

Agnieszka

Jakie są bezpieczne pozycje pod koniec ciąży?

Wraz z rosnącym brzuszkiem pojawia się konieczność dopasowania pozycji seksualnych do komfortu przyszłej mamy. Nie powinny one przede wszystkim powodować ucisku na brzuch i piersi ani żadnego innego dyskomfortu. Dla każdej kobiety inna pozycja może okazać się wygodniejsza i wiążąca się z przyjemniejszymi doznaniem - jest to też kwestia indywidualna.

Klaudia

Jaka pozycja jest najlepsza przy rozchodzącym się spojeniu łonowym?

Agnieszka

Czy można jakoś podnieść libido będąc w ciąży?

Warto przyjrzeć się powodom, dla których libido mogło się obniżyć i jakie wiążą się z tym problemy. Częstym powodem obniżenia się libido w ciąży są dolegliwości somatyczne, lęki związane z utrzymaniem ciąży i przygotowaniem się do przyjścia dziecka na świat, trudności w relacji partnerskiej, obniżone poczucie własnej atrakcyjności. Libido może się obniżyć w ciąży, szczególnie w przypadku kobiet, dla których jest to pierwsza ciąża. Duże znaczenie ma to, jak współżycie wyglądało przed ciążą, jaką funkcję pełniło, z jakimi emocjami i przeżyciami się wiązało. Niestety, nie istnieje jeden konkretny sposób, który pozytywnie wpłynie na libido - jeśli taki stan utrzymuje się przez dłuższy czas, wiąże się z trudnymi emocjami lub powoduje konflikty w relacji - dobrym pomysłem jest udanie się (w pojedynkę bądź z partnerem/partnerką) na konsultację seksuologiczną.

Justyna

Jaka pozycja może być niebezpieczna, czy jest taka?

Nie wykazano żadnych przeciwwskazań dotyczących stosowania różnych pozycji seksualnych na początku ciąży - dopiero jeśli zostanie zdiagnozowana jakakolwiek patologia wczesnej ciąży, należy ograniczyć aktywność seksualną zgodnie z zaleceniami lekarza. W II i III trymestrze konieczne staje się takie dopasowanie pozycji, aby nie powodowały ucisku na brzuch i piersi oraz nie wiązały się z dyskomfortem przyszłej mamy.

Dominika

Czy seks w ostatnich tygodniach ciąży może przyspieszyć poród?

EWELINA

do ktorego tygonia ciazy można bezpiecznie uprawiac seks

Anna

Czy to naturalne że libido w pierwszej ciąży spada?

Zmniejszone zainteresowanie seksualne, szczególnie w pierwszym trymestrze obserwuje się u około 40% kobiet, które przed ciążą pozostawały aktywne seksualnie. Warto wspomnieć, że około 30% panów również obserwuje u siebie osłabione pożądanie seksualne w tym okresie. U wielu kobiet w pierwszej ciąży libido pozostaje obniżone, co spowodowane jest szeregiem czynników ([m.in.](#) zmianami neurohormonalnymi, lękami, przekonaniami dotyczącymi macierzyństwa, etc.). Jeśli jednak kwestia ta budzi niepokój bądź jest źródłem konfliktów, warto skorzystać z konsultacji seksuologicznej.

Natalia

Czy ciąża mnoga bardziej ogranicza pary przed współżyciem ?

W przypadku ciąży mnogiej, które często określane są ciążami wysokiego ryzyka, konieczne jest omówienie kwestii współżycia z lekarzem prowadzącym. Jeśli lekarz nie zainicjuje tego tematu, warto po prostu o to zapytać i dokładnie omówić ewentualne obostrzenia.

Małgorzata

Co można stosować do nawilżenia podczas stosunku w ciąży? Czy np. olej ze słodkich migdałów jest dobrym pomysłem?

