

במדינה



יעקב גודי



אלון ומולה כהן



מכ"ל רוזולין

(המשך מעמוד 29)

גילים שלחצו על מרכז העצבים גרמו לה לווסת מוקדמת, באותו שלב עדיין לא ייחסה לכך כל חשיבות.

והנה, באחד הימים ניגשה אליה אחת מתלמידותיה, אשה כבת 53, וסיפרה לה כי בשיעור האחרון קיבלה את הווסת, וזאת אחרי שמה חמישה חודשים פסק אצלה המחזור החודשי ללילה, ורופאה הודיעה לה במפורש כי לא תקבל יותר את ההורמון הנשי. אביבה הבינה כי אין זה מיקרה. מהיגם שתלמידות נוספות החלו מקבלות את הווסת מחדש. משך חמש שנים חקרה מהם התרגילים המשפיעים על הרמון הנשי להתחיל לפעול מחדש או להופיע מוקדם מן המצופה. בתחילה איתרה 28 תרגילים, אחר-כך 18 ולבסוף, כשערכה מישאל בין תלמידותיה, הן הצביעו על ארבעה תרגילים.

תרגילי לחיצה. אביבה שטיינר הבינה כי גילתה שיטה חדשה, למניעת הריון על-ידי תרגילי-התעמלות. "בשיטה שלי, כל אשה בריאה בגיל הפוריות יכולה לבצע את התרגילים מן היום ה-22 של מחזוריה, בתאריך הנוח לה, עד היום ה-38 במיקרה של איחור. אשה בגיל-המעבר, או אשה הסובלת מאלווסת, צריכה לבצע את ה-28 תרגילים מדי 28 יום, בדייקנות", אומרת אביבה שטיינר.

כיצד פועלת השיטה? "אם את לא רוצה להיכנס להריון ומגיע היום ה-28 של המחזור החודשי שלך, ואין לך ווסת מפני שכפי הנראה נכנסת להריון באמצע החודש, את חייבת להתחיל לעשות תרגילים מייד, ואז כתוצאה מהתרגילים, כמעט ודאי ש"תקבלי את הווסת, תוך 24 שעות".

לאשה המבקשת לשמור על הריונה אסור בתכלית האיסור להמשיך לתרגל. אביבה טוענת כי אפשר בהחלט לשלוט על שרירי הרחם ולווסת את המחזור הרחודשי, כך שעלידי התרגילים תבוא הר ווסת במועד הרצוי. "השיטה היא פשוטה לחלוטין, עלידי תרגילי-התעמלות מכניינים ומוציאים את הבטן תוך כדי לחיצה על מרכזי-העצבים ואימוץ שרירי הבטן. הר לחיצה על מרכזי-העצבים של צינור הדם המרכזי גורמת למחזוריות מוגברת של מחזורי-הדם. המחזוריות המוגברת משפיעה על השחלות שמייצרות את ההורמונים הנשיים הגורמים לווסת", היא מסבירה.

כשגילתה את השיטה, החליטה לשמור אותה לעצמה ולהשתמש בה כרצונה. אבל בעלה, דוקטור זאב שטיינר, סגן מנהל מחלקה פנימית ב' בבית-החולים מאיר ב' כפר-סבא, סבר אחרת.

מה היה קורה אילו שמר ממציא הפניצלין את המצאתו לעצמו? שאל את אשתו, והורה לה להתחיל מייד במחקר מעמיק יותר, ולפרסם את שיטתה.

אביבה השתכנעה, פנתה לרופאי-נשים בבקשה שיעזרו לה במחקרה. הרופאים גילו הסתייגות. הם דרשו ממנה להביא לפחות עשרים דוגמות של נשים שאכן פעלו לפי השיטה והצליחו לווסת את מחזורן החודשי. אביבה שטיינר הביאה 56 נשים, ביניהן כאלו שחדלו לקבל את הווסת בגיל-העמידה, ולאחר תירגול שבה הווסת ור הופיעה אצלן מחדש. אשה אחת ש"היו לה ארבעה ילדים וקיבלה ווסת רק שלוש פעמים בשנה הצליחה, אחרי 14 חודשי תירגול, לווסת את מחזורת החודשי שהחל לפעול בסדר של אחת ל-28 יום.

