

מה תרצו,

בן או בת?

לא סיפורי סבתא אלא עובדות מדעיות: אתם יכולים להשפיע על מין העובר שלכם. כל הדברים שתוכלו לעשות (במיטה, כמובן) כדי להגביר את הסיכוי לתינוק במין הרצוי

מאת רויטל פדרבוש

התזמון

הקשר בין עיתוי קיום היחסים למין העובר

איך זה קורה?

ד"ר דוד: "תאי הזרע נחלקים לשני סוגים – בעלי כרומוזום X אשר יוצרים את העובר הזכרי ובעלי כרומוזום Y היוצרים את העובר הנקבי. תאי ה-Y זריזים יותר ומשך חייהם קצר יותר בהשוואה לתאי ה-X. באופן טבעי, הביצית שחורי גת מהזקיק בזמן הביוץ ממתינה בתוך החצוצרה להפריה של אחד מתאי הזרע. אם בני הזוג יקימו יחסי מין קרובים יותר לתקופת הביוץ, יש סיכוי גבוה יותר לתאי ה-Y הזריזים להפירות את הביצית וליצור עובר ממין זכר. אם קיום יחסי המין יהיה מרוחק מזמן הביוץ, תאי ה-Y אשר נהרסו יאפשרו לתאי ה-X סיכוי גבוה יותר להפירות את הביצית וליצור עובר ממין נקבה".

רוצים בן?

קיימו יחסי מין בזמן הביוץ.

רוצים בת?

קיימו יחסי מין אחרי הביוץ.

כך מזהים את מועד הביוץ:

הביוץ מופיע על פי רוב בין המחזורים (14 יום לפני קבלת המחזור החדרשי) והוא נמשך רק 18-24 שעות במהלכן האישה יכולה להרות.

● רק נשים עם מחזור סדיר יכולות לחזות את הביוץ לפי ימי המחזור. אם המי חוזר מופיע כל 28 יום או 30 ימים אפשר לחשב 14 ימים לפני קבלת המחזור

להמשך

אם

היו נותנים לכם אפשרות לבחור את מין התינוק שלכם – לא הייתם לוקחים? ובכן, מתברר שיש אפשרות כזו. לא בדיוק לבחור, אבל להגביר את הסיכוי. במהלך הקריירה הארוכה שלו, נתקל ד"ר חיים דוד, גינקולוג בכיר ואחראי חדר לידה במחלקת נשים ויולדות של המרכז הרפואי הלל יפה, בזוגות רבים שהתעניינו בסוגיה הזו, והחליט לבדוק את הנושא לעומק. הוא בחן את הספרות הרפואית, קרא מחקרים עדכניים והגיע למסקנה שאפשר גם אפשר להשפיע על מין היילוד.

"התחום הזה התפתח מאוד בשנים האחרונות ואני נוהג לעדכן את הפ"ציינטים שלי על כך שקיימות מגוון שיטות טבעיות ורפואיות, העשויות לסייע להם בדרךם לתכנן התא המשפחתי".

● **מה אנשים מעדיפים בנים או בנות?**

"כמוכן שהכי חשוב לכולם שהתינוק ייוולד בריא, אבל באופן כללי אנשים מעדיפים את המין שאין להם בבית. במשפחות עם שני בנים רוצים בת ולהפך. וברור שבמשפחות עם שלושה ילדים בני אותו מין, הרצון לילד רביעי מהמין השונה גובר מסיבות ברורות".

● **עד כמה השיטות האלה מעלות את הסיכוי ללידת ילד מהמין הרצוי?** "הן נחלט מעלות את הסיכוי, אבל שלאף אחד לא יהיו אשליות, מדובר בהשפעה מסוימת ולא של מאה אחוזים. לאנשים רבים יש ציפייה שהרפואה תפתור הכל אבל זו לא המציאות. אפילו שיטות רפואיות ברוקות, כמו הפרדת תאי זרע (ראו מסגרת), לא מבטיחות הצלחה מוחלטת, אלא רק של כשמונים אחוז".

Shutterstock: ארילי

ד"ר חיים דוד: "שיטות אלה מעלות בהחלט את הסיכוי, אבל שלאף אחד לא יהיו אשליות, מדובר בהשפעה מסוימת ולא של מאה אחוז. אפילו שיטות רפואיות בדוקות, כמו הפרדת תאי זרע, לא מבטיחות הצלחה מוחלטת"



צילום: ציון יחזקאל

המשך

הרפואה יודעת לעשות את זה

"השיטות הרפואיות לקביעת מין היילוד אינן מסוכנות או מורכבות, אך אסור לבצע אותן באופן שגרתי מסיבות אתיות וכדי לא להפר את האיזון הטבעי של מספר הזכרים והנקבות באוכלוסייה", אומר ד"ר חיים דוד.

השיטות הרפואיות מתחלקות לשתיים ונעשות בסיוע של טכניקות מעבדה בהפריה חוץ גופית (IVF):

1. הפרדה מכאנית בין תאי זרע זכריים לנקביים. לאחר ההפרדה, מתבצעת הזרעה אצל האישה של אותה קבוצת תאי זרע רצויה.

2. ביצוע של הפריה חוץ גופית. לאחר היווצרות העובר, מנתקים תא אחד מקבוצת תאיו של העובר כדי לבדוק את מינו. לאחר מכן מתבצעת חזרה לרחם של העובר במין הרצוי.

חשוב לציין כי שיטת אלו אינן נעשות כלאחר יד, אלא באישור מיוחד המעונן בתקנות של משרד הבריאות ורק במקרים הבאים:

● כשידוע על קיומה של מחלה גנטית הקשורה לאחד מרכומוזומי המין. במקרה זה, תבצע ההפרדה כדי לאפשר היווצרותו של עובר מהמין שני, שאינו נושא את הגן הפגום.

