

## ΕΧΟΥΝ ΚΑΙ ΟΙ ΑΝΔΡΕΣ «ΚΥΚΛΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ»

ΜΕ ΠΤΩΣΗ ΤΗΣ ΘΕΡΜΟΚΡΑΣΙΑΣ ΚΑΙ ΑΛΛΑ...

ΟΙ ΔΥΣΚΟΛΙΕΣ, που αντιμετώπιζουν κάποτε τὰ ζευγάρια μιὰ ώρισμένη περίοδο του μήνα, ίσως νὰ μὴ ὀφείλονται μόνο στις γυναίκες. Φαίνεται πὼς οἱ ἄνδρες δοκιμάζονται ἀπὸ μηνιαίκα σκαμπανεβάσματα — ὄχι μόνο στὴ συμπεριφορὰ τους, ἀλλὰ καὶ σ' αὐτὴ τὴ σωματικὴ τους κατάσταση. Κυκλικὲς λοιπόν — μηνιαίτικες — θυμικὲς, ἀλλὰ καὶ σωματικὲς, διαταραχὲς παρουσιάζουν καὶ οἱ ἄνδρες.

Στὰ συμπεράσματα αὐτὰ ἔχει καταλήξει ἡ Αὐστραλὴ ἐρευνητριά Μάργκαρετ Χέντερσον, ἐπειτα ἀπὸ μακρόχρονη μελέτη τῆς ζωῆς τῶν ζευγαριῶν. Οἱ ἄνδρες, τονίζει ἡ Χέντερσον, παρουσιάζουν μηνιαίτικες κυκλικὲς μεταπτώσεις τῆς θερμοκρασίας τους, ὅπως καὶ οἱ γυναίκες, πὼς ὅπως εἶναι γνωστὸ συνδέονται μὲ τὴν ἔμμηνη ρύση τῶν τελευταίων. Ἀπὸ μελέτη ζευγαριῶν προέκυψε, μάλιστα, πὼς ἄνδρες καὶ γυναίκες, πὼς ζοῦν μαζί, παρουσιάζουν αὐτὲς τὲς «κυκλικὲς» μεταβολὲς ταυτόχρονα. Δηλ. τόσο κατὰ τὴν πτῶση τῆς θερμοκρασίας — στὴ «γόνιμη» περίοδο τοῦ μήνα, ὅσο καὶ κατὰ τὴν ἀνοδό τῆς.

Οἱ διαπιστώσεις τῆς Χέντερσον θεωροῦνται ἀκόμη προκαταρκτικὲς, λόγω τοῦ περιορισμένου ἀριθμοῦ τῶν παρατηρήσεων τῆς. Δὲν παύουν ὡστόσο νὰ ἀποτελοῦν χαρακτηριστικὲς ἐνδείξεις γιὰ τὲς κατευθύνσεις μελλοντικῶν μελετῶν. Οἱ μελέτες αὐτὲς φυσικὸ εἶναι νὰ ἀφοροῦν τόσο τὴ λειτουργικὴ πλευρὰ τῶν ὁρμονῶν, ὅσο καὶ τοὺς μηχανισμούς, πὼς θὰ παρείχαν κάποια ἐξήγηση γιὰ τὲς μεταπτώσεις τόσο τῆς θερμοκρασίας, σ' ἄνδρες καὶ γυναίκες, ὅσο καὶ τῆς συμπεριφορὰς τους.

Ἡ Χέντερσον παρατηρεῖ ὅτι τὰ μηνιαίκα ρυθμικὰ φαινόμενα στοὺς ἄνδρες παρουσιάζουν ἰδιαίτερο ἐνδιαφέρον διότι φαίνονται νὰ ὑποφέρουν κι' αὐτοὶ ἀπὸ διαταραχὲς παρόμοιες μὲ τῶν γυναικῶν. Κατάθλιψη, ὀξυθυμία, ζαλάδες καὶ πονοκέφαλοι, ἀκόμη καὶ ἄσθμα στοὺς ἄνδρες παρουσιάζουν τὴν ἴδια σχεδὸν κυκλικότητα μὲ τῶν γυναικῶν. Σὲ ἀρκετὲς μελέτες τῆς συμπεριφορὰς τῶν ἀνδρῶν ἀναφέρονται παρόμοια συμπτώματα κυκλικοῦ χαρακτήρα. Ὅλα τους ὅμως ἀποδίδονται μέχρι τώρα σὲ ἀντιδράσεις τῶν ἀνδρῶν στὰ μηνιαίκα προβλήματα τῶν γυναικῶν τους.

