

GEIJERSTAM, GÄRDA AF

**Flickornas ansvar : upplysningsskrift i  
sexuella frågor : av Gärda af Geijerstam.**

Centralförbundet för socialt arbete  
Stockholm  
1932

# EOD – Miljoner böcker bara en knapptryckning bort. I mer än 10 europeiska länder!



## Tack för att du väljer EOD!

Europeiska bibliotek har miljontals böcker från 1400-till 1900-talet i sina samlingar. Alla dessa böcker går nu att få som e-böcker – de är bara ett musklick bort. Sök i katalogen från något av biblioteken i eBooks on Demand- nätverket (EOD) och beställ boken som e-bok – tillgängligt från hela världen, 24 timmar per dag och 7 dagar i veckan. Boken digitaliseras och blir tillgänglig för dig som e-bok.

## EOD bokens fördelar!

- Få samma utseende och känsla som med originalet!
- Använd ditt standardprogram för att läsa boken på skärmen, zooma och navigera genom boken.
- Skriv ut enstaka sidor eller hela boken.
- *Sök:* Använd fulltextsökning för enskilda fraser.
- *Klipp & klistra:* Kopiera bilder och delar av texten till andra applikationer (t.ex. ordbehandlingsprogram).

## Villkor för användning

Genom att använda EOD-tjänsten accepterar du de villkor som ställs av biblioteket som äger den aktuella boken.

- Villkoren på svenska: <http://books2ebooks.eu/odm/html/nls/sv/agb.html>

## Fler e-böcker

Redan nu erbjuder 30 bibliotek från 12 europeiska länder denna service. Mer information finns tillgängliga via <http://books2ebooks.eu> eller boken.

- <http://search.books2ebooks.eu/>

CENTRALFÖRBUNDET FÖR SOCIALT ARBETE

---

# FLICKORNAS ANSVAR

---

UPPLYSNINGSSKRIFT I SEXUELLA  
FRÅGOR

AV

*GÅRDA AF GEIJERSTAM*

*PRAKTISERANDE LÄKARE, LÄKARE VID GÖTEBORGS FOLKSKOLOR*

---

STOCKHOLM 1932

OSKAR EKLUNDS BOKTRYCKERI

Kungl. biblioteket



0 0000 000098483

CENTRALFÖRBUNDET FÖR SOCIALT ARBETE

---

# FLICKORNAS ANSVAR

---

UPPLYSNINGSSKRIFT I SEXUELLA  
FRÅGOR

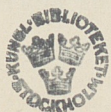
AV

GÄRDA AF GEIJERSTAM

PRAKTISERANDE LÄKARE, LÄKARE VID GÖTEBORGS FOLKSKOLOR

---

Rekvireras från Centralförbundet för Socialt Arbete, Norrtullsgatan 8 B.  
Pris 10 öre, vid rekvisition av minst 50 ex. 20 %, 100 ex. 40 % rabatt.



STOCKHOLM 1932  
OSKAR EKLUNDS BOKTRYCKERI

Två starka drifter råda inom naturen. Den ena är hungern, den andra köns- eller sexualdriften. De äro båda lika nödvändiga — i och för sig varken onda eller goda — men helt enkelt nödvändiga. Hungern, som bevarar individen genom att den tvingar honom att intaga föda, det bränsle som håller maskineriet i gång. Könsdriften, som bevarar släktet, därigenom att den driver individer av motsatt kön till varandra, till den förening, könsakten, genom vilken en ny varelse kan uppstå.

Det är av vikt att från första början äga klarhet om, att könsdriften ej innebär något orent, något lågt, moraliskt förkastligt. En sådan uppfattning är tyvärr blott allt för vanlig och därför har man aldrig talat öppet om dessa ting. Den drift, som dock är livets källa, har blivit de mörka vråarnas och bakgårdarnas samtalsämne, betraktas som annan smuts som man kastar i soptunnan. Här behövas öppna fönster och friska fläktar. Det har sagts så många gånger, men det är en sak som ständigt behöver påpekas på nytt, att okunnighet ej är det samma som oskuld och att en klar upplysning om dessa ting, långt ifrån att som det heter "smutsa fantasin", är den bästa förutsättningen för ett sunt och rent liv.

Jag börjar då med en kort redogörelse för könsorganens byggnad och funktioner hos kvinnan.