Absolutnie nie powinno się używać olejków czy oliwek do nawilżenia pochwy przed stosunkiem - mogą powodować uczulenia, zwiększać ryzyko infekcji i uszkadzać prezerwatywy. Dobrze jest zaopatrzyć się w lubrykant (np. Na bazie wody), który można zakupić w aptece i który jest bezpieczny w stosowaniu.

Marta Pijet 11:08:32 moderated by: Świadoma Mama
jakie pozycje są bezpieczne w ciąży?

Emilia

czy są jakies pozycje, ktore da

Ania eR

czy sperma nie rozmiękczy za bardzo szyjki macicy? z tego co kojarze to seks jest zaleceniem zeby wywolac porod naturalnie

Ewelina

Czy 3 wcześniejsze poronienia są przeciwwskazaniem do uprawiania seksu?

W przypadku wcześniejszych niepowodzeń prenatalnych, zalecane jest omówienie z lekarzem prowadzącym kwestii aktywności seksualnej w ciąży. Jeśli jest to ciąża wysokiego ryzyka, lekarz powinien poinformować o zaleceniach i ewentualnych obostrzeniach związanych ze współżyciem, a także pomóc w wyborze alternatywnych form kontaktu.

Magdalena

Sporo jest napisane o tym że kobiecie zwiększa się popęd seksualny U mnie natomiast spadł całkowicie do zera. Wiem że dziecku nic się nie stanie Ale poprostu nie czuje popędu Czy to jest normalne ?

Natalia

Jak otworzyć się przed partnerem gdy ciąża jest tuż po niedonoszonej ciąży ?

Marta

Jestem w II trymestrze ciąży, mam dobre wyniki badań, a libido, mimo często słyszanych opinii o złotym czasie, jest zupełnie zerowe... W jaki sposób można podkręcić chęci?

Emilia

czy są jakieś pozycje, które nie są wskazane w ciąży?

EWELINA

czy można używać wibratora będąc w ciąży?

Tak, jeżeli ze strony lekarza prowadzącego nie ma żadnych przeciwwskazań względem aktywności seksualnej - w takim przypadku zarówno masturbacja, używanie wibratorów/ masażerów lechtaczkowych, uprawianie seksu są jak najbardziej możliwe. Wszelkie wątpliwości dotyczące seksualności w okresie ciąży powinny być w pierwszej kolejności omówione z lekarzem.

Małgorzata

Jak przezwyciężyć lęk podczas seksu, że zrobimy dziecku krzywdę?

Jeżeli pomimo

Justyna

Czy w ciąży można używać lubrykantów?

Tak, może się to wręcz okazać konieczne, w przypadku problemów ze zbyt słabym nawilżeniem pochwy. Pamiętajmy, aby używać lubrykantów zgodnie z ich przeznaczeniem, kupować je w aptece lub zaufanych sex-shopach i nie używać ich po terminie ważności. Nie powinno się używać oliwek (np. Dla dzieci lub do masażu ciała), ponieważ mogą one powodować podrażnienia, uczulenia, uszkadzać prezerwatywy.

Agnieszka

Jakie objawy po stosunku powinny mnie zaniepokoić?

Magdalena

jakie pozycje są bezpieczne w ciąży?

Monika

Co z suchością pochwy podczas ciąży, jak sobie pomóc?

Agnieszka

co zrobić kiedy mąż nie chce bliskości tłumacząc się bezpieczeństwem maluszka ?

Marta

co zrobić by słyszeć głos prowadzącej?

Gosia

Czy seks w ciąży ma wpływ na mięśnie dna miednicy? Obniża się to wszystko w czasie ciąży czy może to mieć w ogóle wpływ na mięśnie?

Piotr

Czy seks pod koniec ciąży może przyspieszyć poród?

Emilia

Czy w ciąży masturbacja jest ok?

Agnieszka

Mam dwa pytania: Czy przy zagrażającym porodzie przedwczesnym współzycie bez prezerwatywy może mieć wpływ na przyspieszenie - wywołanie porodu? Czytałam, że męskie nasienie zawiera substancje mogące mieć wpływ na szyjkę macicy.