Ἡ ἔρευνα τῆς Χέντερσον ἔγινε σὲ ἄνδρες, πὼς εἶχαν δεχθεῖ νὰ θερμομετροῦνται δυὸ φορὲς τὴ μέρα καὶ νὰ καταχωροῦν τὲς σωματικὲς, συγκινησιακὲς καὶ θυμικὲς ἐκδηλώσεις τους. Παρακολούθησε 40 ἄνδρες, διαφόρων ἡλικιῶν καὶ γιὰ περιόδους ἀπὸ ἕξι βδομάδες ἕως ἕξι μῆνες. Οἱ περισσότεροι ἀπὸ τοὺς ἄνδρες ἦταν συζευγμένοι. Ἐλάχιστοι ζοῦσαν μόνοι.

Σὲ 120 κυκλικὲς θυμικὲς ἐκδηλώσεις ἀνδρῶν ἡ Χέντερσον διαπίστωσε τὴν ὑπαρξὴ σχημάτων, πὼς ἐποίκιλαν ἀπὸ 17 ὠς 35 μέρες — ἀναλόγως τοῦ ἀτόμου. Ἦς σημειωθεῖ ὅτι καὶ στις γυναίκες οἱ κυκλικὲς τους θυμικὲς, καὶ σωματικὲς, ἐκδηλώσεις — στὴν περίοδο τῶν ἐμμήνων τους — παρουσιάζουν παρόμοια σχήματα.

Οἱ ἐργένηδες παρουσιάζουν συντομότερες περιόδους διαταραχῶν. Οἱ παντρεμένοι ὅμως, πὼς ζοῦσαν μὲ τὲς γυναίκες τους, παρουσίαζαν πὼς μακρόχρονες μεταπτώσεις στὴ θερμοκρασία τους, οἱ ὅποιες μάλιστα συνέπιπταν χρονικὰ μὲ τῶν γυναικῶν τους. Ἡ ρυθμιτικότης, πάντως,

δεν φαινόταν να εξαρτάται από τη σεξουαλική δραστηριότητά τους. "Ετσι μερικοί άνδρες, που είχαν έξωγαμιαίες σχέσεις, εξακολουθούσαν να παρουσιάζουν τη θυμική κυκλικότητά τους ταυτόχρονα με τον έμμηνο κύκλο της γυναίκας τους.

## Ειδική λειτουργία

«Όταν κοιμούνται πάντοτε με τη γυναίκα τους, σπίτι τους, οί άνδρες παρουσιάζουν τις ίδιες κυκλικές θυμικές έκδηλώσεις με τις γυναίκες τους, κι' ως έχουν δυο και τρεις φιλενάδες ταυτόχρονα. Η άποψη περί άμοιβαίας κυκλικότητας μεταξύ των δύο φύλων δεν θα φαίνονταν τόσο παράξενη, αν λαμβάνονταν υπ' όψη μια παράλληλη μελέτη της έρευνήτριας του Χάρβανρντ Μάρθας Μακκλίντοκ, τὸ 1971. Η Μακκλίντοκ είχε διαπιστώσει τότε ότι φοιτήτριες, που ζούσαν σε κοινούς κοιτώνες, παρουσίαζαν την τάση να έχουν την έμμηνη ρύση τους ταυτόχρονα. Αυτό παρετηρείτο ιδιαίτερα σε ομάδες φοιτητριών, που περνούσαν ένα μεγάλο μέρος του καιρού τους μαζί.

Παρ' όλη την έπιφυλακτικότητα της Χέντερσον για την πραγματική σημασία της κυκλικότητας στους άνδρες, δεν παύει ωστόσο να πιστεύει πώς θα πρέπει να υπάρχει κάποια ειδική λειτουργία, που προκαλεί τέτοιες καταστάσεις στους άνδρες. Καί η λειτουργία αυτή στους άνδρες, συμπίπτει με την περίοδο της ώσπλασί-σας στις γυναίκες.

Πιστεύει ακόμη η Χέντερσον πώς αυτή η κοινή κυκλικότης ίσως αποτελεί ένα λεπτό παράγοντα διατηρήσεως του δεσμού ανάμεσα σε δυο άνθρωπους — στο ζευγάρι — με τὸ ένδεχόμενο μιὰ διακοπή του φυσικού κύκλου να έχει δυσάρεστες έπιπτώσεις στη συμπεριφορά. Άνησυχητική, άπ' αυτή την άποψη, είναι η χρήση αντισυλληπτικών χαπιών, που διαταράσσει την άμοιβαία κυκλικότητα σ' ένα ζευγάρι.