Redan när det lilla flickebarnet födes till världen, bär hon inom sig de organ, som kanske en gång komma att göra henne själv till mor. Det är först och främst de egentliga könskörtlarna, de båda äggstockarna. De äro hos den vuxna kvinnan stora som en krakmandel och ha ungefär den formen. Hos det nyfödda barnet äro de naturligtvis mycket mindre. Det är i dessa körtlar som äggcellen bildas, den cell, som, om den förenas med (= befruktas av) den motsvarande cellen från mannens organ, sädscellen, ger upphov till en ny individ. Äggcellerna bildas i ett oerhört stort antal — många tusen

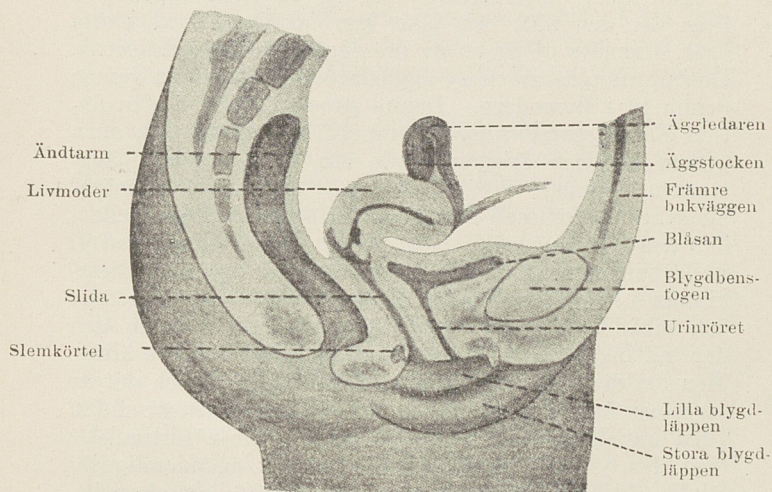
— i små blåsor, som finnas i äggstocken. Dessa blåsor kallas äggblåsor och innehålla utom äggcellen, d. v. s. könscellen, mer eller mindre av en tunn vätska, ungefär liknande den som uppstår i en brännblåsa. Äggstockarna äro den viktigaste delen av könsorganen, då det alltså är här, som själva könscellerna bildas. En kvinna, som fått äggstockarna eller ovarierna, som de också kallas, bortopererade på grund av någon sjukdom, kan aldrig få några barn. Men har hon blott kvar en än så liten bit av äggstocken, finns alltid möjlighet härför, då ju äggblåsorna äro så talrika.

Nå, men om en kvinna aldrig får några barn? Ha då dessa organ ingen betydelse? Jo, de äro i varje fall av en mycket stor vikt för såväl den fysiska som psykiska utvecklingen. Allt som skiljer de båda könen åt, de s. k. sekundära könsegenskaperna, som göra gossen stark, kraftig, verksam, som ge honom manlig röst och manligt utseende och som åter göra flickan spensligare, mjukare, vekare, både andligen och kroppsligen — alla dessa särmärken åstadkommas av några förunderliga ämnen, s. k. hormoner, som bildas i könskörtlarna och som därifrån överlämnas direkt till blodet och med detta föras till kroppens alla organ. Könskörtlarna ha alltså uppgifter ej blott för släktets bevarande utan även för individens normala och harmoniska utveckling.

Vidare finna vi hos kvinnan ett organ, livmodern, belägen mellan de båda äggstockarna, i den del av kroppen som kallas lilla bäckenet. Framför livmodern ligger urinblåsan, bakom den ändtarmen. Livmodern har till uppgift att bilda ett skyddande hölje för fostret, ifall ett sådant utvecklas. Den är stor som ett medelstort päron och har ungefär den formen, en nedre smalare del, halsen, och en övre bredare, kroppen. Väggen består av muskler, d. v. s. en vävnad som har förmåga att sammandraga sig, vilket är av stor betydelse vid en förlossning. Den innesluter en hålighet, klädd med en s. k. slemhinna, liknande den vi ha i munnen och i näsan. Det är i denna hålighet fostret utvecklas, och livmodern

har den märkvärdiga egenskapen att kunna växa i samma mån fostret växer. Från ömse sidor av livmoderns övre hörn utgå två rör av en blyertspennas storlek, de s. k. äggledarna, som mynna fritt ut i bukhålan.

När nu en flicka kommer i 13—15-årsåldern, uppträder det som vi kalla menstruation eller reglering. Vad är då



VÄNSTRA BÄCKENHALVAN AV EN VUXEN KVINNA.  
(Efter I. Broman)

det? Det är en blödning, men i motsats till de flesta andra blödningar fullkomligt ofarlig. Den kommer från slemhinnan i livmodern, som sväller upp därigenom att det blir ett rikligare blodtillflöde till den. Hur kommer sig detta? Ja, det är en invecklad historia, som i korthet låter så här:

När flickan når den ovannämnda åldern, 13—15 år, en ålder som kallas pubertet eller övergångsålder, ha så småningom vissa förändringar i hennes kropp försiggått. Den barnsliga typen utplånas mer och mer, bröstkört-