Justyna

czy jest bezpiecznie używać korka analnego w 3 trymestrze?

Marta

czy można współzyc mając łóżysko przodujące?

Emilia

czy współzycie może przyspieszyć poród?

Monika

Co jeśli stosunek podczas ciąży boli?

Ból podczas stosunku może mieć różnorodne podłoże: może wiązać się ze zbyt słabym nawilżeniem pochwy (wtedy warto stosować lubrykanty),

Piotr

Czy są jakieś przeciwwskazania do seksu w ciąży?

W przypadku ciąży fizjologicznej oraz braku chorób przewlekłych nie ma takich przeciwwskazań. Inaczej w przypadku ciąży wysokiego ryzyka (np. Łóżysko przodujące, ciąża mnoga). Warto jednak poruszyć te kwestie podczas pierwszych spotkań z lekarzem prowadzącym ciążę.

Agnieszka

Jak rozmawiać z mężem na temat seksu w ciąży, by się nie bał?

Natalia

U nas od początku, ze względu na zagrożenie ciąży, jest zakaz zbliżeń i jakichkolwiek stymulacji, tak by nie dochodziło do skurczy macicy. Co w takim razie zostaje? Masaże? Stymulacja partnera wyłącznie?

Magdalena

czy dziecko odczuwa w jakiś sposób że coś się dzieje w czasie stosunku?

Natalia

czy jest jakaś rekomendacja odnośnie maksymalnej częstotliwości współżycia w ciąży?

Nie istnieje taka rekomendacja - w przypadku ciąży fizjologicznej nie ma przeciwwskazań do podejmowania aktywności seksualnej. Częstotliwość stosunków jest zależna od potrzeb i preferencji partnerów.

Małgorzata

Jak się skupić na swoich doznaniach podczas seksu po 30tc, gdy maluch jest bardziej aktywny wówczas?

Marzena

jakie argumenty przedstawić mężowi i jak go przekonać że seks w ciąży jest bezpieczny. Czy przekonywać, namawiać czy odpuszczać?

Jeżeli pomimo zapewnienia przez lekarza fachowej edukacji zdrowotnej dotyczącej aktywności seksualnej w czasie ciąży te obawy nadal się utrzymują, dobrym pomysłem może okazać się konsultacja seksuologiczna. Da to przestrzeń na wyrażenie i omówienie swoich obaw, ewentualne znalezienie innych form aktywności, które będą komfortowe dla obojga partnerów.

Monika

Jakie są najlepsze pozycje seksualne podczas ciąży?

MAGDALENA

czy seks pod koniec ciąży może przyspieszyć/wywołać poród lub wpływać na jego przebieg? Lub czy może ułatwić sam poród?

Olga

czeka mnie trzecia cesarka po roku czasu czy uprawianie seksu nie zagraża dziecku?

Julita

na koncowce ciąży sperma pomaga "otwierać szyjkę macicy" - czy nie ma takiego zagrożenia we wcześniejszych miesiącach ?

Paulina

kiedy można zacząć współżyć po porodzie siłami natury, a kiedy po CC? Czy jest tutaj jakaś różnica?

Magdalena

Jak to wygląda u partnerów? U mnie jest odwrotnie, partner nie chce być aktywny bojąc się o ciążę 😊

Magdalena

Jak długo po porodzie należy zachować wstrzemięźliwość?

Natalia

nie ogladałam od początku, ale jestem w 33 tc, czy można uprawiać seks? jeśli tak, to w jakiej pozycji najbezpieczniej

Magdalena

do którego tygodnia seks jest bezpieczny w ciąży?

Magdalena

Kiedy wrócić do aktywności seksualnej po porodzie ?

Marzena

Jak zabezpieczyć się przed ewentualnymi infekcjami w trakcie stosunku?

Konieczna jest zwiększona dbałość o higienę obojga partnerów oraz zaleca się używanie nielateksowych prezerwatyw (aby uniknąć ryzyka alergii).

