## Секс в период беременности

Многим супружеским парам удается наслаждаться активным сексом в период беременности. С этим на самом деле нет никаких затруднений, если только врачи не запретили вам заниматься сексом из опасений, что это может повредить эмбриону или плоду. Опытный врач всегда может посоветовать супружеской паре, каких видов сексуальной активности следует избегать при беременности и в какие сроки беременности. При беременности чрезвычайно важно заботиться о гигиене влагалища. Многие женщины утверждают, что интерес к сексу

у них пропадает на пятом месяце беременности, а в особенности на последнем месяце беременности, когда занятия сексом становятся дискомфортными. Сексуальная активность в период беременности помогает партнерам сохранять физическую и эмоциональную близость и служит связующим звеном между сексом до беременности и сексом после беременности.

В первые месяцы беременности партнеры практически продолжают наслаждаться сексуальной жизнью во всех видах и всех позах. Позднее, когда грудь и живот женщины увеличиваются, пара может чаще прибегать к тем сексуальным позам, когда женщина находится сверху, когда оба партнера лежат на боку или же к различным позам типа "вход сзади". Другие формы романтических и сексуальных действий также приветствуются. К ним могут относиться поцелуи, ласки, массаж, мастурбация с достижением состояния оргазма и оральный секс.

## Первые недели беременности

При оплодотворении все инструкции по созданию нового индивидуума заложены в генетический материал, который предоставляется одной-единственной высвобожденной женской яйцеклеткой и одним-единственным мужским сперматозоидом. Ребенок, родившийся в результате такого смешения, независимо от того, будет он мальчиком или девочкой, унаследует половину своих генетических характеристик от матери и половину от отца.

Обычно в течение первых пяти дней, прошедших после оплодотворения, оплодотворенная яйцеклетка совершает путешествие из фаллопиевой трубы в матку. До этого оплодотворенная яйцеклетка делилась множество раз и образовала полый пузырь, наполненный клетками. Он называется бластоцистой. Попав в матку, бластоциста начинает имплантироваться в слизистой выстилке матки. Когда она полностью имплантируется (через два дня), то зачатие будет закончено.

Бластоциста вырабатывает различные химические вещества, включая и то, которое называется хорионическим гонадотропином. Вырабатываемые химические вещества подают сигнал яичникам, чтобы они продолжали производить гормон прогестерон для укрепления слизистой выстилки матки и предотвращения наступления менструального периода. Присутствие мизерного количества хорионического гонадотропина определяется с помощью набора для самостоятельного проведения теста на беременность.

Через восемь дней после оплодотворения имплантировавшийся в матке пузырь с клетками не превышает 1 мм в диаметре. В это время все клетки, находящиеся в нем, делятся на две части. Одна группа клеток образует эмбрион, а другая формирует плаценту. И в то время, когда женщина еще только начинает ощущать первые признаки беременности - физические и эмоциональные - плацента начинает поднимать уровень прогестерона в ее организме. Женщина замечает, что ее грудь слегка набухает и становится очень чувствительной к прикосновениям. Женщина начинает быстро уставать и легко раздражаться.

По истечении трех недель после оплодотворения размер эмбриона не превышает размера рисового зернышка, но уже имеет удлиненную форму, на которой различимо подобие головки, и имеет зачатки сердца, которое к этому времени уже начинает биться. Эмбрион плавает в жидкости плодного пузыря, который обеспечивает ему физическую защиту на протяжении всего периода беременности. Если же его генетическая программа имеет изъяны, то развитие эмбриона заканчивается и случается выкидыш.

Через пять недель после оплодотворения у эмбриона появляются отростки, среди которых позже можно будет различить руки и ноги. В это время плацента сама начинает производить достаточное количество прогестерона без помощи яичников. Плацента образует вокруг эмбриона область, через которую эмбрион получает из организма матери пищу и кровь. Пупочный канатик уже достаточно крепко соединяет плаценту и эмбрион. До самого рождения ребенка через этот канатик эмбрион (а затем и плод) будет получать все необходимое. На этой стадии развития эмбрион чрезвычайно чувствителен к воздействиям внешней среды. Алкоголь и химические вещества, вдыхаемые при курении, проникают сквозь плаценту от матери к плоду. Поэтому для матери чрезвычайно важно в период беременности воздержаться от курения и употребления алкогольных напитков.

Через восемь недель после оплодотворения размер эмбриона не превышает 4 см в длину и весит примерно 13 граммов. Но в нем содержится более миллиона клеток. К этому времени у эмбриона можно распознать лицо, конечности, пальчики и даже кончики пальцев стопы. С этого момента эмбрион называется плодом. К этому периоду все основные части тела будущего ребенка сформировались, включая те структуры, из которых в последующие несколько недель начнут развиваться репродуктивные органы, после чего будет ясно, кто родится - мальчик или девочка. В течение последующих семи месяцев плод увеличится в длину примерно - в 10 раз и будет весить в 200 раз больше. К этому времени закончится формирование его органов чувств и головного мозга, благодаря которым он превратится в самостоятельный индивидуум, который сможет существовать вне организма матери. Так происходит формирование уникального человеческого существа.

**Список использованной литературы:**

1. Основы сексологии (HUMAN SEXUALITY). **Уильям Г. Мастерc**, **Вирджиния Э. Джонсон, Роберт К. Колодни.**  Пер. с англ. — М.: Мир, 1998. — х + 692 с., ил. ISBN 5-03-003223-1