## Οί δυσκολίες

«Μια γυναίκα, που πείρνει αντισυλληπτικά χάπια, δεν παρουσιάζει τη γνωστή κυκλικότητα. Παίρνει τὰ χάπια για να έλέγχει τη ρυθμική έκκριση των ορμονών για μιὰ περιοδική τεχνητή αίμορραγία», σημειώνει η Χέντερσον. "Ετσι οί φυσιολογικές ορμονικές μεταβολές παρεμποδίζονται και «ὁ άνδρας δεν μπορεί να συνδεθεί μαζί της. Δεν τὸν κρατάει πιὰ φωλιασμένο στην κυκλικότητά της».

Δυσκολίες δεν υπάρχουν μόνο στην έρμηνεία του άμοιβαίου και ταυτόχρονου κυκλικού φαινομένου, αλλά και στην αναζήτηση των αιτίων, που τὸν προκαλούν. Η Χέντερσον υποστηρίζει ότι δεν θα απέκλειε κάποιο ρόλο στ άόρμητικά έρεθίσματα. Σχετικό είναι τὸ φαινόμενο του ζευγαρώματος στους πιθήκους την έποχή άκριβῶς του έμμήνου κύκλου του θηλυκού πιθήκου. Δεν άποκλείει όμως, η Χέντερσον κάποιο ρόλο και στην ὄραση, τὸν ήχο, τὴ γεύση και τὴν άφή.

Οί προκαταρκτικές διαπιστώσεις της Χέντερσον για τὴν κυκλικότητα των σωματικών και θυμικών μεταπτώσεων στους άνδρες συμπληρώνονται και από αντίστοιχες διαπιστώσεις των ψυχολόγων στο χώρο της συμπεριφοράς τους. Η "Άλις Ντάν παρακολούθησε τὴδ ραστηριότητα 24 ζευγαριών επί δύο μήνες. Διαπίστωσε δὲ ότι ενώ υπήρχε ένας «έμμηνος κύκλος», δεν υπήρχαν γενικά διαφορές στη «μεταβλητότητα της δραστηριότητας μεταξύ των δύο συζύγων — άνδρα και γυναίκας».

Τὸ συμπέρασμα της Ντάν είναι ότι η έρευνα του έμμήνου κύκλου στο παρελθόν παρεμποδιζόταν από μιὰ «ύπολανθάνουσα υπόθεση πὸς τάχα η σχεδόν μηνιαίικη μεταβολή άποτελοῦσε καθαρὰ γυναικείο φαινόμενο, που προκαλείτο από τις ορμόνες. Η παρούσα μελέτη υποστηρίζει ότι θὰ ήταν χρήσιμο οί μεταπτώσεις του έμμήνου κύκλου να άντιμετωπίζονται από

μιὰ γενική σκοπιὰ τῆς ἀνθρώπινης μεταβλητότητας.

## Χῶρος ἀθέριστος

Ἄλλη μιὰ ἐρευνήτρια — ἡ Μαίρη Μπράουν Παρλῆ, τοῦ Κολλεγίου Μπάρναρντ — ἀνακοίνωσε καὶ τὰ δικά της συμπεράσματα γιὰ τὴν κυκλικότητα τῶν θυμικῶν μεταπτώσεων στοὺς ἄνδρες. Ἡ θεώρηση τοῦ ἐμμήνου κύκλου, μὲ κάποια προοπτική, θὰ πρέπει νὰ ἐκτονώσει τὶς ἀπόψεις γιὰ «τὶς ὁρμονικὲς ἐπιρροές» στὶς γυναῖκες. Ἀντίθετα, θὰ πρέπει νὰ ἀναζητοῦνται ἤδη οἱ «ἐντονες ὁρμονικὲς ἐπιρροές» στὰ ἄτομα γενικά, καὶ ὄχι μόνο στὶς γυναῖκες.

