

МАРИНА ВОВЧЕНКО
РОМАН МАСЛЕННИКОВ (РЕДАКТОР)

100 советов, как забеременеть.

Даже если ты мужик,
эта книга — для тебя!

A photograph of a woman and a young girl in a field of purple lavender. The woman is wearing a wide-brimmed white hat and a white dress, and she is hugging the girl from behind. The girl is also wearing a white dress and has a purple flower crown on her head. They are both looking down at each other. The background shows a soft, hazy landscape with mountains in the distance under a purple-tinged sky.

Зачётная
книга

Марина Вовченко
100 советов, как забеременеть.
Даже если ты мужик,
эта книга – для тебя

Текст предоставлен правообладателем
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=41828588

Аннотация

Эта книга для тех, кто – *хочет беременности, но она никак не настает*, – *боится забеременеть*, – *боится посмотреть в будущее*, – *боится продолжения рода*. Но за страхом скрывается желание: «Вроде бы хочу», – и много переживаний. Это относится и к мужчинам. Работать только с одной женщиной не всегда достаточно. Если это пара, надо работать с двумя. Я очень часто рекомендую мужчинам тоже хотя бы один-два раза посмотреть психологию именно на мужскую тему. Там рассказываю, почему из-за мужчины беременность не наступает у женщины. Она может просто какие-то вещи не знать, а эти подводные камни идут именно со стороны мужчины. Есть такие случаи тоже из практики.

Содержание

Для кого эта книга?	4
Коротко о себе	6
10 причин, почему не наступает беременность	11
Конец ознакомительного фрагмента.	14

Марина Вовченко

100 советов, как забеременеть. Даже если ты мужик, эта книга – для тебя

Для кого эта книга?

Эта книга для тех, кто

- хочет беременности, но она никак не настаёт,*
- боится забеременеть,*
- боится посмотреть в будущее,*
- боится продолжения рода.*

Но за страхом скрывается желание: «Вроде бы хочу», – и много переживаний. Это относится и к мужчинам. Работать только с одной женщиной не всегда достаточно. Если это пара, надо работать с двумя. Я очень часто рекомендую мужчинам тоже хотя бы один-два раза посмотреть психологию именно на мужскую тему. Там рассказываю, почему из-за мужчины беременность не наступает у женщины. Она может просто какие-то вещи не знать, а эти подводные камни

идут именно со стороны мужчины. Есть такие случаи тоже из практики.

Коротко о себе

Почему я решила написать эту книгу?

Очень многие женщины жалуются на то, что не могут забеременеть. Причём большинство причин – искусственные: раньше таких вопросов не стояло. Люди любили, занимались сексом, рожали. Самый глобальный вопрос – это беременность и дети. Но это и направление, где есть соблазн заработать много денег. Очень выгодная позиция для заработка у массы медиков, фармацевтика в том числе. Чем больше больных, тем выше заработок. Нехорошие мысли навязывают очень многим женщинам, и они себе ставят блоки на беременность.

Я прошла через всё это. У меня практический опыт работы: веду марафоны для беременных и уже знаю, с чем сталкиваются люди, что прорабатывают. И к тому же личный опыт: я мама троих детей. Мне тоже ставили запреты ещё с первой моей беременности, когда сказали: «У Вас, Марина, заболевание, поэтому предлагаем сделать аборт». Эта беременность была от моего мужчины, мы планировали ребёнка. У меня истерика, паника, шок, даже срыв: я и муж хотели этого ребёнка. Ночь проплакала...

Взяла себя в руки. Думаю, надо статистику навести. И пошла к другому доктору, который сказал: «Так это мелочи жизни, а не заболевание. У каждого человека есть эта инфекция. Просто, когда иммунитет падает у беременной женщины, она проявляется. Иммунитет упал – появилась, иммунитет хороший – пропадает». Я сделала вывод: существует некий обман среди врачей для заработка. Аборт делать дороже и выгоднее, чем вести беременность. Представляете, если за день несколько абортов? И чем больше проблем у женщин находят, тем больше прибыль. Так зарабатывают на якобы лечении, медикаментах, каких-то капельницах, непонятных инъекциях.

Когда я в первый раз столкнулась с этим рынком, реально была в шоке. У меня прекрасно протекала беременность, роды были без проблем. Хотя пугали, что будут делать кесарево из-за узкого таза.

