

# 3 شائعات تتعلق بالحمل... تعرفي اليها

تابعي القراءة لمعرفة حقيقة كل الأساطير الشائعة التي تخص الخصوبة...

1. هل أنت بحاجة للشعور بنشوة العلاقة من أجل إنجاب الاطفال؟

عندما يتعلق الأمر بإنجاب الأطفال، ليس من الضروري أن تشعرين بالنشوة. ولكن النشوة في الواقع تساعد الرحم على الانقباض، مما يساعد الحيوانات المنوية على الوصول بشكل أسرع إلى قناة الفالوب. ولكن إن لم تحصل هناك نشوة، لن تذهب جهودك سداً لأنه يمكنك أن تنجبي الأطفال.

2. إن أخذت حبوب منع الحمل لمدة طويلة، هل هذا سيؤخر الحمل؟

نحن سعداء لنبلغك أن هذه المعلومة غير صحيحة. اعتماداً على نوع وسائل منع الحمل التي كنت تستخدمها قبل أن تحاولي إنجاب الأطفال، إن معدل دورتك المنتظمة قد تختلف، ولكن ليس بشكل كبير. أما بالنسبة لمستخدمي حبوب منع الحمل، هناك اطمأن من الحالات التي تظهر أن دورتك الشهرية سوف تعود الى مسارها على الفور، لذلك يجب أن تتوقعي أن فترة الخصوبة ستكون ضمن بضعة أسابيع فقط. في الواقع، تشير الدراسات إلى أنه في غضون سنة واحدة من بعد التوقف عن تناول حبوب منع الحمل، ٨٠ في المئة من النساء اللواتي يرغبن أن يحملن يقمن فعلاً على ذلك.

3. إن رفعت ساقيك في الهواء لمدة 20 دقيقة بعد العلاقة، هل سيسرع عملية الحمل؟

في حين أن هذه قد تبدو وكأنها فكرة جيدة من الناحية النظرية - المنطق هو أن هذه الطريقة سوف ترفع حوضك وتساعد المني للوصول بطريقة مباشرة إلى المبيض. ولكن في الحقيقة، كل ما سيحدث هو أن ساقيك سوف يتخدران من كل الدم الذي سيتدفق بعيداً عن قدميك. المني مبرمج كيميائياً للذهاب مباشرة إلى الرحم بعد القذف، بغض النظر عن ما هي الوضعية التي أنت فيها (نعم، الحيوانات المنوية قوية وتتحدى الجاذبية). في حين أن وضع وسادة صغيرة تحت الوركين قد يساعد من بعد العلاقة، ليس هناك حاجة لرفع أي أجزاء من جسمك في

الهواء لأنك ستشعرين بعدم الراحة لفترة طويلة من الزمن