larna utvecklas, det uppträder hårbeklädnad på de yttre könsdelarna och i armhålorna, rösten mister sin barnsliga klang och blir djupare, både längden och kroppsvikten ökas kraftigt och så en vacker dag uppträder den första menstruationen. Dessförinnan har emellertid i all tysthet en annan process ägt rum, som ej uppfattas av flickan själv. Den består däri att en liten äggecell, så liten att den nätt och jämt kan iakttagas med blotta ögat, slungats ut ur en av de många tusen äggblåsorna. Den uppfångas av en av äggledarna och föres nu genom denna in i livmodern. Denna process kallas för ovulation eller äggutstötning och innebär att en äggecell, däri genom att den frigjorts från sin bildningsplats, äggstocken, kommer in i livmodern. Om den där möter motsvarande köns cell från mannens organism, sädescellen, kan den sammansmälta med denna. Detta blir då vad vi kalla befruktning, varvid en ny individ uppstår. Slemhinnan i livmodern sväller då an för att kunna mottaga och inbädda den befruktade äggcellen och tillföra den den näring, som är nödvändig för fostrets utveckling. Men om den lilla äggcellen icke befruktas — och det är ju oftast fallet — avlägsnas den omärkligt genom slidan (den kanal, genom vilken livmodern står i förbindelse med den yttre könsöppningen), och en egendomlig instinkt, skulle man kunna säga, gör då att livmodern befriar sig från det överflödiga blodet, som denna gång ej kom till användning för något fosters räkning. Det är detta som sker genom menstruationen.

Denna kan uppträda första gången vid ganska olika åldrar. Här, i vårt land, är den vanligaste åldern 14 år, men ej så sällan kan den komma tidigare, särskilt hos stadsflickor, ibland redan vid 11 år. Och någon gång — vilket nog är vanligare på landet — kan en flicka bli både 16 och 17 år, innan menstruationen uppträder. Är man frisk för övrigt, så behöver det alldeles ej ge anledning till någon oro, vare sig menstruationen kommer ovanligt sent eller ovanligt tidigt.

I allmänhet brukar menstruationen räcka 4—6 dagar.

Även här finner man många variationer, som alla kunna vara fullt normala. Somliga flickor ha sin reglering blott 2—3 dagar, andra åter ända till 7—8. Den kanske vanligaste typen är först 3 dagars blödning, så en dags paus, och så åter någon blödning 4:de och 5:te dagen. Därefter kommer ett uppehåll på ungefär 24 dagar och så en ny menstruationsperiod. Även här kunna rätt stora olikheter göra sig gällande. Somliga flickor få sin menstruation kanske var 25:te dag, andra åter med 5—6 veckors mellanrum. Det vanligaste är att den kommer var 28:de dag.

Vad har nu en frisk flicka att iakttaga under menstruationen? Egentligen bara en sak, men den är så mycket viktigare: den allra noggrannaste renlighet.

Om vi då skulle tala lite om renlighet i allmänhet. Det syndas oerhört mot den. Som en enkel regel kan man säga, att man bör dagligen ha vatten över hela kroppen. Har man badrum är det ju mycket bekvämt, men man kan klara sig på mycket enklare vis. Tag in vatten på kvällen i en vanlig handkanna, låt det stå över natten, så får det rumstemperatur. Spring raskt ur sängen, ligg inte och parlamentera med klockan, kryp helt och hållet ur nattlinnet, doppa en handduk i vattnet och gnid hastigt och lustigt över hela kroppen. Torka sen lika raskt med en grov handduk. Det hela är överstökadt på ett par minuter. Men blir man inte förkyld av det kalla vattnet? Nej, det är tvärtom ett av de bästa sätten att härda sig just mot förkylningar. Men reumatisk då? Inte det heller, åtminstone inte om man blir ordentligt varm efteråt och det blir man lätt, om man tar lite gymnastik ovanpå eller någon annan motion t. ex. tvättar ett golv. Jamen, hos oss ligga vi 4 i ett rum, far och mor, bror och syster — då kan man väl inte ta en avrivning? Nej, trångboddhet, som tyvärr är så vanlig, försvarar oerhört all personlig hygien. Men där skulle jag vilja ge ett råd. Skaffa en skärm — det är ingen dyrbar historia, det behöver inte kosta mer än ett par grammofonskivor — ställ den framför ett enkelt tvättbord med ett stort

handfat och dito handkanna. Så kan man i tur och ordning gå bakom skärmen och vara fullt ogenerad vid sina tvagningar.

För att nu komma tillbaka till renligheten vid menstruationen, så bör man då, liksom alla andra dagar, tvätta underlivet med tvål och vatten. Tvål — någon mild, överfettad — bör alltid användas. Vattnet behöver ej vara varmt, ej ljumt en gång, endast rumstempererat. Tvättningen bör ske med handen, aldrig med svamp, som med bästa vilja aldrig kan hållas fullt ren, om den användes till tvåltvättning. Det är en mycket vanlig föreställning att man vid menstruationen ej får tvätta underlivet, ja, ej ens byta linne. Detta är fullkomligt felaktigt. Underlivet bör som sagt tvättas minst en gång dagligen med tvål och vatten och vid menstruationen, i synnerhet om den är ymnig, gärna om möjligt en extra gång på dagen. Man riskerar då inte heller den obehagliga, lite fräna lukten, som ofta känns vid regleringen och som alltid skvallrar om att det är så och så bestämt med vederbörandes renlighet. Till denna hör också att använda menstruationsbinda som bör bytas morgon och afton.

