Автор: Administrator
13.08.2008 14:14 -



Большинству женщин знакомы эмоции, которые испытываешь, глядя на кусочек картона с двумя розовыми полосками. Радость, восторг, счастье зачастую сменяются растерянностью и недоумением - а что же теперь делать? Как жить дальше?

В самом начале в беременности вопросов гораздо больше, чем ответов: как будет развиваться малыш у меня внутри, как изменится мое тело и, наконец, можно ли заниматься сексом во время беременности?

В нашей стране долгое время считалось, что главное предназначение женщины родить и выносить ребенка, то есть - быть Матерью. О желании будущей мамы быть Женщиной, любимой и желанной официальная советская медицина стыдливо умалчивала. Однако беременность это не повод отказываться от секса. Гармоничные интимные отношения, как известно, залог счастливой семейной жизни. Беременность в этом отношении является серьезным испытанием семьи на прочность.

С наступлением беременности в организме женщины происходит колоссальный «гормональный взрыв», который приводит к физическим и эмоциональным изменениям. Половое влечение у беременных женщин в течение беременности неодинаково - многое зависит от особенностей развития плода и индивидуальных характеристик всех важнейших систем женского организма.

В самом начале беременности - первом триместре - сексуальное влечение чаще всего ослабевает. Это период осознания своего нового состояния и волнения и страхи, которые испытывает беременная женщина, отражаются на сексуальной жизни. К тому же многие на ранних сроках плохо себя чувствуют из-за токсикоза - нередки в этот период плохое самочувствие, усталость, тошнота, боли в молочных железах, эмоциональная неустойчивость. В таком состоянии женщина нуждается скорее в заботе, сочувствии со стороны своего партнера, нежели в страстном сексе. Очень важно в этот период найти время и откровенно поговорить с мужем, рассказать о своих переживаниях, сомнениях и страхах. Мужчинам ведь тоже приходится нелегко с это период - им предстоит привыкать к изменяющемуся облику жены, ее новым вкусам и настроениям. Надо сказать, большинство мужчин во время беременности супруги часто

взваливают на себя дополнительную работу, зачастую переживает за здоровье жены и благополучный исход беременности едва ли не больше, чем сама будущая мама. Именно поэтому, а не потому, что жена уже не кажется такой привлекательной, многие мужчины боятся секса во время беременности.

Один из самых распространенных страхов, связанных с сексом во время беременности страха навредить растущему в матке ребенку. Малыш в утробе матери хорошо защищен плодным пузырем и мышечной стенкой маткой. Околоплодные воды надежно амортизируют все более или менее сильные толчки. От болезнетворных микроорганизмов защищает слизистая пробка в шейке матки. Поэтому при нормальном течении беременности нет никаких оснований бояться.

К началу второго триместра интимная жизнь большинства пар восстанавливается - у большинства женщин просыпается более сильное, чем обычно, влечение к любимому человеку. С одной стороны, к этому времени болезненная чувствительность груди проходит, с другой - увеличено кровоснабжение половых органов. Кроме того, живот еще не настолько велик, чтобы мешать занятиям любовью. Также беременность это именно то время, когда не надо беспокоиться о контрацепции, что дает супругам дополнительную раскрепощенность. Поэтому, если беременность протекает нормально и врач не видит никаких противопоказаний, "беременный" секс может открыть самую яркую страницу сексуальной жизни. Велика вероятность и того, что это будет наилучший секс за всю вашу прежнюю жизнь.

Причина этих изменений объясняется тем, что кровоснабжение влагалища и матки во время беременности резко возрастает. Изменения в сосудистой системе и интенсивное кровоснабжение матки, превращающее ее в своеобразное "депо" крови чуть ли не до конца седьмого месяца беременности, позволяют женщинам впервые почувствовать радость полноценной половой жизни и даже испытывать несколько оргазмов за один половой акт.

Во втором триместре беременности тело беременной женщины меняется прямо на глазах: растет животик, исчезает талия, грудь увеличивается и становится очень чувствительной и даже болезненной и при возбуждении из нее может выделяться молозиво. Попытки воплотить привычные сексуальные фантазии выглядят смешно и доставляют явные неудобства.

