

ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΕΣ ΣΧΕΣΕΙΣ ΣΤΗΝ ΚΥΗΣΗ-ΛΟΧΕΙΑ

Η σεξουαλική δραστηριότητα στην κύηση είναι επιζήμια?

Η σεξουαλική επαφή στην κύηση όχι μόνο δεν είναι επιβλαβής αλλά ίσως είναι και χρήσιμη. Οι μύες της λεκάνης διατηρούνται ενεργητικοί και οι ελαφρές συσπάσεις (οι σχετιζόμενες με τον οργασμό) ισχυροποιούν τους μύες της μήτρας.

Είναι απαραίτητο να χρησιμοποιείται προφυλακτικό κατά τη σεξουαλική επαφή?

Ναι, γιατί:

α/ το σπέρμα του συζύγου περιέχει προσταγλανδίνη που μπορεί να προκαλέσει αποβολή ή πρόωρη έναρξη τοκετού

β/ Πιθανώς το σπέρμα του άνδρα έχει φλεγμονή που ίσως δεν το ξέρει.

Με τη χρήση προφυλακτικού αποφεύγεται οποιαδήποτε μόλυνση

Επιτρέπεται το πρωκτικό σεξ κατά τη διάρκεια της κύησης?

Όχι, γιατί αυξάνεται ο κίνδυνος κολπικής μόλυνσης

Έχει η γυναίκα σεξουαλική επιθυμία στη διάρκεια της εγκυμοσύνης?

Η κυοφορούσα έχει αυξημένη σεξουαλική επιθυμία για δύο λόγους:

α/ ορμονικός: το σεξ στην εγκυμοσύνη μπορεί να είναι απολαυστικότερο παρά ποτέ, γιατί υπάρχει υπεραιμάτωση γεννητικών οργάνων και ερωτογενών σημείων του σώματος, έκκριση ορμονών που ευνοούν τις ερωτικές φαντασιώσεις και οργασμούς, υπάρχει καλύτερη λίπανση του κόλπου, και δεν υπάρχει το άγχος της αντισύλληψης

β/ ψυχολογικός (όσο αισθάνεται η γυναίκα ότι το σώμα της χαλαίει υπεραναπληρώνει σεξουαλικά)

Σε ποιο μήνα της εγκυμοσύνης πρέπει να τερματιστούν οι σεξουαλικές επαφές?

Η σύγχρονη μαιευτική λέει ότι δεν υπάρχει λόγος να σταματήσουν οι σεξουαλικές σχέσεις ούτε λίγες μέρες πριν τον τοκετό γιατί:

α/ οι ελαφρές συσπάσεις που συνοδεύουν τον οργασμό συνήθως ευαισθητοποιούν τη μήτρα προοδευτικά, ώστε να αποδώσει καλύτερα στον τοκετό

β/ το έμβρυο δεν μολύνεται γιατί περιβάλλεται από τον αμνιακό σάκο και ο τράχηλος φράσσεται από παχειά βλέννη

Ποιες παράμετροι μπορεί να επηρεάσουν αρνητικά την ποιότητα των σεξουαλικών επαφών στην κύηση?

α/ ναυτίες – έμετοι – καούρες στομάχου - ζαλάδες

β/ σωματική εξάντληση

γ/ φόβος μήπως βλάπτεται το έμβρυο

δ/ ψυχολογικός παράγοντας: μείωση αυτοπεποίθησης λόγω επιπλέον κιλών και αλλαγών στο σώμα της γυναίκας

ε/ το στήθος της γυναίκας μερικές φορές είναι τόσο ευαίσθητοποιημένο που και το άγγιγμα ακόμη προκαλεί πόνο

Ποιες θέσεις και στάσεις είναι προτιμότερες κατά τις σεξουαλική επαφή στην κύηση?

Όσο η κύηση προχωρεί, ίσως χρειαστεί αλλαγή στάσεων κατά τη σεξουαλική επαφή, για να μην ασκούνται ενοχλητικές πιέσεις στην κοιλιά της γυναίκας. Οι στάσεις που προτιμούνται είναι:

α/ παράλληλη θέση, δηλ. οι δύο σύζυγοι είναι στο πλάι και έτσι ο σύζυγος δεν πιέζει την κοιλιά της συζύγου

β/ καθιστή θέση, δηλ. πρόσωπο με πρόσωπο: η κοιλιά δεν πιέζεται και ο αισθησιασμός είναι εντονότερος με την άμεση επαφή του στήθους

γ/ η σεξουαλική επαφή δεν είναι συνώνυμο της κύησης. Τα χάρδια, τα φιλά και το μασάζ προσφέρουν εξίσια ερωτική απόλαυση

Πότε δεν επιτρέπονται οι σεξουαλικές επαφές στην κύηση?

α/ εάν στην κύηση υπάρχουν αιμορραγίες

β/ εάν έχει προηγηθεί περιόδωση τραχήλου

γ/ σε ρήξη θυλακίου, γιατί το έμβρυο δεν προφυλάσσεται και μπορεί να μολυνθεί

Οι σεξουαλικές επαφές επιτρέπονται στην περίοδο της λοχείας?

Το πρώτο δίμηνο μετά τον τοκετό η γυναίκα δεν έχει σεξουαλική διάθεση. Έχει επίσης πολύ ασταθή ψυχισμό την περίοδο αυτή.

Παρουσιάζονται νευρώδεις, ψυχώσεις, κατάθλιψη λοχείας. Από πρακτική άποψη η γυναίκα 15 ημέρες μετά τον τοκετό μπορεί να έχει σεξουαλική επαφή. Όμως ο θηλασμός, τα πρώτα προβλήματα του μωρού την νύχτα, πιθανώς τα περιττά κιλά της γυναίκας και η όλη ατμόσφαιρα δημιουργούν ένταση στο ζευγάρι. Ο άντρας πρέπει να είναι περισσότερο τρυφερός, συναισθηματικός και λιγότερο σεξουαλικός