Får man bada under menstruationen? Varmbad, ja. Kallbad äro tämligen säkert ofarliga för fullt friska flickor, dock böra de kanske tagas kortare än vanligt. De dagliga avrivningarna inställas ej. — En rätt vanlig sak är smärtor vid regleringen. Dessa kunna visserligen vara ganska besvärliga, men äro som regel fullständigt ofarliga. Bäst är, under förutsättning att man för övrigt är frisk, att så lite som möjligt tänka på dem, framför allt ej gå i förväg och säga sig: den och den dagen ska jag ha min reglering och då får jag naturligtvis förfärligt ont. Ibland kan det kanske dock vara nödvändigt att vända sig till en läkare, som kan skriva ut något lindrande medel, om smärtorna bli alltför besvärande. Kroppsrörelse är som regel ej skadlig, ofta gå sådana smärtor förr över efter en duktig promenad än om man lägger sig på en soffa. Och på den ej sällan framställda frågan: hur ska det gå för mig att gå igenom en förloss-

ning, jag som har så ont bara av min reglering, kan man med gott samvete svara att det är något som alldeles ej behöver oroa. Förlossningen blir ej svårare och den har i allmänhet också det goda med sig att regleringssmärtna för alltid försvinna.

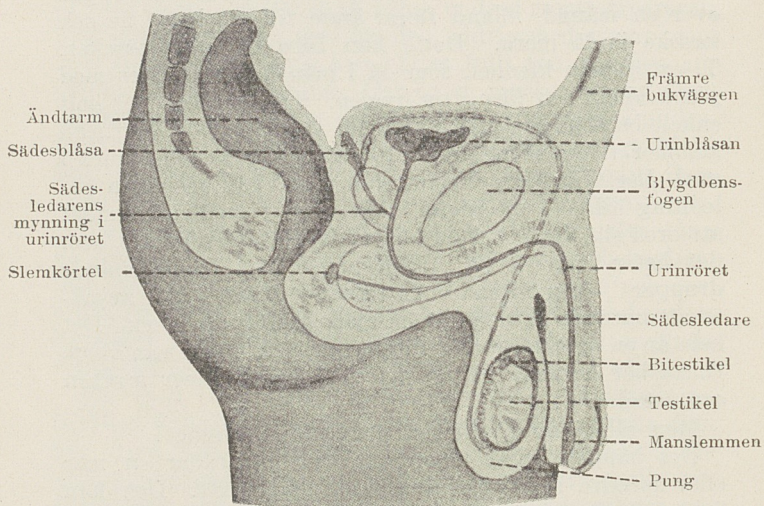
En annan sak som är rätt vanlig hos unga flickor är, att menstruationen blir oregelbunden, så att den hoppar över en månad, ibland flera, ända till ett halvt år och kanske ändå mera. Detta kan bero på olika orsaker. T. ex. allmän klenhet, som då i många fall hjälpes med järnmedicin och förnuftig hygien. Stundom kan det helt enkelt bero på att man byter om vistelseort — en flicka kommer t. ex. från landet för att gå igenom en kurs i stad eller tvärtom — ibland kan man ej finna någon anledning alls. I intetdera fallet är det emellertid något att oroa sig för, och man bör alldeles ej försöka att, som det heter, "driva på" regleringen med "blodrenande droppar", heta fotbad eller liknande, utan lugnt avvaktat att naturen så småningom själv sköter om saken. Det hela är en mycket vanlig företeelse, men något som varje flicka bör ha reda på, då det ej sällan kommer mycken oro åstad.

Men alltså först och sist noggrann renlighet!

Det händer också ibland att det uppträder en mer eller mindre stark flytning från underlivet. Den kan än se ut som skuren grädde, än mera tunnflytande, än tjock och gulaktig. Även här gäller som första bud: renlighet, ordentliga dagliga tvålvtätningar. Härmed och i vissa fall med allmänt stärkande regim försvinna dessa symtom. Däremot bör man ej på egen hand företaga s. k. sköljningar, såvida ej läkare uttryckligen föreskrivit det. Åkomsten är ganska vanlig och innebär i och för sig alldeles ej, som man så ofta får höra, någon kraftförlust. Flytningen är här blott ett symptom och försvinner vanligen, när den trötthet botas, som ofta samtidigt förekommer och som kan bero på olika orsaker, i denna ålder kanske oftast på blodbrist.

Hos mannen äro könsorganen naturligtvis i flera avse-

enden skiljaktiga från kvinnans, då det ju endast är inom den kvinnliga organismen som ett foster utvecklas. De organ, där själva könscellerna, som här kallas sädes-celler eller spermatozoer, bildas, äro de båda testiklarna, ett par äggformiga körtlar, belägna utanför bäckenhålan i den s. k. pungen. De motsvara äggstockarna hos kvinnan



VÄNSTRA BÄCKENHALVAN AV EN VUXEN MAN. — DEN DEL AV SÄDESLEDAREN, SOM FÖRLÖPER LÄNGST BORT FRÅN KROPPENS MEDELLINJE OCH DÄRFÖR EGTILIGEN EJ SKULLE SYNAS Å BILDEN, ÄR ANTYDD MED PRICKADE LINJER.