Именно в это время женщине очень важно ощущать себя такой же желанной, как и прежде. Те изменения внешности, которых так боится женщина, для мужчин являются дополнительной изюминкой. Многие мужчины находят очень сексуальным изменившееся тело беременной жены.

Беременной женщине так же необходимо полюбить свое стремительно меняющееся тело. Вес будет нарастать постепенно, и вы с мужем успеете приспособиться к вашим новым размерам. После третьего-четвертого месяцев беременности и до шестого месяца наступает время, максимальной сексуальной чувствительности основные ласки будут обращены к растущему животу. Эти месяцы дарят супругам незабываемые мгновения любви, обогащенной не только возросшей чувственностью, но и первыми сигналами, поступающими от ребенка в утробе. Мужчина начинает проявлять отцовские чувства, часто трогать живот жены, слушать и целовать его, разговаривать с малышом, петь ему.

Конечно, по мере увеличения живота придется проявлять изобретательность в поиске удобных поз. Но ведь разнообразие в сексе только приветствуется. Беременность - время нежного и неторопливого секса без сложных акробатических трюков. Если ласки мужа вам причиняют боль или дискомфорт нет нужно терпеть необходимо объяснить любимому, что обращаться с беременным бюстом надо очень бережно и нежно.

В третьем триместре ожидание родов, большой живот, порой заставляющий женщину чувствовать себя малопривлекательной, проблемы, связанные со здоровьем, нередко вновь снижают сексуальное влечение. Однако это не повод совсем отказываться от интимной жизни. Чтобы сделать приятное жене мужу пригодится весь арсенал ласк, нежных объятий и горячих поцелуев. Для избранницы важно осознавать на деле, что она до сих пор соблазнительная, любимая и, как прежде, волнующая. Нежные слова, поглаживания и поцелуи помогут заменить желания, отложить страстный секс на лучшее время и утешить обоих.

В это время особенно важен правильный выбор позы для сексуального контакта: наиболее удобная - на боку. При этом женщина лежит в объятиях супруга, прижавшись к нему спиной. Также удобно положение "женщина сверху", которая позволяет партнерше контролировать проникновение и интенсивность полового акта.

Многие специалисты считают, что за 2-3 недели до рассчитанного срока родов было бы

разумно отказаться от интимной близости, так как половой акт непосредственно перед родами может вызвать схватки. При сексуальном возбуждении в кровь женщины выбрасывается окситоцин -гормон, стимулирующий сокращение матки; такое же действие оказывает простагландины – биологически активные вещества, содержащиеся в семенной жидкости партнера. Однако если матка не готова к родам, а ребенок еще не созрел, то сокращения матки во время оргазма не могут стать причиной начала родовой деятельности. При переношенной беременности акушеры даже рекомендуют заняться сексом, чтобы естественным путем простимулировать начало родовой деятельности.

Многие считают, что интимная жизнь во время беременности доставляет неприятные ощущения ребенку. С одной стороны женщине очень хочется сделать приятное мужу, а с другой - страх за ребенка не дает полностью расслабиться. И вместо того, чтобы радоваться жизни, молодая мама либо лишает супруга полноценной сексуальной жизни, либо соглашается на секс только ради мужа и мучается от страха за малыша. Важно понять, беременность это не болезнь, но двойная ответственность, а значит осторожность. Поэтому некоторые ограничения все-таки присутствуют. Секс - это дополнительный фактор риска. Если женщина здорова, и беременность протекает без осложнений - можно не отказываться от полноценной сексуальной жизни. Но при этом необходимо внимательно следить за своими ощущениями и при малейших сомнениях обращаться к врачу.