Natalia

Jak się przygotować do powrotu zbliżeń po rocznej przerwie?! Ciało po porodzie będzie inne. Pewnie najważniejsza będzie praca głowy?

Powtórna inicjacja, jak często określany jest powrót do aktywności seksualnej po porodzie, wiąże się z wieloma obawami i jest to całkowicie naturalne. Jeżeli jednak obawy te utrzymują się i utrudniają lub wręcz uniemożliwiają podejmowanie satysfakcjonujących kontaktów seksualnych, warto przyrzeć się bliżej temu, co dzieje się głowie, jakie pojawiają się myśli dotyczące seksu. W takim przypadku zalecana jest konsultacja z seksuologiem/seksuolożką pracującym w nurcie poznawczo-behawioralnym.

Paulina

czy współżycie w 3 trymestrze może szybciej wywołać poród?

Magda

czy jest możliwe że ciąża uniemożliwia osiągnięcie orgazmu"

Marta

kiedy seks w ciąży jest zabroniony?

Włodarczyk

czy wszystkim odtwarza wideo bo ja mam zacięty tylko obraz

Monika

Wahania nastrojów podczas ciąży i nie ma się ochoty na seks jak sobie pomóc?

Ewelina

czy w przypadki dodatniego wyniku GBS seks jest bezpieczny? Czy bakterie nie przeniosą się na partnera?

Anna

Czy są jakieś pozycje które mogą zaszkodzić dziecku?

Agnieszka

Czy pieszczoty piersi są bezpieczne podczas ciąży?

Emilia

w jaki sposób przekonać partnera, że seks w ciąży jest bezpieczny i nie zaszkodzi dziecku?

PATRYCJA

czy w III trym. stosunek może spowodować wcześniejszy poród lub krwawienie?

Marta

co jeśli w ciąży często mamy infekcje? seks jest dozwolony

Dominika

Czy "wstrząsy" w czasie stosunku mogą być nieprzyjemne dla maluszka?

Emilia

Jakie pozycje seksualne mogą sprzyjać przyspieszeniu porodu?

Natalia

po narodzinach dziecka, jak szybko można wrócić do współżycia i jak się zabezpieczać?

Olga

czy podczas snu jest normalne to że odczuwa się ruszanie łechtaczki czy to są skurcze ?
dodam że jestem w 5 miesiącu

Piotr

Czy pieszczoty piersi w ciąży mogą wywołać wypływ mleka?

Anna

Czy prezerwatywy są konieczne jeśli uprawia się seks tylko z jednym partnerem?

Monika

Seks podczas porodu, słyszałam o takim przypadku, czy jest bezpieczny?

Olga

suchość w pochwie podczas seksu czy to normalne?

Marzena

czy po stosunk należy brać prysznic, podmywać się?

Justyna

na 6 tygodni przed porodem brak seksu? 😊 a jak wszystko jest dobrze?

Justyna

Dzień dobry 😊

Małgorzata

Położne utrzymują, że podczas prawidłowej ciąży można współżyć do końca i regularny seks wpływa na ochronę krocza - czy to jest prawda czy mit?

Inna

czy nawracająca się grzybica pochwy szkodzi dziecku (leczona)? czy można zarazić męża?

Anna

Czy to prawda że zbliżenie może przyspieszyć poród?

Olga

czy można używać żelu nawilżającego podczas seksu?

Magdalena

A co jeżeli po porodzie wgl nie wróci ochota na współzycie? Udać się do seksuologa ?

Na powrót zainteresowań seksualnych po porodzie wpływ ma wiele czynników. Hormony odpowiedzialne za laktację mogą znacząco obniżać libido. Jeśli jednak taki stan powoduje obniżenie jakości życia, warto udać się na konsultację seksuologiczną aby bardziej dokładnie się temu przyjrzeć.

Paulina

Czy w ciąży kobieta jest narażona na więcej zakażeń?

Agnieszka

Czy w ciąży można używać żelu nawilżającego?

