

איזה מין הריון

ד"ר ירון בוקר

אחת התקופות היפות והמיסתוריות בחיי האשה ובעצם בחיי כל זוג, היא תקופת ההריון. היצור המתהווה ברחמה של האשה שמצד אחד הוא ילד עתידי ומצד שני הוא משהו מיסתורי, גורם לשינויים רגשיים רבים בעיקר אצל האשה אך גם אצל הגבר ובעקבות כך ישנם שינויים גם במישור המיני.

הקשר בין יחסי מין להריון הוא דו צדדי. מצד אחד כדי להגיע להריון צריך לקיים יחסי מין ולכן בזמן הריון כביכול "אין צורך" בקיום יחסי מין ומצד שני רוב הזוגות מקיימים יחסי מין לאו דוקא כדי להרות ולעיתים חוששים שיחסי המין יפגעו בהריון. בלבול גופני, נפשי ורגשי זה הוא אחד הגורמים לשינויים הקיימים במישור המיני בהריון בכל זוג.

הריון הוא תקופה של קרבה בין בני הזוג אך השינויים הגופניים וההורמונליים עשויים או עלולים לשנות את מצב הרוח והחשק המיני אצל האשה. השינויים בגוף האשה יכולים גם לשנות את החשק המיני בגבר (בשני הכיוונים).

אילו תחושות מיניות מרגישות הנשים ההרות?

ככלל ניתן לחלק את הנשים בהריון לשלוש קבוצות. בשליש מהנשים לא יחולו שינויים בהרגלי המין בהריון, בשליש רואים ירידה הן בחשק והן בתדירות יחסי המין ושליש נוסף מרגישות מאד מיניות ובהן נצפה בעליה בחשק המיני וברצון לקיום יחסי מין. יתרה מזו, ישנן נשים שחוות את האורגזמה הראשונה בחייהן דוקא בהריון אך גם בנשים מקבוצה זו קיימים חששות לגבי השפעת יחסי המין על ההריון ועל העובר.

דמוי הגוף בהריון – אצל האשה ובן זוגה

מבחינה פסיכולוגית ומבחינת דימוי הגוף העצמי של האשה יש נשים המרגישות נשיות ומיניות אך יתכן גם שהשנוי במשקל ושינוי המראה הכללי ישפיע לרעה ויגרום לדכאון ולהרגשה של האשה שהיא אינה נשית ואינה רצויה. לעיתים זוהי גם הרגשת בן הזוג אך מסתבר שאצל רוב הגברים, האשה בהריון דוקא מושכת יותר. לא כל הנשים מאמינות לאמירות של

גברים אלה למרות שהן אמירות כנות. למרות זאת חשוב, שהגבר יתמוך ויעודד ומדי פעם יתן לבת זוגו מחמאות כדי לחזק את בטחונה העצמי.

"הגבר בהריון"

הגברים ש"בהריון" מרגישים בד"כ גבריים יותר עקב העובדה שהצליחו לעבר את נשותיהם. הקשיים של הגבר הם בד"כ לא בהתייחסות לשינויים בגוף האשה אלא לאחריות החדשה של משפחתו הגדלה והצורך לדאוג לפרנסה של עוד יצור חדש. לעיתים חושש הגבר שאינו מתאים לתפקיד האבהות המתקרב. חששות אלה אופייניים בעיקר בהריון הראשון.

יש אחוז קטן של גברים שבחודשי ההריון האחרונים כשהאשה כבר עם כרסה בין שיניה מתחילים לראותה יותר כאמא ופחות כבת זוג וזה יכול להקשות על הגבר לרצות במין עם אותה דמות "אמהית".

השינוי בהרגלי המין

השינויים וההרגשות באשה נובעים גם מהשינויים ההורמונליים שאינם בשליטה כלל ולכן חלק מהנשים נוטות להרגשת שבירות וחולשה ושכיחות מקרי הדכאון בהריון וסביב הלידה עולה. כאמור, השינויים בהרגלי המין לא כולם בשליטת האשה אך אין ספק שלגישתה הכללית של האשה כלפי מין יש מרכיב נכבד. אשה שאהבה סקס והיתה פתוחה ומעוניינת בכך בעבר בד"כ לא תרגיש שונה בהריון. לעומת זאת אשה שמין היה תמיד בין הנושאים האחרונים בסדר העדיפויות שלה "תנצל" את ההריון כדי לדחוק זאת רחוק יותר.

מה ניתן לעשות כדי להתגבר על קשיים אלה ?

אין ספק שמילת המפתח היא - תקשורת.

חשוב שבני הזוג ידברו ויספרו זה לזה מה הם חשים וממה הם פוחדים. ישנם בני זוג המנסים לגונן זה על זה וללא שיחה יתכן שכל אחד יחשוב שבן הזוג השני אינו חושק בו למרות שבן הזוג השני בסך הכל מנסה לדאוג ולהגן עליו ושניהם רוצים בעצם באותו הדבר. כמו כן ניתן לשנות ולגוון את הרגלי המין לפי הצרכים והמגבלות של שלבי ההריון השונים ולשנות את התנוחות כך שלא יגרם לחץ חזק על בטן האשה ומצד שני שלא כל כובד משקלה יפול על הגבר. מין אין פרושו תמיד חדירה של איבר מין גברי לאיבר מין נשי. מה שקרוי בלשון העם משחק מקדים הוא בעצם חלק מיחסי המין ואותו

ניתן לפתח בהריון לפי הטעם האישי ולזכור שינויים חדשים אלו גם לאחריו.

מה מותר ומה אסור לעשות בהריון ?

ככלל – כל זמן שההריון תקין אין מניעה מיחסי מין, בתנאי שהם מבוצעים על פי רצון והנאת שני בני הזוג. רק במקרים בהם ישנם סבוכי הריון כגון דמום, כאבי בטן, זיהום, צירים מוקדמים, שלית פתח או ירידת מים - אסור לקיים יחסי מין. במקרים גבוליים כגון הרגשת לחצים או בעיות שונות בהריונות קודמים כדאי תמיד להיוועץ ברופא הנשים. במידה ויש חשש למחלת מין מדבקת אצל הגבר - נחוץ (גם לא בהריון) להשתמש בקונדום.

בהריון תקין אין סכון להגיע לאורגזמה, אין צורך רפואי להמנע ממין אוראלי ואין הגבלה בתדירות יחסי המין, בתנאי שלא יעייפו את האשה מבחינה פיזית.

יש לזכור שהעובר נמצא מוגן במספר שכבות רב – דופן הבטן, הרחם, שק מי-השפיר ומי-השפיר עצמם המשמשים כבולם זעזועים כך שאין סכוי לפגוע בעובר בזמן קיום יחסי מין מקובלים.

לסיכום

ההריון הוא אחת התקופות המקרבות ביותר בין בני זוג מבחינה זוגית ויכול להיות כך גם מבחינה מינית. רצוי לזכור זאת ולנצל זאת במשך תשעת החודשים המקדימים את הלילות הארוכים והמעייפים של בכי התינוק המיוחל.