Современные научные исследования говорят о том, что младенцы, находящиеся в матке, тоже принимают участие в сексуальных отношениях своих родителей. Ультразвуковые исследования показывают, что у них, возможно, есть собственные сексуальные чувства. У младенцев мужского пола происходит эрекция, когда они сосут большие пальцы рук, по меньшей мере к 26 неделям. Другие наблюдения показывают, что плод реагирует на материнский и отцовский оргазм беспорядочным бурным и стремительным сердцебиением. У него может происходить замедление или ускорение сердцебиения, возрастание и уменьшение более чем на 30 ударов в минуту, а в некоторых случаях возникает аритмия.

Принять окончательное решение, можно ли вам заниматься сексом, может только наблюдающий вас врач. Он объяснит вам, можно или нельзя,какие сроки являются критическими, какие позы лучше выбрать каждой конкретной паре.

Если врач разрешил половую жизнь, дальше женщина сама решает, будет ли она это делать или нет. Если вам по каким то причинам не хочется заниматься традиционным сексом, не нужно принуждать себя даже ради любимого мужа. Для того, что бы родить

здорового и спокойного ребенка, будущей маме необходимы только положительные эмоции. Пройдет девять месяцев, и все вернется на свои места. Но и лишать супруга сексуальной жизни тоже не стоит.потому что и так с рождением ребенка он будет чувствовать обделенность, нельзя усиливать этот подспудный антагонизм и конкуренцию. Существует множество способов сексуальной разрядки и взаимного удовлетворения без традиционного полового акта.

Вовремя близости и после нее необходимо четко прислушиваться к своим ощущениям. И если после секса усиливаются или появляются тянущие боли внизу живота или в пояснице, кровянистые выделения, - то от секса надо отказаться и проконсультироваться с врачом

Если же беременность относиться к категории "высокого риска" то необходимо отказаться не только от половых контактов, но и от полового возбуждения

Необходимо воздержаться от секса:

при многоплодной беременности (двойня, тройня). Акушеры, независимо от самочувствия будущей мамы, рекомендуют с 20-й недели отказаться от половой жизни. Это связано с тем, что при многоплодной беременности всегда присутствует риск преждевременных родов, а сексуальное возбуждение может стимулировать родовую деятельность;
наличие угрозы прерывания беременности-если матка постоянно находится в тонусе. В этом случае, независимо от срока беременности, половой акт может спровоцировать сокращение матки и потерю беременности.
если по показаниям УЗИ у вас низкое расположение или предлежание плаценты - половой акт может вызвать кровотечение. В этом случае врачи рекомендуют отказаться от поз обеспечивающих глубокое проникание (мужчина сзади, женщина сверху, и.т.д.);
при появлении кровотечения или мажущих выделений, рекомендуется воздержаться от сексуальных контактов до визита к врачу;
если у вас уже были выкидыши и преждевременные роды или при угрозе выкидыша, в особо опасные периоды необходимо отказаться от сексуальных контактов. При этом опасными считаются дни предполагаемых менструаций, то есть каждая четвертая неделя срока (4-я, 8-я, 12-я, 16-я, и.т.д.), а так же даты предыдущих выкидышей;
при любых заболеваниях передающихся половым путем, а также в случаях, когда беременность наступила во время лечения от этих болезней;

Автор: Administrator
13.08.2008 14:14 -

Беременность - особый период в жизни супружеской пары. Именно сейчас будущим родителям, как никогда раньше, необходимо чувствовать духовную близость и поддержку друг друга. И зачастую доверительные беседы, нежные прикосновения и поцелуи приносят гораздо большее удовлетворение, чем традиционный половой акт. Рассказывайте супругу о своих переживаниях, вместе разговаривайте с ребенком и мечтайте. Достижение сексуальной гармонии во время беременности возможно, если супружеские пары будут просто внимательны к психологическим и физическим запросам друг друга, терпеливы и нежны. Не забывайте, что стиль взаимоотношений родителей во время беременности перенимает их малыш, находящийся в материнской утробе. От своих родителей он уже осваивает уроки выдержки, дисциплины, целеустремленности и любви. Если вы благополучно переживете эти девять месяцев, то ваша духовная близость и взаимопонимание значительно возрастут дальнейшая сексуальная жизнь станет, гораздо полнее.