

أعزائي الشباب.. هل تعلمون أن الحمل يمكن أن يحدث فقط خلال أيام معدودة من الشهر؟ وأن العلاقة بين الزوجين لا يمكن أن تسفر عن حمل، إلا في خلال هذه الأيام.. هذه الفترة تُعرف بـ "فترة الخصوبة الشهرية" أو "أيام الخصوبة". دعونا نعرف ما يحدث من الناحية الطبية الفسيولوجية حتى نفهم أكثر ما هي "فترة الخصوبة الشهرية".

خصوبة الزوجين هي قدرة الزوجين على الإنجاب.. أي اتحاد حيوان منوي من الأب مع بويضة ناضجة من الأم، لتكوين جنين.

وإفراز الرجل للحيوانات المنوية غير محدد بوقت معين.. أي أن للرجل المقدرة على إفراز حيوانات منوية نشيطة قادرة على إخصاب البويضة في أي يوم وأي وقت بدءاً من مرحلة البلوغ.. ويظل الحيوان المنوي نشيطاً وقادراً على إخصاب البويضة حوالي 72 ساعة أي ثلاثة أيام.. أما المرأة فتنتج بويضة واحدة شهرياً.

أي أن المبيض يأخذ شهراً كاملاً لإنتاج بويضة ناضجة قابلة للإخصاب. وخروج هذه البويضة من المبيض يُعرف بـ "المتبويض"، وتفرز المرأة بويضة شهرياً ابتداءً من مرحلة البلوغ، وحتى مرحلة توقف الدورة عند حوالي سن 45-50 سنة.

مع بداية الدورة الشهرية.. يبدأ نمو البويضات في المبيض.. ولكن بويضة واحدة هي التي تصل إلى مرحلة النمو الكامل وتقترب من سطح المبيض، ثم تخرج من المبيض بما يُعرف بـ "المتبويض"، وتلتقطها قناة فالوب.. وتظل هذه البويضة حية وقابلة للإخصاب حوالي 24-36 ساعة.. فإذا لم تلتق بحيوان منوي خلال هذه الفترة، فإنها تموت ويمتصها الجسم.. ولا تستطيع المرأة أن تحمل حتى تمام نضج بويضة جديدة.. وهو ما يأخذ دورة كاملة نحو شهر تقريباً.

* تحديد فترة الخصوبة:

ويستطيع كل زوجين أن يحددوا بالتقريب موعد التبويض.. فالفترة من المتبويض حتى حدوث الدورة التالية دائماً ثابت (14 يوماً).. فإذا كانت الدورة الشهرية 28 يوماً (كما هو الحال في غالبية السيدات)، يكون المتبويض في منتصف الدورة الشهرية.. أي في اليوم الرابع عشر، بدءاً من أول يوم للدورة.. أما السيدة التي تكون دورتها الشهرية كل 22 يوماً.. فيحدث المتبويض قبل الدورة التالية بأربعة عشر يوماً أي في اليوم الثامن بدءاً من أول يوم للدورة.. كذلك السيدة التي تكون دورتها الشهرية كل 35 يوماً.. يحدث المتبويض قبل الدورة التالية بأربعة عشر يوماً أي في اليوم الحادي والعشرين بدءاً من أول يوم للدورة.

إذا حدث اختلاف في مدة الدورة الشهرية.. أي إذا تأخرت أو تقدمت الدورة عن مواعدها الطبيعي، تظل الـ 14 يوماً بين المتبويض والدورة التالية ثابتة، والذي يختلف هو الفترة من بداية الدورة، وحتى المتبويض.

مما سبق نجد أن قدرة الزوجين على إحداث حمل، تقتصر على عدة أيام شهرياً، تصل إلى 4 أو 5 أيام حول موعد المتبويض. هذه الأيام هي حصيلة جمع عمر الحيوان المنوي (3 أيام)، أي إذا حدث جماع خلال الثلاثة أيام السابقة للمتبويض + عمر البويضة 24-36 ساعة (إذا حدث جماع خلال هذه الفترة بعد المتبويض). إذا لم يتقابل الحيوان المنوي مع البويضة في هذه الفترة فلا يحدث حمل، ولما يمكن حدوث حمل لمدة شهر آخر، حين تكون الزوجة في فترة الخصوبة الشهرية التالية.

* لا داعٍ للتعجل..

تعود أهمية معرفة الخصوبة الشهرية للزوجين لتفسير بعض الحالات، فكثيراً ما يقلق العروسان أو أهلهما، لأنه لم يحدث حمل خلال أشهر من الزواج.. وهذا شائع في مجتمعنا.. مما يُعرض الزوجين لضغوط من المحيطين بهما لعرض أنفسهما على طبيب. وإذا حدث هذا التدخل، فإنه يؤثر سلباً على طبيعة ونشاط الجهاز الإنجابي، مما قد يكون له أثر سيئ على الزوجين فيما بعد. ولكن معرفة فترة الخصوبة الشهرية، وأنها محدودة فقط بعدة أيام شهرياً.. تبث ثقة العروسين في نفسيهما، وتجعلهما أكثر قدرة على مقاومة الضغوط، وعدم الرضوخ لها.

ونصيحة لكل زوجين ألا يلجأ إلى الاستشارة الطبية للإسراع بحدوث حمل، قبل مرور سنة كاملة على حياة زوجية طبيعية، طالما أنهما يتمتعان بصحة جيدة، وبنظام الدورة الشهرية للزوجة.

كما أن معرفة "فترة الخصوبة الشهرية"، تساعد الزوجين على تجنب حدوث الحمل، إذا لم يكونا يرغبان فيه، وذلك بتجنب المعاشرة الزوجية خلال هذه الفترة، أو استخدام وسيلة لمنع الحمل في خلال هذه الفترة.. ولكن كما سبق أن ذكرنا، إن أي اختلاف في توقيت الدورة، يؤدي بالتالي إلى اختلاف موعد المتبويض، وبالتالي اختلاف فترة الخصوبة.. لذلك يجب ألا يعتمد الزوجان على هذه الوسيلة لمنع حدوث الحمل، ومن الأفضل استخدام وسيلة أخرى أكثر ضماناً وفعالية.

أيضاً معرفة "فترة الخصوبة الشهرية" تساعد الزوجين على الإسراع بحدوث حمل، فقد تستدعي ظروف العمل بقاء الزوج بعيداً عن منزل الزوجية لمدة أسبوعين شهرياً، فإذا تصادف أن يكون الزوج بعيداً عن زوجته خلال فترة الخصوبة.. انعدمت فرصة حدوث حمل. وقد لا يدرك الزوجان أنه لا يوجد أي مانع طبي، ويكفي فقط تغيير جدول العمل، والتأكيد على حدوث علاقة زوجية في فترة الخصوبة لحدوث حمل.

أعزائي الشباب، إنه لمن المهم جداً أن نعلم ونتعلم عن أنفسنا وعن أجسامنا كيف تعمل.. فذلك يساعدنا على التخطيط لحياتنا، واتخاذ قرارات سليمة تعود علينا وعلى أسرنا بالصحة والسعادة.

إذا أثار هذا الموضوع فكرك ارسِل لنا برأيك وبتعليقك

contact@callforall.net