

Zablude i istine o začeću i plodnosti

Odlučili ste se za dijete ili već neko vrijeme pokušavate? Slušate savjete prijateljica i sami aktivno tražite podatke o začeću i trudnoći? Puno je izvora informacija koji vas mogu dodatno zbuniti. Neki od podataka su puki mitovi o kojima puno ne razmišljamo, ali koji su ipak prisutni i mogu zbuniti žene koje žele začeti

Tim stručnjaka vodećeg britanskog brenda za trudnoću i plodnost Clearblue donosi znanstveno utemeljene podatke o začeću i plodnosti.

(X) MIT: Moguće je zatrudnjeti bilo kad tijekom mjesečnog ciklusa.

(✓) ISTINA: Kako biste zatrudnjeli potrebno je imati spolni odnos prije i tijekom dana ovulacije. Najplodniji dani su dva do tri dana prije ovulacije i na sam dan ovulacije.

(X) MIT: Menstrualni ciklus traje 28 dana i svaka žena ima ovulaciju 14. dan ciklusa.

(✓) ISTINA: Prosječni menstrualni ciklus traje 28 dana, no svaka žena je posebna i čak kod polovice ciklus varira sedam dana ili više. S obzirom na različite cikluse različiti su i dani ovulacije pa može biti dosta teško utvrditi plodne dane.

(X) MIT: Mjerenjem tjelesne temperature možete lako zatrudnjeti.

(✓) ISTINA: Mjerenje tjelesne temperature nije poželjno ako želite ostati trudni. Ženina tjelesna temperatura raste tek nakon ovulacije kada je već prekasno za oplodivanje jajne stanice u tom menstrualnom ciklusu.

(X) MIT: Nikada nisam koristila hormonalnu metodu kontracepcije pa bih brzo mogla začeti.

(✓) ISTINA: Samo zato što vaši hormoni nisu bili pod utjecajem hormonalnih kontraceptiva ne znači da ste u prednosti. Vaše tijelo možda može bolje samo regulirati hormone, no na plodnost utječu i brojni drugi faktori, a ne samo kontraceptivi.

(X) MIT: Prvo dijete sam začela lako, tako da sa sljedećom trudnoćom ne bi trebalo biti problema.

(✓) ISTINA: Nema sigurnog dokaza za ovu tvrdnju. Bit ćete stariji, imat ćete manje

vremena za spontani spolni odnos, a možda ćete imati i drugog partnera. Ako imate manje od 35 godina i pokušavate zatrudnjeti više od godine dana, razgovarajte s liječnikom (šest mjeseci ako imate više od 35 godina).

(X) MIT: Možete zatrudnjeti tijekom menstruacije.

(✓) ISTINA: Ako imate jako kratak menstrualni ciklus i krvarenje tijekom više dana na početku ciklusa, moguće je da ćete biti na početku podnih dana prije nego što je krvarenje prestalo.

Stručnjaci također ukazuju da je normalo osjećati da je spolni odnos postao mehanički tijekom pokušaja začeća. Ovaj je osjećaj nešto što iskuse mnogi parovi, što ne znači da nešto nije u redu u njihovom odnosu, napominju Clearblue stručnjaci.

Revolucionarni testovi za trudnoću Clearblue vodećeg britanskog brenda za trudnoću i plodnost, od sada su dostupni i izvan ljekarni. Nedavno su stigli na police dm-a diljem Hrvatske. Clearblue je digitalni test vrhunski precizan i 99 posto pouzdan, a njegova jedinstvena prednost je dodatni indikator za začeće koji pokazuje približan datum začeća.