(Efter I. Broman)

och bestå av en massa fina slingrande rör, i vilkas väggar de sädesalstrande cellerna äro belägna. Dessa rör förena sig till större kanaler, som i många bukter genomlöpa en mindre körtel, bitestikeln, och slutligen mynna i en gemensam gång, sädesgången. Denna går först upp i bäckenhålan, därefter ned längs sidan av urinblåsan, där

de båda gångarna från vardera testikeln mötas och efter att ha passerat sädesblåsorna, små organ, som dels tjäna till förvaringsrum för säden, dels själva avsondra en vätska, utmynna tätt bredvid varandra i urinröret. Detta tjänstgör alltså som avloppskanal både för säd och urin. Genom en särskild mekanism är det emellertid så ställt, att en uttömning av dessa båda vätskor aldrig sker samtidigt.

Sädescellerna bestå av en rundad del, huvudet, och en längre smal del, svansen. Tack vare denna kunna de, i motsats till äggcellerna, röra sig självständigt. Så snart säden vid könsakten uttömts i slidan eller t. o. m. endast kommit i beröring med den yttre könsöppningen, börja sädescellerna vandra upp mot livmodern och äggledarna, där sannolikt befruktningen äger rum. Av alla de miljoner sädesceller, som på en gång uttömmas, är det dock endast en enda, som om den träffar på en äggecell, tränger in i och smälter samman med den och härigenom ger upphov till en ny individ.

Puberteten, d. v. s. den tid då sädesceller börja alstras och könsdriften vaknar, infaller hos gossen vanligen något år senare än motsvarande process hos flickan, ungefär vid 15—17 års ålder, då även de karaktäristiska sekundära könsegenskaperna börja framträda — skäggväxt, djupare röst (''målbrott''), kraftigt ökad tillväxt. Könsdriften gör sig hos unga män i allmänhet starkare påmint än hos flickor och för dem gäller alltså i ännu högre grad än för den unga flickan — att behärska driften och ej sätta barn i världen, som de ej kunna sörja för, ej ge ett eget hem.

När, som ovan omtalats, en äggecell lösgjorts från äggstocken och genom äggledaren förts in i livmodern, kan det hända, att den befruktas. Den befruktade äggcellen stannar då kvar i livmodern, där den utvecklas till ett foster, som för sin utveckling till ett livsdugligt barn behöver 9 månader. Men det säger sig ju självt, att en flicka på 14—15 år varken fysiskt eller psykiskt är skickad att bli mor. I allmänhet har icke heller vid

denna tid könsdriften — det som driver de båda könen mot varandra — vaknat på allvar. Det händer dock ej så sällan — säkert mycket oftare än vad man tror — att könsdriften vaknar, så att säga delvis, och i förtid. Det kan vara en ren tillfällighet — klättring på stång i gymnastiken, en beröring av de yttre könsdelarna med den egna handen vid klåda eller något liknande — som väcker sexuella förnimmelser, vilka vederbörande sedan medvetet försöker framkalla, vanligen genom att fingra på organen i fråga. Denna ovana kallas onani eller masturbation och framställs ej sällan som en mycket svår och farlig last, som kan medföra de hemskaste följder, sinnessjukdom, ryggmärgssjukdomar, underlivslidanden, m. m. Detta är ett fullkomligt misstag. Onani kan uppträda redan hos barn i vaggan — där kan man ej gärna tala om någon last. Onanin är ingen synd, den är ett uttryck för en naturdrift, som finns hos alla människor, men *den bör och kan behärras*. Onanin kan nämligen, liksom varje annan yttring av sexuallivet, taga för mycket av ens intresse, till förfång för andra sidor av den personliga utvecklingen, och därigenom att den vanligen utövas med dåligt samvete, verkar den hämmande på livslust och arbetsglädje. Bästa sättet att komma ifrån den, om den blivit en vana, är *arbete*, i all synnerhet ett arbete som intresserar en. Frisk luft, vatten och kroppsrörelse är också bra. Och skulle någon gång frestelsen bli för stark och ni ge efter för den, så tappa inte modet och tro inte att det är fråga om något moraliskt fördärv. Gå inte ensam och olycklig och bär på detta som en svår hemlighet. Anförtro er åt någon, åt er mor eller kanske ännu hellre åt en läkare, som kan hjälpa er att ta nya tag.

