at komme op kun sige, at den paagældende Person bør være forsigtig og ikke staa for tidligt op. De første Dage skal hun ligge paa Ryggen, og kun i meget heldige Tilfælde staa op det tiende Døgn. Det sikreste og klogeste er at ligge i

fjorten Dage. Fire Dage mere eller mindre spiller jo egentlig en ubetydelig Rolle, naar det gælder hendes fremtidige Helbred og Velbefindende.

DEN FØRSTE GANG HUN SIDDER OPPE, maa det være ganske kort. Forløber det godt og uden skadelige Følger, kan det blive lidt længere den næste Dag og saa videre for hver Dag, til Sengen ikke mere benyttes. Ved den første Følelse af Træthed er det dog det klogeste at lægge sig lidt.

ARBEJDETS FOR TIDLIGE GENOPTAGELSE. Ogsaa efter at Barselkvinden forholdsvis let kan røre sig og gaa omkring i Værelset, bør hun dog ikke haste med at genoptage sine daglige Sysler. I Almindelighed mener man — i de mindste handler man i Almindelighed saaledes — at Barselkvinden, saasart hun kan forlade Sygeværrelset, og gaa lidt omkring i Huset, er i Stand til at bære Dagens Byrde, og at hun vilde blive saa meget hurtigere rask, hvis hun begynder at arbejde for Alvor. Enhver lægger roligt fra sig den Del af Husholdningsbyrden, som hun eller han har haft at bære, medens Husmoderen laa syg, og saa har hun ikke noget andet Valg end at tage det hele paa sig, inden hun føler sig stærk nog til at gøre det. Dette er navnlig Tilfældet indenfor den arbejdende Klasse.

FAREN VED FOR TIDLIG AT BEGYNDE AT ARBEJDE. Jeg tror, at mange flere Kvinder sætter Livet til paa Grund af overanstrengende Arbejde efter Barselsengen end paa Grund af selve Fødselen. Og selv om de ikke just sætter Livet til, kommer de dog til at lide af Besværligheder og Sygdomme, som er til større Plage, end den udenforstaaende har Anelse om (Kvinder lærer sig i Reglen hurtigt at bære Lidelsen med Taalmodighed). Disse Lidelser tiltager med Aarene, ja, kan stundom indfinde sig saa længe efter, at kun faa tænker paa at sammenstille Aarsag og Virkning,

og dog vil det hurtig vise sig, at det onde i de fleste Tilfælde hidrører fra Overanstrængelse efter en Barselseng.

LIVMODERFREMFA LD. Hvis man vil gøre sig den Ulejlighed at spørge, vil man sikkert med Forbavelse erfare, hvor mange Kvinder der er, som lider af Livmoderfremfald eller deraf, at Livmoderen har en forkert Stilling. Jeg tror ikke, jeg overdriver, hvis jeg paastaar, at dette Onde er ganske almindeligt, især hos Kvinder af Middel- og Arbejderklassen, som har naaet en Alder af over fyretyve Aar. Disse Sygdomme kan, naar en Læge raadspørges, om ikke helbredes, saa dog betydelig lindres.

EN OFTE FOREKOMMENDE GRUND TIL LIVMODERFREMFA LD. Den almindeligste, selv om ikke den eneste Aarsag til Livmoderfremfald er, at den unge Moder alt for tidlig efter Fødselen atter optager sine huslige Sysler. Selv om hun tilsyneladende i Øjeblikket ikke sporer nogen Ulæmpe deraf, mister dog Musklerne deres tidligere Spænsthed og slappes, om ikke før, saa naar hun er bleven for gammel til at føde Børn, helt og holdent, og hun kommer til at lide deraf, saa længe hun lever.

FORANDRING AF DIÆTEN EFTER BARSELSEN-GEN. Efter at Barselkvinden er kommet op, maa hun foretage en Forandring i sin Diæt. Hun maa nu, saavel for sin egen som for Barnets Skyld, have stærk og nærende Føde i Form af kraftige Kødretter og god Mælkemaad. Et Glas Porter til Maden er ogsaa meget nyttig og styrkende.

STADIER I KVINDENS LIV.

