**Когда нельзя, но очень хочется: можно ли при беременности?**

Беременность — не болезнь, как мы помним из разных источников, однако физиологический процесс вынашивания ребенка долог и непрост, потому запретов, адресованных беременным женщинам, существует довольно много. Так же, как и рекомендаций: **можно ли красить волосы при беременности**? Можно ли малину при беременности? Можно ли пить пиво, ходить в баню, пить газировку или ношпу при беременности?

Сотни страхов, которые испытывает беременная женщина, тысячи вопросов: «можно ли?». Но самым распространенным среди них является тема секса: можно ли заниматься им во время беременности или нельзя? И что вообще можно делать в постели, когда твоя девушка в положении?

**Я беременна, это «бременно»?**

Раньше на половой жизни во время беременности врачи ставили большой крест, считая сексуальные возлияния стрессом, который мог бы спровоцировать выкидыш или как-то навредить малышу. Хотим вас успокоить: последние медицинские исследования дают положительный ответ на вопрос: **можно ли при беременности** заниматься сексом?

Во время полового акта в организме беременной женщины происходит настоящая революция, связанная с выбросом гормона окситоцина, ответственного за сокращение матки.
Ощущение будущей мамы - совершенно нормальная реакция, которая проходит через несколько минут.

Если ваша беременность проходит «по плану», благополучно, то **заниматься сексом во время беременности** не только можно, но и нужно. Мужская сперма, кстати, помогает женщине «тренироваться»: размягчает шейку матки и позволяет ей быстрее раскрываться, когда наступают роды.

Наконец, счастливая и добрая атмосфера любви, которая витает в удовлетворенных семьях, помогает бороться со стрессом, связанным с ожиданием родового процесса. Долгое же воздержание делает из мух больших слонов, а отрицательные эмоции, как известно, вредны для здоровья.

**Когда нельзя, хотя и хочется**

В любом случае перед тем, как начать вести половую жизнь во время беременности, нужно сходить на консультацию к гинекологу. **Запрет на секс** он может поставить лишь в том случае, если существует угроза преждевременных родов, наблюдаются кровянистые выделения, обнаружены инфекции мочеполовой системы или в прошлом женщина уже сталкивалась с выкидышем.

Также половая жизнь будет противопоказана тем женщинам, у которых обнаружен высокий маточный тонус, предлежание плаценты, подтекание околоплодной жидкости или многоплодная беременность.

**А когда именно можно?**

В последние месяцы беременности супругам стоит быть аккуратнее во время занятий сексом. Однако, как давно известно, если срок подходит, а роды все не начинаются, врачи рекомендуют «вызвать» на свет скромного малыша при помощи сексуального удовольствия.

**Секс — сексом, а как же оргазм?**

Многие девушки, занимаясь сексом во время беременности, заботятся больше о моральном состоянии супруга, чтобы он за девять месяцев не взвыл волком на Луну. Однако и о себе, любимой, тоже нужно думать, тем более, что испытывать оргазм при беременности в большинстве случаев как можно, так и нужно!

**Чувствует ли «это» ребенок?**

Дорогие будущие родители, не бойтесь! Ваш ребенок крепко защищен от ваших активных «действий» не только мышечной стенкой матки, но и амниотическим пузырем, и слизистой пробкой. Все колебания, совершаемые двумя телами, гасят околоплодные воды, потому малыш ничего в это время не чувствует.

Смело вступайте в бой и не загружайте голову мыслями о том, что «он знает, что мы делали этой ночью!». У ребенка полно других, более важных занятий: расти, крепнуть и ждать своего появления на свет.

**Можно ли мастурбировать при беременности?**

Но что же делать, если врач запретил вам **заниматься сексом во время беременности**? Может ли мастурбация стать альтернативой для снятия стресса и получения удовольствия?

Если существует риск выкидыша, то мастурбация во время беременности противопоказана. Нужно понимать, что **оргазм** клиторальный ярче, громче и интенсивнее вагинального, поэтому это занятие может спровоцировать повышение маточного тонуса вдвойне активней.

Но есть и приятные моменты: для тех супругов, которые по каким-то психологическим причинам отказываются заниматься сексом во время беременности, именно мастурбация станет способом расслабиться и получить удовольствие.

А довольная семья — это счастливая семья, в которой и должен родиться здоровый, сильный, любимый и самый лучший в мире ребенок!