

Ewelina

kiedy po cc cięciu można współżyć

Czas pierwszego współżycia jest kwestią indywidualną – powinna być gotowość obojga partnerów zarówno fizyczna jak i psychiczna. Zalecane jest, aby współżyć po zakończeniu krwawienia połogowego zarówno po cięciu cesarskim i porodzie siłami natury. Nie ma odrębnych zaleceń w zależności od drogi porodu.

Justyna

Dreszcze poporodowe czy często występują u kobiet od razu po porodzie?

Dreszcze poporodowe mogą pojawić się tuż po porodzie siłami natury jako efekt zmęczenia mięśni lub utraty krwi. Natomiast po cięciu cesarskim jeszcze na Sali pooperacyjnej w skutek utraty krwi, a także podawanych leków.

Agnieszka

Mam duży problem osiągnąć orgazm po porodzie. Czy to kwestia organizmu, czy psychiki?

Z taką sytuacją należy udać się w pierwszej kolejności do fizjoterapeuty uroinekologicznego, a później do seksuologa.

Marta

Jak rozpoznać pierwsze objawy baby blues?

Najczęściej są to emocje mieszkane: smutek, przygnębienie i niepewność, którą przeplatać może radość, spełnienie czy ulga.

Justyna

Jaka jest różnica między położeniem po porodzie cc a sn?

Ewentualnym gojeniem się ran – po cięciu cesarskim jest to rana operacyjna, która może jednocześnie utrudniać pierwsze wykonywane czynności i dłużej się goi, a także po porodzie cięciem cesarskim krwawienie może być stosunkowo mniejsze i krótsza (ale nadal ma występować!). Po porodzie siłami natury może pojawić się rana po nacięciu krocza, która wymaga trochę innej pielęgnacji oraz traktowania.

Julia

Jak wytłumaczyć partnerowi lub moim rodzicom, że po porodzie mocno działają hormony i potrzebuję trochę czasu by przejść tę sytuację?

Szczerza rozmowa lub odesłanie do artykułów, książek, które pomogą zrozumieć ☺

Agnieszka

Jakieś główne rady jak zająć się sobą podczas położu?

Dać sobie czas, dużo cierpliwości, odpoczynku i dać sobie pomóc, po porodzie nie musimy być samowystarczalne, żeby być dobrą mamą. Pomoc bliskich może okazać się niezastąpiona 😊

Justyna

Jak poznać pierwsze objawy depresji poporodowej?

Mogą być to takie objawy jak np., przedłużające się objawy smutku, apatii, niechęci do wykonywania codziennych czynności, problemy ze snem, brak apetytu, brak chęci do działania, przygnębienie, brak satysfakcji z opieki nad dzieckiem – częścią opieka nad dzieckiem odbierana jako obowiązek.

Katarzyna

Po porodzie doskwiera mocno suchość pochwy. Co można z tym zrobić?

Szczególnie w trakcie karmienia piersią bardzo intensywnie działa hormon wspomagający wytwarzanie pokarmu, czyli prolaktyna, ale jednocześnie obniżający libido oraz zmniejszający nawilżenie pochwy. Aby poprawić dyskomfort i zwiększyć nawilżenie pochwy warto zastosować żel lub globulki dopochwowe z kwasem hialuronowym dostępne w aptece bez recepty, a do współżycia lubrykant.