

Полезьа беременности на организм женщины

ИЗВЕСТНЫЕ МИФЫ:

- Беременные испытывают сильный токсикоз
- Беременные "глупеют"
- Беременной надо "есть за двоих"
- Роды – это всегда очень больно
- После рождения ребенка начинается послеродовая депрессия
- После родов грудь "отвисает"

ЧТО ПРОИСХОДИТ С ОРГАНИЗМОМ?

- Изменяется гормональный фон у молодой мамы, что избавляет от многих гинекологических заболеваний после беременности. Беременность – интенсивный активатор женского иммунитета. Появление малыша держит тело в тонусе и мобилизует скрытые резервы организма.

КАК МЕНЯЕТСЯ ПОВЕДЕНИЕ?

С наступлением беременности будущая мама больше обращает внимание на свое здоровье, малыше. Она старается больше отдыхать, гулять на свежем воздухе, соблюдать режим дня и питания. Все это позитивно отражается на состоянии ее здоровья и внешнем виде. Как правило, будущая мама избавляется от вредных привычек, если таковые имелись до беременности. Такой отказ тоже положительно влияет на весь организм.

Недаром говорится, что беременность омолаживает женщину. Хорионический гонадотропин способствует обновлению клеток, повышает концентрацию гормонов щитовидной железы, ускоряет обмен веществ. Если у женщины нет проблем со здоровьем, она словно расцветает: цвет кожи становится ярче, исчезают мелкие недостатки, разглаживаются морщинки.

Все гормоны, которые образуются в организме женщины, способствуют мобилизации защитных сил организма. Доказано: женщины, имеющие хотя бы одного ребёнка, живут на несколько лет дольше своих нерожавших сверстниц. Кроме того, в их организмах происходят следующие изменения:

- улучшение памяти и восприятия новой информации;
- поддержание высокой активности и отличной координации движений;
- увеличение некоторых долей головного мозга, спровоцированное избытком гормонов;
- повышение активности эндокринной системы и нормализация обмена веществ.

Также есть некоторые заболевания и состояния, на которые беременность может оказать положительный эффект: например, мигрень, эндометриоз, псориаз.

Некоторые исследования продемонстрировали связь доношенной беременности со снижением риска рака яичников и эндометрия. Также женщины, родившие до двадцатипяти лет и кормившие грудью двоих или троих детей, меньше подвержены раку молочной железы.

Большинство девушек, страдающих болезненными месячными, после беременности и родов смогут вздохнуть спокойно. Чаще всего болезненные спазмы уходят в забвение. Это связано с изменением гормонального фона у молодой мамы.

Можно посетить курсы и школы для будущих родителей. На этом мероприятии есть возможность завести новые знакомства с людьми, которые разделяют общие интересы, что впоследствии может стать крепкой дружбой или, возможно, перерасти в деловые отношения.

Налаживаются замечательные отношения с близкими людьми, в особенности с супругом. Сами отношения становятся намного теплее и нежнее.

Повышается сексуальность – доказанный факт! Это связано с повышенной эмоциональностью и чувствительностью эрогенных зон. Кроме того, женщина узнает о своем теле много нового, что также положительно влияет на ее раскрепощенность и желание.

"Угроза инсульта у многодетных матерей снижается на 50%. Многодетная мама застрахована от онкологических заболеваний молочной железы, матки и яичников»

А самое главное, у вас будет маленький человечек, которого вы будете любить всю жизнь. Он сплотит вашу семью и будет для вас источником радости.