Ewelina

Czy seks po odejściu czopu jest dozwolony i bezpieczny dla dziecka?

Emilia

Kiedy odejdzie czop śluzowy czy można nadal współżyć bez prezerwatywny czy bezpieczniej ze względu na możliwe infekcję się zabezpieczyć?

Magdalena

czy pierwszy seks po porodzie zawsze boli?

Magdalena

czy seks pod koniec ciąży może przyspieszyć poród?

Paulina

czy seks po porodzie będzie na początku bolesny?

Justyna

czy istnieją metody np. masaże, które zwiększą szanse na ochronę krocza podczas porodu?

Anna

Czy można używać żeli intymnych w ciąży?

Agnieszka

A drugie pytanie: Czy to prawda, że stymulacja brodawek (piersi) podczas rozkręcania się akcji skurczowej ma dobry wpływ na postęp (przyspieszenie) akcji porodowej??

Emilia

czy jeżeli jesteśmy już po terminie możemy uprawiać seks w celu wywołania porodu?

Olga

uczulenie na lateks czym jest związane?

Małgorzata

czy w ciąży można się masturbować?

Anna

Kiedy seks w ciąży jest zabroniony?

Magdalena

czy można używać żeli nawilżających w ciąży?

Monika

Kiedy rozpocząć współżycie poporodzie?

Anna

Jak podbudować tatusia jeśli nie można uprawiać seksu w ciąży?

Paulina

Czy seks po porodzie będzie taki sam jak przed porodem? Czy nie będzie nas nic bolało?

Natalia

Jak dbać o relacje między partnerami gdy współżycie jest zabronione ze wskazań lekarskich?

Paulina

czy współżycie w ciąży powinno wyglądać inaczej/delikatniej? są jakieś pozycje niewskazane?

Anna

O czym warto pamiętać przy zbliżeniach w ciąży?

EWELINA

a co w przypadku ciąży bliźnaczej czy również jest bezpiecznie ?

Ciąża bliźniacza często traktowana jest jako ciąża wysokiego ryzyka - konieczne jest omówienie z lekarzem prowadzącym możliwości utrzymania aktywności seksualnej lub ewentualnie innych form kontaktu, które będą dla partnerów satysfakcjonujące.

Paulina

Jak po ciąży zwiększyć libido?

Paulina

Czy pochwa po porodzie będzie bardzo rozciągnieta i nie będzie czuć przyjemności z seksu ?

MAGDALENA

czy jeśli po położeniu seks będzie bolesny, można coś z tym zrobić? jak sobie pomóc?

Anna

Jak przekonać przyszłego tatę że seks w trakcie ciąży nie jest wzbroniony? Mąż obawia się współżycia bo mówi że zaszkodzi dziecku

Małgorzata

Czy częstym seksem można zwiększyć libido?

Piotr

co zrobić aby pomóc kobiecie bezpoleśnie przejść przez pierwszy seks po porodzie?

Marta

czy pochwa bardzo zmienia się po porodzie naturalnym? może być zbyt luźna

Dominika

jak sobie radzić ze strachem przed pierwszym stosunkiem po porodzie?

Marzena

czy nawracające infekcje moczowe wykluczają życie seksualne?

Olga

brak chęci podczas ciąży czym to jest związane?

Justyna

Czy są jakieś przeciwwskazania by ograniczyć stosunek po porodzie?

Justyna

Co można zrobić gdy po porodzie nie czuje partnera w pochwie? po pierwszym dziecku mam problem z zbyt szeroką pochwa..boję się co będzie po kolejnym

Dominika

Łatwiej wraca się do współżycia po porodzie cc czy po sn?

Monika

Co ze spadkiem libido po porodzie, jak sobie radzić?

MAGDALENA

Czy w ciąży lub po porodzie są jakieś wytyczne odnośnie żeli nawilżających? skład lub pH ma znaczenie?

Małgorzata

Czy pieszczoty piersi będą powodować wyciek mleka?