



מאמר

סקס בהריון

האם ההריון הגביר את העניין שלך בסקס? או שזה הדבר האחרון שאת חושבת עליו? גברים, יש לנו כמה דברים מעניינים לספר גם לכם.

גברים, זה בשבילכם:

כלל הזהב הוא שכל עוד ההריון מתקדם באופן תקין, ואתה ובת הזוג שלך מעוניינים בכך, אין כל מניעה לקיים יחסי מין בהריון. סקס במהלך ההריון יכול להרגיש שונה מכפי שהיה לפניו. יתכן ותחשוש לפגוע בעובר במהלך קיום יחסי המין. אל דאגה! העובר מוגן היטב בתוך הרחם והוא לא יפגע במהלך קיום יחסי המין. בתחילת ההריון יתכן ותגלה שבחילות, שדיים כואבים ועייפות של בת הזוג שלך, לא ממש הולכות יחד עם סקס. היה קשוב לתחושות שלה, זה רק טבעי שהשינויים הפיזיולוגיים והרגשיים שעוברים עליה, משפיעים גם על מידת הרצון שלה בסקס. היה סבלני, לא לקיים יחסי מין עם בת הזוג שלך בתדירות שאתה רוצה עלול להיות מתסכל, אבל זה זמני (בהחלט);

שאלות נפוצות בנוגע לסקס בהריון:

האם זה בטוח לקיים יחסי מין במהלך ההריון?

קיום יחסי מין ואורגזמה אינם מהווים גורם ראשוני לעליה בסיבוכי הריון או ללידות מוקדמות. העובר שלך מוגן על ידי מי השפיר שברחמך, וכן על ידי השרירים החזקים של הרחם עצמו. פעילות מינית לא תשפיע על העובר שלך, כל עוד אין לך סיבוכים כמו צירים מוקדמים למשל. במקרים של הריון עם שליית פתח, מומלץ לא לקיים יחסים מעבר לשבוע 20. יחד עם זאת, ההריון עלול ליצור שינויים ברמת הנוחות שלך והתשוקה המינית.

האם סקס במהלך ההריון עלול לגרום להפלה?

קיום יחסי מין במהלך ההריון לא יגרום להפלה. רוב ההפלות נגרמות משום שהעובר אינו מתפתח כראוי.

האם יש יתרונות לקיום יחסי מין בזמן ההריון?

- ודאי! מלבד ההנאה שבסקס יש לקיום יחסי מין בהריון יתרונות נוספים:
1. להשאר פעילה! סקס שורף קלוריות, וזו הזדמנות נהדרת להשאר בכושר בלי לצאת מהמיטה
 2. אורגזמות טובות יותר! זרימת דם מוגברת לאזור אברי המין, משמעותה לא פעם גם

אורגזמות טובות יותר.

3. להרגיש טוב יותר ☑ בזמן קיום יחסי המין והגעה לאורגזמה, משתחררים אנדורפינים שיגרמו לך להרגיש הרבה יותר שמחה ורגועה

4. זמן איכות עם בן הזוג ☑ קיום שגרה בריאה של יחסי מין בהריון ישמור על קרבה אינטימית בינך לבין הזוג, ודאי בתקופה כל כך מלאה שינויים פיזיולוגיים ורגשיים.

מהן התנוחות הטובות ביותר לסקס בזמן ההריון?

כל עוד נוח לך, רוב התנוחות המיניות הן בסדר גמור. מותר להיות יצירתיים ולבדוק מה עובד עבורכם הכי טוב.



האם יש צורך בשימוש בקונדומים?

הידבקות בזיהום או במחלת מין במהלך ההריון יכולה לגרום לבעיות רבות, עבורך ועבור התינוק שלך. הימנעי מכל מגע מיני עם פרטנר שיש לו זיהום או מחלה מינית פעילה. השתמשי בקונדום אם אינכם במערכת יחסים מונוגמית או אם בחרת לקיים יחסי מין עם פרטנר חדש במהלך ההריון.

האם יש מקרים בהם כדאי להמנע מסקס בזמן ההריון?

גירוי השדיים, אורגזמה נשית והורמונים מסויימים בזרע, עלולים לגרום לצירים. יתכן שהרופא שלך ימליץ להמנע מסקס במקרים הבאים:

1. יש לך דימום וגינלי בלתי מוסבר
2. יש דליפה של מי שפיר
3. יש פתיחה מוקדמת של צוואר הרחם
4. כשיש מצב של שליית פתח (?)
5. אם יש לך היסטוריה של צירים מוקדמים או לידות מוקדמות

יש לי דחף מיני נמוך מאוד בזמן ההריון, האם זה בסדר?

זה בסדר גמור! נושא הדחף המיני במהלך ההריון משתנה בין נשים שונות. אינטימיות היא הרבה יותר מסקס. שתפי את בן הזוג שלך בלבטים ובתחושות שלך. אם סקס מקשה עליך,

לא מעניין אותך או ממש מחוץ לתחום עבורך תוכלו לנסות חיבוקים, נשיקות ואפילו מסאז'
טוב.