

# Оторвись на красный



Ольга Солнцева

Его пылкое дыхание обжигает твои щеки, губы шепчут что-то бессовестно-нежное, сильные руки сжимают все крепче и уже готовы сорвать с тебя одежду! И тут вместо: «О да, я вся твоя!» – ты вдруг, извиняясь, мямлишь: «Мне... нельзя». И дело, конечно, не в том, что мама не разрешает.



## ДНИ, НА КОТОРЫХ СТАВЯТ КРЕСТ

Женщины знают, что «красный день календаря» – далеко не всегда праздник. Еще в школе на лекции для девочек-подростков нам рекомендовали завести календарик и отмечать в нем критические дни крестиком, дабы контролировать свой цикл. И только когда пришла первая менструация, многим открылся скрытый смысл сего ритуала: эти дни действительно можно вычеркнуть из жизни.

Конечно, проходят они у нас, прекрасных, с разной степенью «критичности». Для одних это ежемесячная мучительная болезнь (живот режет, голова раскалывается, поясница ноет и т.д.), для других – всего два-три дня небольшого дискомфорта. Но в любом случае, как полнолуние для оборотня, менструация не проходит незаметно ни для одной из нас. Обаяшка может превратиться в бешеную фурию, хохотушка – в царевну

Несмеяну, любительница диетических хлебцев – в пожирательницу пирожных. А кого-то дико пробивает на секс.

## «КАК МОЖНО?!»

**Мы:** «Можно, если очень хочется!»

Большинство женщин секса в критические дни избегают. Причина зачастую не только в физическом дискомфорте, но и в том, что наступает апатия и просто не хочется.

Хотя установлено, что во время менструации женщины, как правило, испытывают оргазм острее. В этот период к половым органам приливает кровь, влагалище становится более узким, немного распухшим и очень хорошо увлажненным – все условия для отличного секса.

Половой акт во время менструации зачастую способствует тому, что срок ее сокращается, а боли отступают. Но! Если у женщины обильные

выделения или она испытывает боли в нижней части живота, в области яичников, то лучше воздержаться от занятий сексом.

**Они: «Можно и нужно!»**

С менструацией мужчины связывают много мифов, например считают критические дни «безопасными». Некоторых это заблуждение сделало счастливыми отцами (см. ниже). Но вообще у мужчин все тоже весьма индивидуально: многое зависит от силы возбуждения, ну и от степени «брезгливости», так сказать.

**Гинекологи: «Можно, если осторожно...»**

Специалисты высказываются как «за», так и «против». Организм женщины становится более уязвимым (шейка матки приоткрывается), и возрастает опасность подхватить различные заболевания. Мужчина тоже рискует, ведь кровь – благодатная среда для размножения болезнетворных бактерий. Выход простой: пользуйтесь презервативом.

Но опасны не только инфекции: у женщин обратный поток менструальной крови через маточные трубы в таз, возникающий во время полового акта, может привести к развитию эндометриоза – разрастанию слизистой оболочки матки, чаще всего именно в область таза. Симптомы включают тазовую боль, тяжелые менструальные боли (дисменорея), боль во время полового акта. При отсутствии лечения эндометриоз может привести к бесплодию.

**БЫТУЕТ МНЕНИЕ...**

**«Забеременеть во время месячных невозможно».**

Не совсем так. В первые два дня менструации, когда выделений много, сперматозоидам в таких условиях выжить весьма непросто. Возможность появится в последние дни цикла. И нужно помнить, что выживаемость сперматозоидов в половых путях женщины довольно высока – до 7 дней.

Сдвиг же овуляции в первые дни цикла может произойти по разным причинам: прием антибиотиков, простуда, несбалансированное питание, смена часовых поясов, климата и т.п. Вывод прост: во время месячных не стоит пренебрегать контрацепцией.

**«Анальный секс снижает риск возникновения инфекции».**

Неверно! Влагалище и анус расположены очень близко, бактерии перемещаются с одной интимной зоны в другую, поэтому риск переноса инфекции во влагалище при анальном сексе всегда очень высок.

Как бы то ни было, секс во время менструации – дело не совсем обыденное. Поэтому смело отдавайтесь чувствам, но будьте бдительны! ❌

**ЧТОБЫ НЕ БЫЛО ПОМЕХ  
ДЛЯ ЛЮБОВНЫХ УТЕХ**

**Безопасность:**

- старайтесь избегать занятий сексом в дни обильного кровотечения;
- обязательно используйте презерватив, чтобы избежать инфекций;
- выбирайте позы с неглубоким проникновением, предпочтительна классическая – мужчина сверху.

**Гигиена:**

- любовные мероприятия в столь специфические дни желательно организовать в ванной или в душевой кабине (только не нужно погружаться в воду, потому что женщины – не русалки и в случае подводного секса рискуют заработать массу гинекологических проблем);
- если любовь настигла вас все-таки в постели, то вместо шелкового белья постелите специальную впитывающую простыню или пеленку (продаются в аптеках поштучно); но душ принять все равно необходимо и до, и после.

**Эстетика:**

- если мужчина слишком мнительный, не имеет склонности к садомазохизму и его не вдохновляет вид крови, проявите фантазию! Можно создать интимную обстановку: выключить свет и зажечь свечи. В полумраке никакой крови он не разглядит – сплошная романтика.