Men förr eller senare kommer naturligtvis en tid, då driften på allvar gör sig gällande. Och då är det inte alltid så lätt att stå emot. Man hör ej sällan den åsikten uttalas att det för unga människor är skadligt och farligt att ej få tillfredsställa sin könsdrift. Intet kan vara oriktigare. Men det kan säkerligen stundom vara svårt att

hålla den tillbaka. Även här gäller emellertid detsamma som vid onanin: arbete och ett sunt enkelt liv. Läs inte för mycket romaner och rafflande mer eller mindre dumma s. k. kärleksberättelser och var inte alltför trägen biografbesökerska. Tag duktigt med motion, naturligtvis helst i friska luften. Den kroppsrörelse, som t. ex. dansen ger, är naturligtvis ingalunda i och för sig skadlig och att förbjuda ungdomen att dansa vore säkerligen både onödigt och olämpligt, men det kan lätt bli för mycket av den. Och härtill kommer en annan sak. Den modärna dansen verkar ofta i hög grad uppeggande på könsdriften, och flickornas kläder äro ju ofta så funtade, att bärrinnan förefaller mera oklädd än klädd. Att detta återigen verkar utmanande på den manliga ungdomen är ju naturligt, och var och en, som har med ungdom att göra, vet, att det är just under eller efter dessa dansaftnar, som nu för tiden äro så vanliga inom klubbar och andra sammanslutningar, som självbehärsksningen sviker. En utomordentligt viktig sak för behärsksningen av könsdriften är att ej använda spirituosa i någon form. Det borde ju vara en självklar sak att flickor ej berusa sig och det förekommer nog dess bättre också jämförelsevis sällan. Men hur vidrigt det tunga ruset än är, finns det något som härvidlag är ännu farligare — den lätta alkoholpåverkan som kan komma efter en enda snaps, ett enda glas vin eller punsch. Redan en till synes så oskyldig dos kan i viss mån inverka på omdömesförmågan — man säger sig: "det är nog inte så farligt". Framför allt verka små alkoholmängder upphetsande på könsdriften, så att den blir svårare att stå emot. Och kom ihåg att även en rent tillfällig förbindelse *kan* ha följder — ett barn, men ett barn som får sakna det, som bör vara dess första rättighet, ett hem, mor och far. "Du riskerar ingenting, jag lovar att akta dig" — hur många flickor ha ej alltför sent fått ångra sitt lättsinne, emedan de litat på det löftet, som kanske givits i ärligt uppsåt, men ej *kunnat* hållas. Hur många flickors framtid har ej blivit ödelagd genom en stunds obetänksamhet och hur

många barn växa ej upp med en ööverbannelig bitterhet mot föräldrar, som utan ansvarskänsla satt dem in i världen, där de kanske, trots all utveckling i humanare riktning, få sig kastade i ansiktet att de äro "oäkta". Det är synd mot barnen och det är synd mot er själv. Den dag kanske kommer då ni möter den som ni skulle vilja grunda ett hem med, den som ni skulle vilja ha till far till era barn, den som ni älskar på allvar och skulle vilja leva hela livet tillsammans med — då kan nog minnet av det som varit dyka upp och grumla lyekan för både er och honom.

Och ännu en sak. Det kan hända att ni genom en tillfällig förbindelse kan bli märkt — kanske för hela livet — på ett annat sätt, ni kan få en smittosam sjukdom av det slag som kallas könssjukdom. Det är en mycket allvarlig sak. Kom då ihåg: låt ej skamkänsla över vad ni givit er in på hindra er att så fort som möjligt söka läkare. Då är det goda utsikter att sjukdomen kan hejdas i tid, innan den åstadkommit en kanske obotlig skada.

Hur yttrar sig sådan sjukdom? I vissa fall genom stark flytning från underlivet (som redan nämnt finnes även flytning som är fullkomligt ofarlig), ofta förenad med sveda och smärtor vid urinering. I andra fall uppträda sårnader på de yttre könsdelarna. Och åter vid den tredje och farligaste sjukdomen, syfilis, visar sig att börja med en liten förhårdnad, vanligen å de yttre könsdelarna, stor ungefär som en lillfingersnagel. Några veckor därefter kommer ett utslag, som lätt nog förbises, då det icke kliar (härav kan man även förstå vikten av de dagliga avrivningarna som ju innebära att man dagligen ser sin kropp). Får sjukdomen ostört utveckla sig, kan den medföra de svåraste följder och angripa så gott som alla organ i kroppen, hjärnan och ryggmärgen ej undantagna, vilket bl. a. kan ge upphov till förlamningar, t. o. m. sinnessjukdom.

