

# Maminka, 18. 5. 2017

Infomix **MÁM NEMÁM**



## 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 odchodila, 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. Případá mi, že se mnou není něco v pořádku, vždyť většina žen všude říká, jak jsou v těhotenství díky hormonům narušivé a chtějí to pořádkem...“

Darína N., Bechyně



**MUDR. RADEK HAVLAS**  
primář Gynekologicko-  
porodnického oddělení,  
porodnice Mělník, nemocnice Mělník.cz

Sex v těhotenství je přirozený, byť jsme jediní savci, kteří jej v tomto období provozují. Ve zvířecí říši je oplodnění samička pro samce neatraktivní. Mnohé těhotné ženy jsou ale pro muže ještě přitazlivější. 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 zánehy a myklozy; pokud si v takovém případě styk nedokážeme odříci, pak jediné s kondomem. Ke konci těhotenství může být pohlavní styk dokonce prospěšný, neboť mužské sperma obsahuje látky, které mohou přispět k lepšímu otevření porodních cest a provokování porodu.



**Mgr. JULIE GAJA POUPĚTOVÁ**  
sexkoučička  
SCE Academy, sex-koučink.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 masáží prsu ženy nebo masáží 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.

## VAŠE DISKUSE

\* **KLÁRA:** Chuf byla mnohem větší a průžitek o dost intenzivnější.

\* **ANNA:** Dokud nebylo ještě tolik vystouplé břicho, paráda... Teď už musíme vybírat polohy, aby pupík nepřekážel, což bývá občas komediální vystoupení. Ale když je chuf, vždy to nějak jde, a legrace může být i v takové situaci.

\* **LUCIE:** Pro mě to bylo v těhotenství velmi uvolněné a po všech stránkách příjemné. Milovali jsme se až do porodu.

\* **PAVLÍNA:** Upřímně, sex a cokoli jsem blízkého mi absolutně nic neřeklo. V prvních týdnech jsem se bála, v posledním trimestru jsem byla otěkla veškerá, bolela mě záda a nesnela jsem, aby mě muž viděl nahou, natož aby se mě dotýkal...

\* **VERONIKA:** Před otěhotněním bývaly chutě velké, v těhotenství moc ne, docela to i bolelo. Až na začátku třetího trimestru se vše zlepšilo, jenže jsem zase dostala od lékaře zákaz. Takže oslovte nic moc.

\* **LENKA:** Zpočátku úplná averze, což jsem vůbec nechápala, normálně mám sex ráda. Ke konci se chuf vrátila, jenže třím bolestmi kýbíl a zad, takže pokud k tomu nedojde ráno, nevzdávám to.

\* **SASA:** Měla jsem rizikové těhotenství, takže u nás ani náhodou.

\* **RADKA:** Ze začátku jsem měla zdravotní problémy a zákaz milování, ke konci těhotenství se zase bál přítel, aby malé neublížil. Takže bylo po všem.