Но пришёл опытный хирург, посмотрел на меня и сказал: «У тебя тонкие кости – сама родишь». Так и получилось. Да, было лёгкое смещение, и я два месяца хромала, но всё восстановилось. Женщины быстро восстанавливаются после родов. Оттуда идёт тоже опыт: сколько обмана среди врачей, несмотря на то, что они клятву давали.

Теперь самая страшная история. Сдали анализы на кровь: у мужа положительная, у меня отрицательная. И сразу нам: «Беременеть нельзя». К тому же у нас 25 лет разница в возрасте. Как врачи утверждали, большой риск родить нездорово-

вого ребёнка с уродствами. Столько преград: «болезнь», «отрицательная кровь», «большая разница в возрасте». Что делать? Идти на поводу у врачей и отказаться от продолжения рода с этим мужчиной? Или прислушаться к себе, к сердцу, что я и сделала. Это был очень хороший опыт здоровой беременности и здоровых родов. Несмотря на все запреты. Кстати, у моей мамы тоже отрицательный резус. У неё четверо детей, у меня – трое, у сестры – двое, у брата – четверо. Эта тема для меня родная.

У старшей сестры были спайки труб. У неё произошла одна внематочная беременность. Экстренно делали операцию: удалили одну трубу, вторая была спаянная. Врачи твердили: «Что Вы, что Вы.

Никогда не забеременеете. Только эко». Опять дорого. Каждое эко обходится очень больших денег. Сначала обследование – деньги, потом подсадка – деньги, затем вести эту беременность – деньги.

То, что женщине дано бесплатно, выходит в какие-то миллионы.

В то время я была беременной вторым ребёнком, сыном. Сестре и говорю: «Светочка, ты так сильно не отчаивайся. Я рожу – мы с мужем уже обговорили этот момент – годик отдохну и для тебя как суррогатная мама выношу ребёнка. Буду крёстной матерью». Я знала, что это отчаянный шаг. Но сестра родная, думаю, вопрос решим. У неё переключается сознание, и она через месяц беременеет естественным

путём: страх прошёл. Как так? Врачи: «Чудо».

Столько «чудес» происходит. А на самом деле это не чудеса. Это нормально – здоровый организм женщины. Несмотря на спайки, одну трубу и «Вы бесплодны». Она прекрасно выносила всю беременность. Ей сделали кесарево, потому что нельзя было самой рожать: до этого была операция. В итоге здоровый ребёнок, всё отлично, без проблем. Нужно было всего лишь вовремя сказать правильную фразу.

У моей близняшки тоже проблемы, с сердцем. Вот родила второго ребёнка. Беременность не наступала на протяжении нескольких лет. Однажды стала себя плохо чувствовать. Полное обследование показало, что не работает один сердечный клапан. Высокий пульс для неё – 120. Для беременных это катастрофа. Ей категорически запретили беременеть. Должны были кардиостимулятор ставить на сердце. А она тут узнаёт, что уже беременна. Врачи её – под наблюдение, разумеется, операцию отменили.

Прекрасно выходила всю беременность, лучше, чем первую. Первая с угрозами была, сестра лежала всё время. А вторую спокойно выносила, хорошо пережила кесарево. Почему пережила – потому что это опять наркоз, то есть эпидуральный (анестезия), спиной мозг. И что самое удивительное, во время всей беременности сердце ни разу не напомнило о себе. Родила, несмотря на заверения:

«Нельзя, всё плохо, не выносишь, это огромная нагрузка на сердце, умрёшь во время родов». А она всё равно не по-

слушала: «Раз беременна, всё, буду вынашивать».

Вот такие страшные истории врачи рассказывают. Но не бывает случайных врачебных промахов с тремя родными людьми. Это накрученные страхи и запреты. Врачи приводят массу причин в пользу отказа женщины от беременности. Для них это колоссальные деньги. Аборты делаются в большом количестве. Иногда ситуация действительно вынуждает сделать аборт. Но я против, когда это навязывается врачами. Или навязывается мысль о бесплодии:

«Вы бесплодны. Вот пройдёте лечение...» На самом деле женщина проходит некий психологический курс у врача. Ей что-то сделали, что-то сказали, какую-то таблетку дали – мозг получил сигнал, тело отреагировало. Всё – женщина беременна. Это психологические манипуляции, не более того.