● במשפחות שיש בהן ארבעה ילדים מאותו מין. לרוב, מדובר בהליך רפואי בתשלום פרטי, ובכל מקרה, יש צורך בוועדה ייחודית אשר מתכנסת לאישור התהליך.

יותר תאי זרע נקביים. במילים אחרות, פליטה רבה של תאי זרע מגבירה את הסיכוי ליצירת עובר ממין נקבה."

רוצים בן?

קיימו יחסי מין לעתים רחוקות יותר, השתדלו לקיים יחסי מין ביום הביוץ, הימנעו מיחסי מין שבוע לפני הביוץ.

רוצים בת?

קיימו יחסי מין בתכיפות גבוהה, השתדלו לקיים יחסי מין לפני ויום אחרי הביוץ אך לא בזמן הביוץ.

התזונה

הקשר בין תפריט האם למין העובד

איך זה קורה?
"התזונה (רק זו של האישה) משפיעה על רמת החומציות בגרתיק, אשר קובעת את סוג תאי הזרע שיפרו את הביצית. מומלץ להתחיל בשינויי התזונה כשלושה חודשים לפני הכוונה להרות."

רוצים בן?

- העדיפי מאכלים מלוחים.
- אכלי הרבה בשר ודגים.
- העלי את רמת האשלגן בגוף על ידי נטילת כמוסת אשלגן בכל יום.

רוצים בת?

- העדיפי מאכלים נטולי מלח.
- אכלי מאכלי חלב רבים, כדי להעלות את רמת הסידן בגוף. מומלץ גם לקחת תוסף סידן.
- אכלי ירקות רבים, העשירי את התפריט בעיקר בירקות ירוקים. ■

- ולדעת מהו מועד הביוץ.
- מדידת חום יכולה לסייע באיתור מועד הביוץ. כדי לדעת מהו יום הביוץ, צריך למדוד חום מיד עם הקימה מהמיטה בבוקר. הביוץ גורם לעלייה של חצי מעלה במעלות חום הגוף.
- חמישה או שישה ימים לפני הביוץ מופיעה אצל נשים רבות הפרשת ריר צלול שתפקידה לסייע לזרע לשרוד. הופעת ההפרשה היא עדות לכך שהביוץ עומד להופיע.
- כמחצית מהנשים חשות כאב בטן (בצד ימין או שמאל) בזמן הביוץ מפני שהוקי גדל מהר ומותח את השחלה.
- בדיקת דם הורמונלית: עלייה התחלתית בהורמון LH יכולה להעיד על התחלה של תהליך הביוץ, גם עלייה התחלתית של הפרוגסטרון מעידה על התרחשותו של הביוץ.
- בדיקת אולטרה סאונד לקביעת גודל הזוקיקים בשחלה: זקיב בקוטר 18 מ"מ ומעלה הוא בעל פוטנציאל לביוץ מיידי.
- ערכות אישיות לבדיקת כמות ההורמונים, כמו למשל, הורמון LH ואסטרוגן בשתן או ברוק. עלייה בהורמונים אלו מעידה על הופעת הביוץ.

התנוחה

הקשר בין אופן קיום היחסים למין העובר

איך זה קורה?

"אופן קיום יחסי המין משפיע על מין היילוד", מסביר ד"ר דוד. "העיקרון הוא מידת ההתקרבות של תאי הזרע אל הביצית. תאי הזרע הזכריים חיים מעט זמן, לכן עליהם להיות קרובים ככל האפשר לביצית ולהפך."

רוצים בן?

- קיימו יחסי מין בתנוחה הקונבנציונלית, פנים אל מול פנים, מומלץ שהאישה תרים מעט את רגליה.
- מומלץ שהאישה תגיע לאורגזמה לפני הגבר: הסיבה הראשונה לכך היא שבמצב זה צוואר הרחם מתקרב אל איבר המין הזכרי ובכך מתקצרת הדרך של תאי הזרע אל הביצית. הסיבה השנייה: החומציות הטבעית של הנרתיק הורסת תאי זרע זכריים. כאשר האישה מגיעה לאורגזמה סביב בת הנרתיק חומציות פחות (רמת PH) ולכן יותר תאי זרע זכריים צפויים לשרוד.

רוצים בת?

- לאחר יחסי המין, צריכה האישה לנוח תוך הרמת האגן למספר דקות.
- קיימו יחסי מין בתנוחות בהן החריירה היא שטחית יותר, כמו לדוגמה, תנוחה צדית או תנוחה אחורית. ככל שאיבר המין הגברי יהיה קרוב יותר לביצית, כך גובר הסיכוי שהתאים הזכריים הוריים יפרו את הביצית. כלומר, אם ברצונכם ללדת בת – יש להרחיק ככל הניתן את איבר המין מהביצית."
- מומלץ שהגבר יגיע לאורגזמה לפני בת זוגו.
- רצוי לשטוף את הנרתיק בתמיסת סודה לשתיה לפני קיום יחסי המין: ממיסים כף סודה לשתיה בכוס מים ובעזרת מזרק שוטפים את הנרתיק.
- האישה צריכה לקום מיד לאחר קיום יחסי המין.

התדירות

הקשר בין תכיפות קיום היחסים למין העובר

איך זה קורה?

"ככל שפולטים יותר תאי זרע, כמותם הכללית פוחתת ואחוז תאי הזרע הזכריים שהם הראשונים להיהרס ולהיעלם – יורד", אומר ד"ר דוד. "לכן, תכיפות גבוהה יותר של יחסי מין, יוצרת הרס גדול יותר של תאי זרע זכריים ומתירה