«العلاقة الحميمة» مهمة للمرأة الحامل

يشاع كثيراً أنّ الحامل غير مستعدة لممارسة العلاقة الحميمة مع زوجها، ذلك أنها لا تكون مستعدة نفسياً بسبب قلقها على جنينها، وبعض الأطباء يقولون إنّ ذلك يضر بالجنين، فما حقيقة الأمر؟

أكّد خبراء برازيليون متخصصون بصحة المرأة، أنّ المعاشرة الحميمة تعتبر في غاية الأهمية بالنسبة للمرأة الحامل، على عكس ما تعتقده الكثير من النساء، وحتى الرجال، فالعلاقة تساهم في تحسين الحالة الفيزيولوجية والنفسية لها، وعلّق الخبراء: "الحمل هو فترة انتقالية من الناحية الجسدية والنفسية".

رغبة:

حسب رأي الخبراء، أنّ المرأة الحامل، تشعر بالحاجة لممارسة المعاشرة الحميمة، مع زوجها أكثر مما كانت عليه قبل الحمل؛ لأنّ هذه الحالة بالنسبة لها تعتبر أكثر أماناً، من حيثُ إنها لن تخاف من الحمل طالما أنها حامل، علّق الخبراء: "هذه الحقيقة تساهم في زيادة رغبتها في ممارسة العلاقة، بعد مرور 3 أشهر على الحمل".

شكوك:

إنّ ابتعاد بعض الأزواج عن ممارسة المعاشرة الحميمة مع الزوجة الحامل يؤدي إلى بروز عدة شكوك عندها، ويجعلها تتساءل حول الأسباب التي تجعل زوجها يحجم، أو يقلل كثيراً من الممارسة معها، ومن شكوك المرأة:

1- هل هو على علاقة بامرأة أخرى في هذه الفترة؟

2- هل شكلي مريب إلى هذه الدرجة ولم أعد أعجبه؟

3- هل انكمش عندما رآني البارحة في حالة غثيان؟

4- هل يفكر بمصاريف الولادة؟

5- هل يعتقد أنّه لن يكون أباً ناجحاً؟

6- هل هو متضايق؛ لأنّ أمي ستقيم معنا في البيت؟

أسئلة كثيرة تدور في ذهن الحامل، بينما الزوج يعتقد أنّ الممارسة الحميمة معها تشكل خطراً على الجنين، ولكن ذلك غير صحيح على الإطلاق!

نصيحة للحامل:

- راجعي طبيب الأمراض النسائية لإزالة الشكوك حول وضعيات الممارسة الصحيحة بالنسبة لك؛ حتى لا يتم إيذاء الجنين.
- اعلمي أنّ ممارستك للعلاقة الحميمة ستسهل من عملية الولادة.

للزوج:

- لا تنسَ أنّ ممارستك العلاقة مع زوجتك الحامل هي دليل حب أو بالأحرى هي تصريح بحب حقيقي لها.
- زوجتك تمر بتغييرات فيزيولوجية؛ لذلك لا ترفع درجة الشكوى لديك. اهتم بمظهرها وبمظهر جسدها فقط، دون التفكير بالناحية النفسية.
- اعلم أنّ أسوأ ما يمكن أن تشعر به المرأة الحامل هو معرفتها أنك ابتعدت عنها حميمياً بسبب التغيرات التي طرأت على جسدها.