סימוכין לשיטתה של אביבה נתן רופא גרמני ידוע בשם דוקטור יאנוש, שאישר את ההנחה כי התרגילים אכן גורמים ל-הורמון הנשי לפעול. השיטה הוכרה גם על-ידי מרכז המחקר הטכנולוגי והמדעי, ונירשמה במדריך שהוציא המרכז. אביבה עצמה פרסמה חוברת, שבה היא מסבירה את שיטתה ומדגימה אותה בעזרת תצלומים ופירושי התרגילים, ורשמה אותה ב' מרכז הפטנטים וההמצאות הבינלאומי.

התעמלות לא מזיקה. אביבה שטיינר מדריכה נשים בביתה, חניס-איין-כסף, "אני מקווה שהאשה של המאה ה-20 לא תחכה למאה ה-21 כדי להשתמש בשיטת התרגילים למניעת הריון. לטבע חוקים משלו. ילדה צעירה או אשה קשישה לא תקבל ווסת כתוצאה מהתרגילים. אשה בריאה תקבל את הווסת רק פעם בחודש, אפילו אם תבצע את התרגילים יום-יום, אין באפשרותנו לשנות תופעות-חיים מהר תיות, אבל נוכל בהחלט לשפר אותן. אני לא מציעה את השיטה שלי כתחליף ל-אמצעי-מניעה אלא כמפתח רורבי. גם אשה שלא מאמינה בשיטה שלי יכולה לנסות אותה. התעמלות פשוטה כמו זו עוד לא היוקה לאף אחת."

o.b.

הטמפון הקטן שכבש את העולם

1,400,000,000 טמפוני o.b. נמכרו בשנה שעברה ב-106 ארצות



היי חוכמיה עם או-בה

טמפון o.b. הטמפון הקטן, הנוח והבטוח ביותר בעולם נותן לך הרגשה משוחררת וחופשית. תוכלי ללבוש מכנסיים קצרים והדוקים או ביקיני. תוכלי לרקוד, לטייל, לטבול באמבט ולרחוץ בים בבטחון מלא.

נושך ספיגה הטוב בעולם מבטיח אטימה מוחלטת

לטמפון o.b. העשוי צמר גפן כבוש בושר ספיגה שאין לאף טמפון. לעומת טמפונים אחרים המתארכים עם הספיגה, טמפון o.b. מתרחב עם הספיגה ולכן, ככל שהוא סופג יותר כן הוא סוגר טוב יותר את פתח הנרתיק ומונע כל תזוזה או דליפה. (טבלי טמפון בכוס מים ותיווכחי בכושר הספיגה המצויינת שלו).

טמפון o.b. הוסף יום במחזור ומונע ריח רע

טמפון o.b. סופג את הדם מיד עם צאתו מן הרחם לכן, הוא הוסף לך יום במחזור החודשי כיוון שבאופן טבעי, עושה הדם את דרכו החוצה במשך 24 שעות. האטימה המוחלטת של הטמפון o.b. מונעת היווצרות ריח רע הנגרם כתוצאה ממגע הדם עם האויר.

טמפון o.b. נוח ביותר לשמוש

טמפון o.b. קטן משפתו ולכן קל ונוח לשאתו בארנק. טמפון o.b. נכנס לתוך גופר בקלות תוך שניות בעזרת אצבע — הנשארת נקייה! ללא כל אבזרי עזר שיש צורך להפטר מהם לאחר השמוש.

טמפון o.b. מתאים להבנה האנטומית הפנימית

טמפון o.b. תוכנן ופותח ע"י צוות גניקולוגים מומחים, כך שיכנס עמוק לתוך הנרתיק לאיזור בו אין עצבים רגישים הגורמים לכאב, או אי נוחות.

הכנסו נבטח והנחה לא נכונת לא מספיק עשיתם

o.b. מיני-לבתולות ולנערות צעירות

החידוש הבלעדי האחרון של o.b. הוא טמפון מיני המיועד לבתולות ולנערות צעירות. עם o.b. מיני אין כל חשש לפגיעה בקרום הבתולים, כיוון שהוא כה קטן ונכנס בדיוק לפתח בקרום דרכו עובר הדם.

(במקרה של כאב קל בשמוש הראשון, יש לדחות השמוש ב-3-4 חודשים).

o.b. 3-צדניות ספיגה

נורמל — למרבית הנשים.
מיני — לנערות, לבתולות ולנשים עם דימום מועט — בעיקר בימים האחרונים של המחזור אצל נשים המשתמשות בגלולת למניעת הריון.
אקסטרה — לנשים עם דימום רב בעיקר ביומיים הראשונים של המחזור.