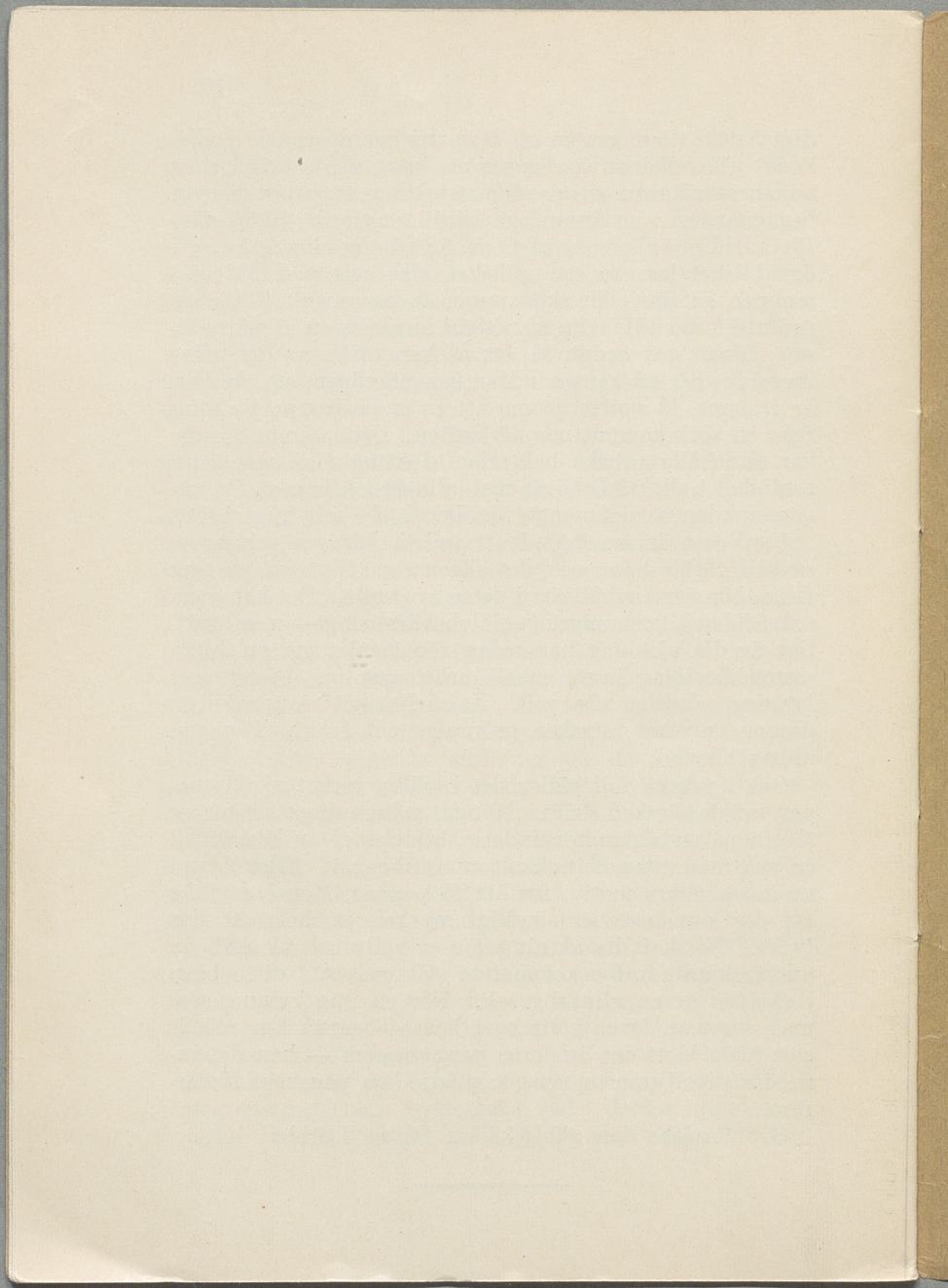
Hur kan man nu skydda sig mot dessa farligheter? Först ett par enkla hygieniska råd. Dessa sjukdomar kunna i vissa fall smitta även på vad man kallar "oskyl-

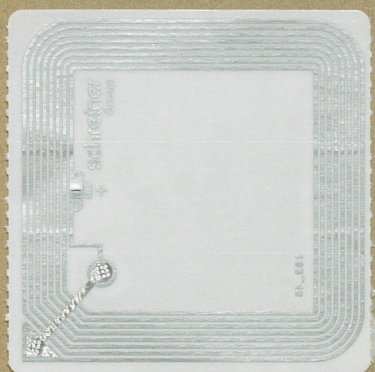
digt" sätt, t. ex. genom att man dricker ur samma (odiskade) glas eller använder samma kniv, sked, gaffel eller annan servis, som en av sådan sjukdom angripen person begagnat och som ännu icke blivit rengjord. Skölj därför alltid ett glas, om ni t. ex. är på tåg eller eljes ej i ögonblicket kan få ett nydiskat glas och stiek aldrig i munnen gafflar eller skedar som andra använt. Och ett praktiskt råd till. Om ni nödgas använda en allmän klossett, försök att ordna så att ni kan torka av den eller lägga papper på kanten. Man kan nämligen, om olyckan är framme, få smitta genom att en enda droppe flytning från en sjuk kommit ner på kanten. Denna enda droppe kan innehålla talrika bakterier. Iakttag f. ö. noggrann renlighet i allt, så behöver man alldeles ej ängslas för någon sjukdom av denna art, förvärvad på "oskyldigt" sätt.

