

Jakie są bezpieczne pozycje podczas stosunku?

W kwestii tego pytania odeślę do artykułu na stronie [kobieta.pl](https://www.kobieta.pl), gdzie są świetne grafiki przedstawiające różne pozycje seksualne dla kobiet w ciąży. Pamiętajmy o nie naciskaniu na brzuch w trzecim trymestrze ciąży oraz wybieraniu takich pozycji, które są dla nas komfortowe i dobrze się w nich czujemy bez objawów bólowych.

Pozycja boczna, na łyżeczkę, gdzie możliwa jest penetracja od tyłu. W tej pozycji dla dodatkowej wygody można podłożyć poduszkę pod brzuch.

Pozycja kowbojka przodem, kowbojka tyłem.

Pozycja kolankowo - łokciowa.

Pozycja siedząca, gdy partner siedzi na krześle.

<https://www.kobieta.pl/artykul/seks-w-ciazy-najlepsze-pozycje-pozycje-seksualne-w-ciazy>.

Kiedy można wrócić do współżycia po cesarskim cięciu?

W przypadku cesarskiego cięcia kobieta tak samo jak przy porodzie siłami natury przechodzi połóg. Tkanki się regenerują. Dodatkowo dochodzi stan po operacji, rana pooperacyjna, która musi się zabiłżyć i zagoić. Przyjmuje się, że jest to również mniej więcej 6 tygodni. Możliwość powrotu do współżycia należy omówić wcześniej ze swoim lekarzem prowadzącym.