

夫妻坦誠

懷孕性生活 更美滿

對於丈夫性的需求，孕婦既要面對身心的轉變，已然感到不安，又怕性行為會影響胎兒，有時實在不知如何是好。「坦誠」是夫妻相處之間非常重要的一環，只要雙方互相配合，二人仍能共度浪漫親熱的時間。

互相尊重對方感受

丈夫在漫長的十個月，對太太有性需求很正常。不過丈夫須顧及到，太太在懷孕期間身體上會出現不適，加上心理上的轉變，或會減低性的興趣，所以體貼的丈夫，需細心留意太太的生理及心理質素，如要性交動作上需作出配合。如一方對性生活感到不滿，應坦誠相待，說出自己的感受，並作出協調，讓夫婦倆一同度過快樂的懷孕期。

身心影響孕婦性趣

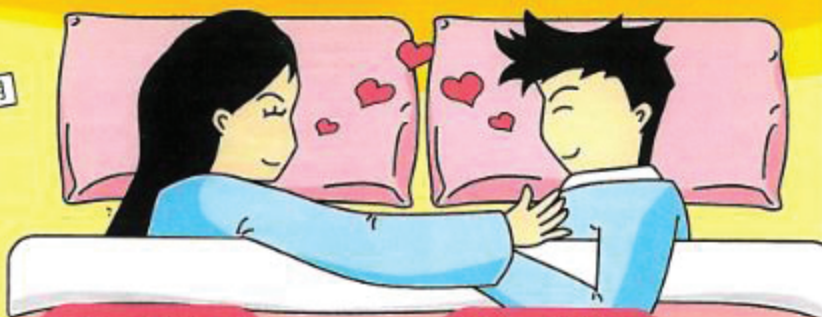
懷孕期主要分為三個階段，雖未有科學證據斷定孕婦在哪段時期性需求會增加或減少，但基於荷爾蒙及心理因素的轉變，孕婦對性需求的態度都會有所影響：

第一階段

懷孕1至3個月

身心不穩，不太適宜性行為

懷孕初期孕婦嘔心等妊娠反應較嚴重，容易感到疲倦，未必有精力進行性行為；加上準媽媽要適應體內懷有小生命的巨大轉變，情緒容易變得緊張、憂慮，情緒不穩定，未必有心進行性行為，丈夫必須體諒。



第二階段

懷孕4至7個月

身心較穩定，性交動作要溫柔

此段時期又稱為「蜜月期」，胎兒的發育開始穩定，妊娠反應亦比初期減少，情緒較穩定，不太激烈的陰道交一般都沒問題。孕婦此時乳房開始脹大，被壓著會感到不適，丈夫要小心避就。

第三階段

懷孕8個月至分娩

活動不便，必須姿勢相就

孕婦肚子已相當大，日常活動已有一定的困難，身體的不便或會影響性的興趣。如此時期要進行陰道交，雙方姿勢必須避就，最好以側臥或後入方式，而且不能太深入，避免撞到子宮，影響胎兒，丈夫緊記不要壓到太太的肚子。

以愛為基礎

夫妻間進行性行為應以愛為基礎，必須得到對方的同意，如孕婦不想性交，可以擁抱、親熱、口交代替，丈夫也要時刻體諒太太的感受。

產前檢查 測性交可能

產前檢查大概可知道孕婦能否在懷孕期間進行性行為，如有以下情況，醫生就不建議懷孕時性交，若不清楚自己是否適合進行性行為，建議先請教醫生：

- ▶ 胎盤前置
- ▶ 之前曾小產
- ▶ 宮頸有息肉
- ▶ 宮頸開始鬆開

如性交時出現肚痛、流血甚至穿羊水的情況，必須立即停止並尋求醫生協助。

性交後小便沖走細菌

進行陰道交或會令細菌留在陰道內，令陰道受到感染之餘，細菌可經陰道帶入膀胱，令胎兒受到感染。醫生建議孕婦在陰道交後即去小便，可將陰道內的細菌沖走，不過在正常情況下，胎兒有胎膜保護，而且孕婦宮頸收緊，胎兒不容易被細菌感染。



香港浸信會醫院駐院婦產科顧問醫生
黃凝醫生
懷孕期間毋須刻意減少性生活，大前提是必須在雙方都情願的情況下進行性行為。孕婦在懷孕不同時期，心理及生理因素都會影響性的興趣，丈夫需體諒太太的感受。

不怕尷尬請教醫生

中國人的性觀念較保守，即使在這方面出現問題，也未必會向醫生或專業人士請教。醫生建議各位孕婦，如在性生活上與丈夫有不協調的地方，應盡早提出，免影響夫妻間的感情。

揀選可靠用品

比起平日，懷孕時性交更注重衛生問題，使用安全套是防菌的好方法。在揀選安全套、潤滑劑等用品時，使用可靠的牌子更保障，因用品會直接接觸體內，一旦沾有細菌，陰道易受感染。做足安全措施，就不怕有性病，也不會影響胎兒。

Baby



小便痛楚或發炎

如去小便時感到痛楚，有機會是小便發炎的徵狀，小便發炎會令早產的機會增加，此時期及早求診。

話妳知

懷孕期間原來可以再懷孕！最近美國出現這種極度罕見的異期懷孕(superfetation)情況，即孕婦在懷孕期間因進行性行為，卵子再度受孕，造成懷中有一雙懷孕時間不一的胎兒。醫生指全球只有僅十宗記錄，由於出現機會微乎其微，故孕婦進行性行為時沒有需要因此而避孕，如有擔心，建議使用安全套。