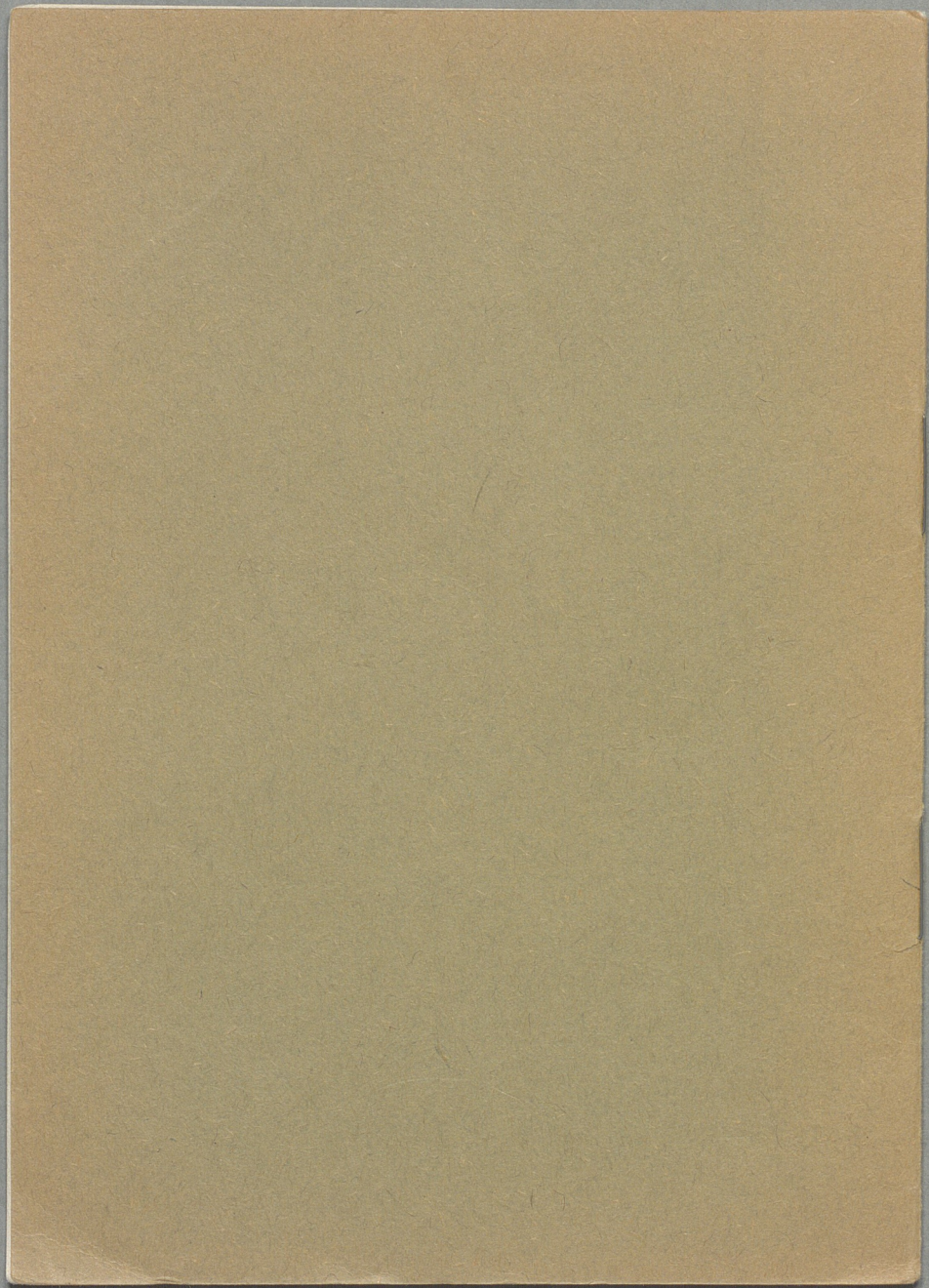
Vanligast är emellertid att smitta ådrages genom en sexuell förbindelse, och det säger sig självt att en ung flicka bör vara avhållsam i detta avseende. Det kan vara svårt ibland, kosta mycken självbehärskning — men omöjligt är det ej. Jag har redan förut talat om att bästa sättet härvidlag är ett enkelt, arbetsamt liv. Dieten spelar nog också en viss roll. Ät så lite kött som möjligt, däremot mycket rotsaker, grönsaker och frukt. Begagna aldrig alkohol.

Och i många fall gäller det i själva verket ej alls någon svårbehärskad drift. Många, många unga flickor ge sig in på en sådan förbindelse, alldeles ej av kärlek till en ung man, utan helt enkelt av nyfikenhet. Eller ibland av ännu sämre motiv, för att få pengar. Men kom ihåg att det kan kosta er oändligt mycket, ja, hela ert livs lycka. Ni skall ha aktning för er själv och ni skall ha ansvarskänsla inför kommande släkten. Att sätta barn i världen är en allvarlig sak. För en ung kvinna, som med sin man lever i ett eget hem — gärna hur enkelt som helst blott det är *deras gemensamma* — kan det innebära den djupaste, renaste glädje hon någonsin får erfara.

Grumla icke den glädjekällan för er i otid.







[www.books2ebooks.eu](http://www.books2ebooks.eu)