

О полезном влиянии беременности на организм женщины

Положительное влияние беременности на организм женщины. Организм женщины за время беременности полностью меняется. После зачатия происходит слияние биологических систем матери и её будущего ребёнка. Удалось доказать, что после успешного зачатия происходит слияние биологических систем матери и её будущего ребёнка. И в результате включаются пусковые механизмы физиологического процесса, названного «омолаживающая сыворотка»: замедление старения организма, сверхбыстрая регенерация тканей и т. д. В ходе вынашивания младенца в кровь женщины выбрасывается повышенное количество гормонов. Они способствуют мобилизации защитных сил организма. Женщины, имеющие хотя бы одного ребёнка, живут на несколько лет дольше своих нерожавших сверстниц. Кроме того, в их организмах происходят следующие изменения: улучшение памяти и восприятия новой информации; поддержание высокой активности и отличной координации движений; увеличение некоторых долей головного мозга, спровоцированное избытком гормонов; повышение активности эндокринной системы и нормализация обмена веществ.

Забываясь о своем малыше, женщина старается питаться полезными продуктами, что положительно сказывается на общем состоянии организма беременной. Как правило, будущая мама избавляется от вредных привычек, если таковые имелись до беременности. Грудное вскармливание благотворно влияет на здоровье и самочувствие. В момент контакта кожа к коже с новорожденным в организме женщины происходит выброс окситоцина, также известного как «гормон любви» или «гормон объятий». Он вырабатывается каждый раз, когда малыш сосет грудь. Кроме того, грудное вскармливание подавляет овуляцию и ведет тем самым к прекращению менструации, что само по себе является преимуществом для многих мам. Таким образом, кормление исключительно грудью (когда ребенок не получает каких-либо жидкостей или продуктов кроме грудного молока) является действенным дополнением к методам контрацепции. Грудное вскармливание также способствует улучшению умственных способностей. В мозгу происходят определенные изменения, которые позволяют мамам лучше решать некоторые задачи». Так что, если Вы чувствуете себя супергероиней, так и есть!