У меня появилась идея создавать марафоны в интернете для тех, кто не может забеременеть. Это курс, где я целый месяц консультирую как психолог и как йога-тренер. Я работаю с телом и сознанием человека. Вопросы у нас не только в голове, очень много блоков в теле. Можно проработать голову, но эти блоки останутся недоработанными в теле. Мы же целое: разум, душа и тело. Если убрать один сегмент, мы уже не целое. Надо работать везде. С телом, душой и разумом. Безусловно.

Марина Вовченко

Психолог, блогер, фитнес-, йога-тренер.

10 причин, почему не наступает беременность

1. Страх перед будущим. Это значит, что вы не уверены в своём партнёре, в правильном выборе человека. Сомневающиеся женщины думают, что «вроде бы да, я его люблю». А в подсознании остаётся страх: «А если это не мой человек? А если он начнёт изменять? А если его мама меня не примет?» Страх перед будущим в отношениях ставит блок на беременность: «Я не могу забеременеть, потому что не уверена в нём». Это очень важный сегмент или даже платформа, основа беременности. На 70-80 % беременность зависит от того, есть ли у женщины фундамент в отношениях.

2. Отсутствие официальных отношений. Здесь появляются вопросы: «Если я забеременею, а он мне так и не предложит за него выйти замуж? Если я ему рожу, а он не женится, как тогда ребёнка запишу, чей он?» Мужчины этого не осознают и не предлагают решение. Их этому не учили, в нашей стране так завелось, много историй. Например, он не может расписаться из-за якобы договорённости, что не будут делить имущество, которое они должны получить. Или мужчина был женат и не предлагает поход в ЗАГС, чтобы правильно получить квартиру и выгодно разделить имущество. Причём женщина поддерживает мужчину, но в душе она не

согласна. Ей нужен штамп в паспорте как некая гарантия. Если её нет, появляется страх перед будущим. Так женщина искусственно ставит себе блок на беременность.

3. Испорченная фигура. Женщины сильно комплексуют: «А если я разжирею, он уйдёт или будет смотреть на другую, на худенькую, на стройненькую, на молодую? У меня будет пузо с растяжками, зачем я ему такая нужна». Они всё равно ещё опасаются, что «я «обаблюсь», стану толстой». Страх перед биологическим изменением тоже блокирует на беременность. А на самом деле его быть не должно, если гармонично питаться, следить за собой, правильно расти во время беременности. Тем более сейчас очень много хорошей литературы, даже в интернете.

Можно следить за питанием, заниматься спортом, йогой для беременных, где можно себя держать в форме.

4. Страх перед здоровой беременностью. Информации очень много идёт из телевизора, интернета. И женщины боятся забеременеть: «А что если во время беременности у меня вдруг будет воспаление? Что если у меня будет онкология? А если мне станет хуже? Я ж тоже не хочу умирать». И страх перед здоровой беременностью тоже может сослужить блоком на беременность. Есть много причин, как у Жанны Фриске, у которой во время беременности онкоклетки начали расти. Существует риск, что беременность может спровоцировать рост этих клеток у женщины с онковоспалением. Эти вопросы прорабатываются до зачатия. И не надо в себе

болезни вызывать искусственно. А мы их вызываем, потому что у нас есть страх перед ними. Голова – это компьютер, не нужно себя программировать на плохое.

5. Страх перед здоровыми родами. 2-3 страшных случая, которые разбежались по интернету, ставят блок 1000 женщинам. Они теперь боятся: «Если у меня что-то произойдёт во время родов, будет кровотечение, что я не выдержу и умру? Это же больно! А если там всё так разорвётся, что я не восстановлюсь?» Надо понимать, что есть некие последствия. Но жизнь – вообще смертельно опасная штука: её надо просто принимать. Фильмы даже такие бывает: женщина родила, умерла во время родов, остался ребёнок с несчастным отцом. Надуманный сценарий, правильная режиссёрская работа – и люди начинают в это верить. Обязательно на себя эту рубашку примерять: «А если такое со мной произойдёт?» Тут уже надо чётко давать себе отчёт: если в роду нет отклонений и были здоровые роды у бабушки, у мамы, так будет и у вас. Кстати, у нас не все девушки знают, как проходили роды у мамы. А знать важно: в 99 % случаев это передаётся женщинам по наследству. Но у вас, может, и лучше будет: сейчас развита психология. Родовая деятельность – это физиология, генетика уже. Если у мамы была родите и порвётся. Такого у вас не будет. Если прабабушка, бабушка, мамы – каждая родила за час, то и у вас так будет. Родовая деятельность.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.