

Время [зачатия ребенка](http://www.sana-med.com.ua/conception.php) определит его пол и судьбу, считали люди в древности. В наше время, когда мы знаем о существовании биоритмов - чередовании благоприятных и неблагоприятных моментов для любых явлений в жизни, древние поверья, относящиеся к зачатию, уже не кажутся наивными. Как на это смотрят ученые, рассказывает биоритмолог, кандидат медицинских наук, Наталия Борисовна МИРСКАЯ.

### **Поверье: лучшее время для зачатия – весна и лето.**

И в самом деле, весной и летом сексуальная активность людей возрастает. Длина светового дня увеличивается, повышается активность гипофиза - организм начинает вырабатывать больше как половых гормонов, так и гормонов удовольствия. В сумеречные и короткие дни наш организм все больше вырабатывает мелатонин, который вызывает либо депрессию, либо агрессию, что удачному сексу никак не способствует.

Мужские половые гормоны не вырабатываются в нужном для зачатия количестве - организму требуется время, чтобы их накопить. Вот и получается, что [лучшее время для зачатия](http://www.sana-med.com.ua/conception.php) - ранняя осень. Замечено, что дети, которые родились в светлое и теплое время, всегда крепче и здоровее.

### **Поверье: чем холоднее на улице, тем выше качество спермы.**

На самом деле это не совсем отражает истину. Температура влияет на сперматогенез. Слишком высокая может помешать выработке необходимого количества сперматозоидов - летняя жара не способствует зачатию. Но и лютый мороз не сильно полезен для мужской половой системы. Оптимальной для сперматогенеза считается температура в мошонке около 33°.

Поддерживать ее таковой легче в прохладное время года, то есть весной или ранней осенью. Памятуя о том, что организм по весне у нас еще не "наелся" солнышка, мы в своих расчетах снова обращаемся к золотой осени.

### **Поверье: От зачатия в теплое время года родится девочка, в холодное - скорее всего будет мальчик.**

Серьезные научные исследования на эту тему не проводились, поэтому верить этой

примете оснований не больше, чем той, что хороший "урожай" новорожденных мальчиков непременно бывает к войне.

### **Поверье: Для здоровья будущего малыша необходимо учесть сезонные биоритмы.**

Да, свадебный бум раньше приходился именно на осень, и соответственно больше детей появлялось летом. Но эта традиция диктовалась скорее образом жизни. Свадьбы играли после сбора урожая, когда у людей появлялось больше свободного времени и было чем накормить гостей. [Благоприятность зачатия](http://www.sana-med.com.ua/conception.php) намного больше зависит от питания, чем от времени года. Наверняка зачатие в пост потому и осуждалось, что скудное питание будущих родителей отражалось на здоровье их детей.