

ANTYKONCEPCJA I CIAŻA

Które czynności seksualne mogą prowadzić do ciąży, a które nie?

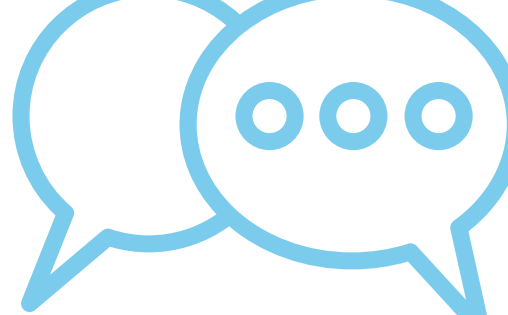
SŁOWA KLUCZOWE 

ciąża | akty seksualne | antykoncepcja | dni płodne



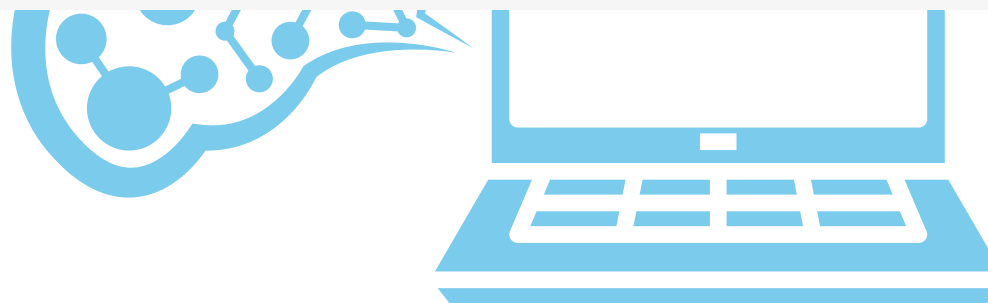
Zanurzymy się nieco głębiej w świat aktywności seksualnej i ryzyka ciąży. Zrozumienie, które czynności seksualne mogą, a które nie mogą prowadzić do ciąży, ma kluczowe znaczenie dla poczucia pewności i świadomych wyborów.

Jeśli chodzi o ciążę, **czynnikiem numer jeden, który do niej prowadzi, jest stosunek dopochwowy**, zwykle podczas wytrysku przy seksie **bez zabezpieczenia** lub podczas stosowania metody **stosunku przerywanego**. Metoda ta polega na tym, że partner wyjmuje penisa z pochwy partnerki przed wytryskiem.



- Ciąża może się pojawić, ponieważ plemniki są uwalniane podczas wytrysku, a następnie pozostają w ciele kobiety przez kilka dni, szukając możliwości zapłodnienia komórki jajowej. Gdy plemniki i jajeczko spotkają się, ciąża jest bardzo prawdopodobna.
- Jednak **plemniki mogą pojawić się w ciele, nawet jeśli wytrysk nie nastąpił podczas stosunku**. Dzieje się tak, ponieważ płyn preejakulacyjny jest wytwarzany przez penisa podczas podniecenia. To niewielka ilość płynu, który może zawierać śladowe ilości plemników, nawet jeśli penis został dokładnie umyty przed seksem i/lub przepłynął przez niego mocz. Tak więc stosunek przerywany podczas seksu dopochwowego nadal wiąże się z ryzykiem ciąży.

Mamy jednak dobrą wiadomość: **nie każda aktywność seksualna wiąże się z ryzykiem ciąży**. Akty takie jak seks oralny, seks analny, pocałunki i masturbacja (indywidualna i wzajemna) nie niosą ze sobą ryzyka ciąży - pamiętaj tylko, aby umyć ręce przed penetracją. Nawet jeśli te czynności nie doprowadzą do ciąży, nadal mogą wiązać się z **ryzykiem infekcji przenoszonych drogą płciową**, więc używanie prezerwatyw jest najlepszą ochroną przed nimi.



Możliwość zajścia w ciążę zależy również od czasu. Słyszałaś kiedyś o cyklu menstruacyjnym? To jak kalendarz Matki Natury dla układu rozrodczego. Czas, w którym młode kobiety mają największe szanse na zajście w ciążę, przypada na **okres płodny**, który dla wielu z nich wynosi 6 dni. Dlatego też pary, które chcą mieć dzieci, planują aktywność seksualną właśnie w tym okresie. Jeśli jednak myślisz, że uprawianie seksu poza tym czasem oznacza, że nie jesteś już zagrożona ciążą - pomyśl jeszcze raz. Szanse na ciążę są mniejsze, ale nadal możliwe, zwłaszcza jeśli uprawiasz seks bez zabezpieczenia.

Ale jest jedna rzecz: nawet z całą tą wiedzą, **czasami zdarzają się wypadki**. Nieplanowana ciąża może nadal wystąpić z powodu takich czynników, jak nieregularne cykle miesięczne lub niedokładne przewidywanie okresu płodnego. Dlatego tak ważne jest, aby za każdym razem stosować niezawodne metody antykoncepcji i porozmawiać z lekarzem w celu uzyskania wskazówek.

Zrozumienie tajników ryzyka ciąży podczas różnych aktywności seksualnych daje Ci kontrolę nad własnym ciałem i przyszłością. Bądź doinformowana, bądź bezpieczna!

**ANTYKONCEPCJA
I CIĄŻA**

