

detkityumen.ru

## Сына заказывали?

Существует множество советов, как спланировать пол будущего малыша, как зачать мальчика или девочку. Насколько это реально, рассказывают специалисты.

- Ну вот, жена дочку родила, а я сына хотел, - жалуется мужчина. А ведь за пол будущего ребенка несет **ответственность именно муж!** То есть не он лично, а его сперматозоиды. В них заложена программа X (девочка) или Y (мальчик). Женская же яйцеклетка обладает только X-программой. Следовательно, именно от мужского "вклада" зависит пол будущего ребенка.

Способ № 1 - временной

- Единственный более или менее научный метод зачатия ребенка нужного пола зависит **от овуляции**, - говорит гинеколог Александр ЗАХАРОВ. - Смысл в том, что более юркие и шустрые, но менее выносливые "мужские" Y-сперматозоиды могут быстрее "женских" x-сперматозоидов добраться до яйцеклетки. А вот "женские", напротив - вальяжные и неспешные, но гораздо более выносливые. Поэтому могут дождаться овуляции и оплодотворить яйцеклетку в то время, как "мужские" к этому времени уже погибают.

В среднем яйцеклетка сохраняет **возможность оплодотворения 36 часов**. Исходя из этого, можно попытаться "высчитать" пол будущего ребенка. Возьмем стандартный 14-й день от начала месячных.

Итак, если вы хотите мальчика:

- Постарайтесь воздерживаться от секса три-четыре дня до момента зачатия. Это повысит концентрацию и подвижность сперматозоидов.

- Зачатие должно проходить непосредственно во время овуляции. То есть строго на 14-й день. Или максимум за день до него.

Если хотите девочку:

- Займитесь сексом за 2-3 дня до овуляции. Позже - ни-ни. Терпеливые и живучие "женские" сперматозоиды дождутся своего часа и оплодотворят яйцеклетку.

### Как определить день овуляции

При регулярном менструальном цикле овуляция обычно происходит на **12-17 дни цикла** (начало цикла - первый день менструации).

- Основной, но далеко не самый точный метод - **календарный**. Например, если цикл - 28 дней, то овуляция произойдет на 14-й день от начала предыдущих месячных. Но если цикл нерегулярный, этот способ не годится.

- **Температурный** метод. Можно измерять по утрам температуру в анусе. Увеличение утренней температуры на 0,2 градуса в середине цикла, как правило, указывает на овуляцию. Но и этот метод не слишком достоверен.

- **Гормональный** метод. Продаются специальные тест-полоски. Похожи на те, которые определяют беременность. И способ действия похожий. Они определяют уровень в моче лютеинизирующего гормона. Тем самым подсказывая день овуляции (5 полосок - от 300 рублей).

- **Ультразвуковой мониторинг.** Довольно дорогой и затратный по времени способ. Но зато самый достоверный. Ближе к середине менструального цикла женщина должна регулярно проходить ультразвуковое исследование. Если величина фолликула в яичнике достигла 2 сантиметра, значит, в ближайшие двое суток произойдет овуляция (один сеанс – от 400 рублей. Сделать нужно от трех до пяти ультразвуков в месяц).

#### Способ №2 - количественный

Британские врачи утверждают - чем дольше не получается забеременеть, тем вероятнее, что **родится мальчик**. Выводы они сделали, собрав информацию о 5000 рожениц. 58 процентов женщин, которым на зачатие потребовалось больше 12 месяцев, родили именно мальчиков. Каждый последующий год, проведенный в попытках зачать ребенка, увеличивает еще на 4 процента возможность рождения именно мальчика.

Российский врач-сексолог Юрий Жарков утверждает, что чем **большее влечение пары испытывают друг к другу**, чем чаще они занимаются сексом, тем больше **возможность рождения мальчика**. Если ритм половой жизни хромает, страсть сходит на нет, то зачать девочку - более вероятно.

- Дорогая, надеюсь получилась девочка, ведь ты ела так много шоколада!

#### </p><p> Способ №3 - питательный

Французы в своих исследованиях влияния еды на будущих матерей вывели интересную закономерность. Если в пище будущей мамочки будет много **кальция**, то в **70-80 процентах рождается девочка**. И чем ниже кальций - тем вероятней зачатие мальчика.

#### Питание для зачатия девочки:

- кофе, чай, шоколад, минеральные воды с кальцием;
- мясо - любое свежее, но не колбасы-ветчины;
- рыбу - только свежеприготовленную, никак не в консервах, копченую, сушеную;
- молоко и творог, но не сыр;
- все овощи, кроме картошки, капусты всех видов, сырых помидор;
- фрукты - яблоки, груши, клубника, персики, ананасы (все, кроме сливы, бананов, апельсинов, смородины, дыни)

Ограничьте соль и вообще все копченое, маринованное и консервированное.

#### Для зачатия мальчика:

- чай, кофе, пиво, фруктовые соки (кроме молока);
- мясо - любое, включая колбасу, ветчину, солонину, буженину и прочие прелести колбасной индустрии;
- рыба - любая (кроме креветок и крабов);
- больше картошки, грибов, фасоли (кроме зеленого салата, сырой капусты, укропа);
- фрукты - все, особенно бананы, финики, абрикосы, апельсины;
- соли должно быть больше. Как и консервов, пряностей, копченостей.

Ограничить хлеб, блины, вафли и другие изделия на молоке.

### Комментарий диетолога

- Эта методика очень спорная, - считает диетолог Евгения Лесковец. – Я слышала о другом наборе продуктов и также исследования были подтверждены определенными цифрами. Конечно, такая диета здоровью, в принципе, не повредит. Но при условии, что она будет соблюдаться не более двух-трех месяцев до зачатия. После зачатия толку от нее уже не будет. Можно предположить, что употребление слабо или сильно соленой пищи может менять химический состав влагалища, тем самым способствуя выживанию определенного типа сперматозоидов. Но научно это не доказано.

### Способ №4 - народный

- Из серии народных поверий. Если вы забеременели **в ноябре-январе** с большей вероятностью родится **мальчик**. Если же зачатие случилось с **мая по июль** - **девочка**.

- Большинство мамочек на форумах в своих интимных признаниях утверждают - если во время зачатия они испытывали оргазм, доверие к партнеру, то рождалась девочка. Если же эти чувства были снижены, а удовольствие - ниже среднего, то рождался мальчик.

Автор Анна КУКАРЦЕВА, по материалам сайта [Комсомольская правда. Тюмень](#)

Адрес на сайте «Детки!» [detkityumen.ru/biblio/category133/386/](http://detkityumen.ru/biblio/category133/386/)