EN MODERS ANSVAR. Det er forbeholdt Mødrene at uddanne Barnets Karakter. Nogle anser det for at være en meget kraftig Paastand, naar man siger, at Barnets Opdragelse begynder med dets Fødsel. Jeg er derimod endnu kraftigere og mener, at den begynder i og med Svangerskabet, og inden det lille Hjertes Slag kan fornemmes under Moderens Hjærte. Vil Moderen give sit Barn saa mange gode Egenskaber som mulig, maa hun være omhyggelig for sit Helbred og holde det paa det højest mulige Standpunkt, og maa fra sine Tanker og sit Sind aflægge alt, der ikke er forædlende; hun maa være glad og ligevægtig af Sind, taalmodig, selvfornægtende, samvittighedsfuld og modig i al sin Gøren og Laden samt aldrig glemme sit Ansvar overfor det Væsen, hun er blevet betroet til at skænke Livet.

FULDKOMNE MØDRE. Kun ædle, fuldt udviklede Kvinder, hvis Egenskaber ikke i mindste Maade er undertrykte eller forkrympede, kan fuldtud forstaa og erkende Moderværdighedens Ansvar og opfylde dets Fordringer. Om saadanne Kvinder er man berettiget til at tro, at de vil kunne skænke Verden Sønner og Døtre, der fortjener Navn af Mennesker i dette Ords skønneste og bedste Betydning.

De BEDSTE AAR I EN KVINDES LIV. Har en Kvinde levet forstandigt, og er hun lykkelig kommer over de Aar, hvor hun gentagne Gange er bleven Moder, samt holdt Hus

med baade Sundhed og Kræfter, kan hun uden Frygt imøde-se denne anden Overgangsperiode. Passeres den lykkeligt, bør de følgende Aar anses som de bedste og nyttigste i en Kvindes Liv. Ved femogfyrretyve Aars Alderen staar Manden i Reglen i sin fulde Kraft. Ved samme Alder burde ogsaa Kvinden gøre det, naar hun er rask og i Besiddelse af en stærkt udviklet Intelligens og en ubrugt Energi. Men om hun skal kunne glæde sig herved beror for største De-len paa hende selv. Hun bør ikke vente at blive kaldt bort af Døden i mange Aar endnu, og disse Aar bør være fulde af virksomt Arbejde. Hun er nu befriet for en stor Del af sine Familiepligter. Hun omgives ikke længere af græden-de Børn, der med eller mod hendes Vilje fængsler hende til Hjemmet. De Aar, i hvilke hun gav Livet til sine Børn, bør have vækket hendes alvorlige Tanker og skænket hende mange værdifulde Erfaringer. Det har været hendes Livs saakaldte Skoletid, og der fordres nu af hende, at hun skal gøre Brug af de Kundskaber, disse har skænket hende. Hun kan drage ud i Verden, hun kan vie sig til Samfundet eller Kirken, hun kan forblive i sin huslige Kreds; hvor hun end befinder sig, skal hun dog altid være en virksom Arbejderske og en klog og forstandig Raadgiverske.

LIVETS AFTEN. En fuldt udviklet Kvinde, som har naaet Livets Højdepunkt, betragter ikke en mere fremskre-den Alder som en Periode, i hvilken hun efter et vel udført Arbejde kan slaa sig til Ro og i sin Egenskab af Far- eller Mormor kan beskæftige sine Hænder med Strikkestrømpen og sin Tunge med triviell Sladder. Nej, hun maa betragte sine ældre Dage som en Tid, hvor hun endnu har Sindets Spænsthed i Behold, hvor hendes Følelser er modne og afklarede, og hendes Erfaring rig og omfattende. Da skal hun med fornyet Energi kunne optage sin Livsvirksomhed.

Hun samler i Aarenes Løb Livets rige Høst, ikke for at lægge den i Lade og ikke bruge den, men for at gøre den frugtbringende i et virksomt, alvorligt Arbejde, som først ophører, naar den store Høstmand, Døden, indfinder sig.

Muligvis naar hun aldrig alt dette — Helbredet kan svigte — Døden kan træde hindrende i Vejen. Men saadan bør Afslutningen paa en Kvindes Liv være, og saadan kan den ogsaa blive.

t læg-
frugt-
hører,

svig-
an bør
n den

Pris Kr. 1:25