Автор: admin
13.08.2011 02:23 - Обновлено 04.11.2014 12:15

Наступил тот момент, когда Вы уже сознательно готовы к появлению ребенка. И Вы решили подходить к этому вопросу не полагаясь на волю случая и не ожидая милостей от природы. Что ж, если вы начали планировать беременность и день зачатия, то вам необходимо учесть многие факторы.

Многие думают, что для успешного зачатия ребенка нужно лишь прекратить предохраняться, начать есть здоровую пищу, вести правильный образ жизни и каждый вечер предаваться любви. И наступит желанная беременность. Так думает большая часть супружеских пар, запланировавших рождение ребенка.

А статистика говорит следующее: из каждых 5 мам как минимум у одной зачатие происходит только после 6 – 12 месяцев регулярных попыток. Около 17% семей сегодня просто не могут иметь детей.

Но как показывает практика, ряд случаев обращения к врачам с проблемой бесплодия оказывается «мнимым». И совсем необязательно, что проблема зачатия связана с бесплодием. Это может быть всего лишь «непопаданием в нужные дни».

Шансы на беременность значительно возростают, если женщина знает свои «опасные» и «безопасные» дни. То есть может с точностью определить, в какие из дней менструального цикла есть вероятность беременности. Для этого необходимо рассчитать момент овуляции.

В каждом менструальном цикле один из фолликулов в яичнике начинает расти. Под воздействием женских половых гормонов начинает формироваться зрелая яйцеклетка. И примерно в середине цикла эта яйцеклетка выходит из фолликула, полностью готовая к встрече со сперматозоидом.

Живет яйцеклетка около 24 часов. Сперматозоид – 3 – 5 дней.

Таким образом, если половой акт происходит за 2 – 3 дня до наступления овуляции, то «живых» сперматозоидов остается мало, а если непосредственно в день овуляции - шансы зачатия увеличиваются.

Кроме того, не каждый цикл – овулирующий. В норме женщина до 28 лет имеет 8 – 10 овуляций в год, 28 – 33 года - примерно 6 – 8 овуляций в год, после 35 - еще меньше. Утро планирующей женщине можно начинать с градусника и измерения ректальной температуры (заметим, занятие не из приятных), бесконечно высчитывать благоприятные дни для зачатия детей при помощи календаря, заниматься любовью по расписанию и плевать под микроскоп. А можно довериться более прогрессивным методам-тестам для определения оптимальных дней для зачатия.