

# Maminka.cz, 16. 6. 2017

## Jsem těhotná a nechci sex! Raději mám masáž nohou. Je to normální?

Řešíte dilema, se kterým si nevíte rady? Pomůžeme vám. Tentokrát nám napsala dotaz Darina z Bechyně.

Simona Procházková, Časopis Maminka  
16. 6. 2017



### Zlepší se to?

"Otěhotněla jsem po třech letech, takže první týdný jsem manželovi nedovolila nic. Ani trochu se mi do intimnosti nechtělo, bála jsem se a bylo mi zle. Po prvním trimestru jsem se párkrát odhodlala, ale za moc to nestálo. Muž byl už rozladěný, proběhlo i pár hádek.

Nakonec to skousnul a náš [milostný život](#) už pár měsíců probíhá tak, že mi vždy namasíruje záda a nohy a já mu na oplátku „udělám dobře“ rukou. Na víc nemám sílu ani chuť. Připadá mi, že se mnou není něco v pořádku, vždyť většina žen všude hlásá, jak jsou v těhotenství díky hormonům náruživé a chtějí to pořádkem..." **Darina N., Bechyně**

### Názory odborníků

MUDr. RADEK HAVLAS, primář Gynekologicko-porodnického oddělení, porodnice Mělník, [nemocnice-melnik.cz](http://nemocnice-melnik.cz)

[Sex v těhotenství](#) je přirozený, byť jsme jediní savci, kteří jej v tomto období provozují. Ve zvířecí říši je oplodněná samička pro samce neatraktivní. Mnohé těhotné ženy jsou ale pro muže ještě přitažlivější. Když pomíneme výjimečné záležitosti, není sex pro nastávající maminku nijak nevhodný nebo nebezpečný, pouze při riziku předčasného porodu. Zdržlivost je namístě i v případě špinění. Jakýkoli problém je třeba konzultovat s lékařem. Překážkou mohou být i záněty a mykózy; pokud si v takovém případě styk nedokážeme odříci, pak jedině s kondomem. Ke konci těhotenství může být pohlavní styk dokonce prospěšný, neboť mužské sperma obsahuje látky, které mohou přispět k lepšímu otevírání porodních cest a provokování porodu.

Mgr. JULIE GAIA POUPĚTOVÁ, sexkoučka SCE Academy, [sex-koucink.cz](http://sex-koucink.cz)

Těhotenství a období po porodu jsou časem, kdy začnete vy i nastávající tatínek vnímat milostný život jinak, možná dokonce intenzivněji než dříve. V naší akademii se díky on-line kurzům učí páry například pomalou masáž prsů ženy nebo masáž penisu muže.

V obou případech se partner, který dává, nemusí vůbec tlačit do vzrušení, a přesto dělají oba něco intimního. Erotika zůstává zachována a je to jeden ze způsobů, jak se sobě navzájem věnovat, i když jeden z nich nemá zrovna chuť na sex ve smyslu pohlavního styku.

Některé ženy v [těhotenství sice sex](#) odmítají, ale když je vztah v pořádku, žádná neodmítne něhu, pozornost a láskyplné doteky, které partnerství v tomto období spíše utuží.