Μὲ τὴν ἀμφισβήτητη τῶν παραδοσιακῶν πιὰ ἀπόψεων γιὰ τὴν κυκλικότητα τῆς ἐμμήνου ρύσεως στὶς γυναῖκες, ποιὲς θὰ εἶναι οἱ ἐπιπτώσεις ἀπὸ τὴ διαπίστωση ὅτι καὶ οἱ ἄνδρες ἔχουν κι αὐτοὶ τὴν ἴδια ἐμμηνη κυκλικότητα;

Ἡ φυσιολόγος τοῦ Πανεπιστημίου τοῦ Τζωρτζτάουν, Δρ. Ἐστέλ Ράμεϋ, παρατηρεῖ: «Οἱ ἄνδρες δυσκολεύονται συχνὰ ἀπὸ τὸ γεγονὸς πὼς ὅλοι περιμένουν ἀπ' αὐτοὺς νὰ συμπεριφέρονται πάντα τὸ ἴδιο. Πρέπει νὰ ἔχουν πάντα τὴν ἴδια συμπεριφορά, ἂν καὶ στὶς γυναῖκες συγχωρεῖται νὰ φέρονται διαφορετικὰ, ὅταν τυχαίνει νὰ βρίσκονται στὴ γνωστὴ ἐκείνη κατάσταση μιὰ φορὰ τὸ μῆνα. Οἱ γυναῖκες δὲν ἀρνοῦνται τὴν κυκλικότητά τους».

Ἡ Ράμεϋ, πάντως, χαρακτήρισε τὴν ἐργασία τῆς Χέντερσον πολὺ ἐνδιαφέρουσα. Ταυτόχρονα ἐπισήμανε τὸ γεγονὸς τῆς ἀνάγκης «νὰ ἐμπλουτισθοῦν τὰ στοιχεῖα προτοῦ καταλήξει κανεὶς στὸ συμπέρασμα ὅτι πρόκειται γιὰ πάγκοινο φαινόμενο. Πρόκειται γιὰ χῶρο, ποὺ ἔχει μείνει ἀθέριστος, τονίζει.

CRISTINE RUSELL

(THE WASHINGTON POST)

---

## Ἐπὶ μιὰ γυναῖκα διὰ τὴν Κλιμακτήριο

(Συνέχεια ἀπὸ τὴ σελ. 9)

Μὲ τὰ χρόνια, καθὼς ὁ ἄνθρωπος γερνᾷ, ἀδυνατίζουν τὰ μάτια του καὶ ἡ ἀκοή του. Κι αὐτὸ εἶναι καθορισμένο ἀπὸ τὴ Φύση... Ὡστόσο, αὐτὸ τὸν ἄνθρωπο — ποὺ δὲν εἶναι «ἄρρωστος», ἀλλὰ ἀντιμετωπίζει μιὰ φυσιολογικὴ ἐκφύλιση καθὼς γερνᾷ — τὸν βοηθάμε: Τοῦ φορᾶμε γυαλιά, τοῦ δίνουμε ἀκουστικά. Γιατὶ ἡ γυναῖκα εἰδικὰ νὰ μὴ τὴ βοηθήσουμε, νὰ ἀντιμετωπίζει εὐκολότερα μιὰ δοκιμασία, ἔστω καὶ φυσιολογική;

— Γουέντυ Κούπερ, ξέρω πὼς συνεχίζετε καὶ τώρα τὴ θεραπεία. Πέστε μου, νιώθετε στ' ἀληθινὰ πιὸ «νέα»;

— Κατὰ κάποιο τρόπο ναί. Βέβαια, οἱ οἱ-

στρογόνες δὲν εἶναι τὸ ἐλιξήριο τῆς νεότητος. Κάτε τέτοιες θεωρίες γιὰ «αἰώνια νειάτα» ἢ γιὰ αἰώνια θηλυκότητα» ποὺ διατυπώθηκαν κάποτε, εἶναι ὑπερβολὲς καὶ ἀναλήθειες. Δυστυχῶς, τίποτα δὲν μπορεῖ νὰ σταματήσει τὴν πορεία τῶν γηρατειῶν! Ἀπλῶς μὲ τὴ σωστὴ θεραπεία, σὰν γυναῖκα βοηθήθηκα ὁργανικὰ καὶ ψυχικὰ νὰ περάσω ὁμαλὰ τὴν κλιμακτήριο, καὶ νὰ δεχτῶ τὸ γεγονὸς, πὼς μπῆκα σὲ μιὰ καινούργια φάση τῆς ζωῆς μου, χωρὶς ἄγχος. Κι αὐτὸ ἔχει μεγάλη σημασία, ὄχι μόνο γιὰ μένα τὴν ἴδια, ἀλλὰ καὶ γιὰ τοὺς γύρω μου: Γιὰ τὸν ἄντρα μου, τὴν οἰκογένειά μου. Γιατὶ ξανάγινα αἰσιόδοξη, χαρούμενη, δραστήρια! Ὅπως «πρίν»...

M. ΜΟΥΤΖΟΥΡΙΔΟΥ