

Gần tới ngày kinh nguyệt quan hệ có sao không hay quan hệ gần ngày kinh nguyệt có thai không luôn là thắc mắc phổ biến của những cặp đôi làm “chuyện ấy” mà không dùng biện pháp bảo vệ.

Thời điểm quan hệ tình dục là yếu tố rất quan trọng đối với các cặp đôi dẫu cho bạn đang muốn có em bé hay muốn tránh thai nhưng lại không dùng biện pháp bảo vệ. Một trong những câu hỏi khá thường gặp của chị em chính là gần tới ngày kinh nguyệt quan hệ có sao không, có dễ mang thai?

Nếu bạn đang có cùng băn khoăn tương tự thì hãy cùng EvyShop.VN tìm hiểu câu trả lời qua những thông tin được tổng hợp trong bài viết sau.

Chu kỳ kinh nguyệt có ý nghĩa thế nào đối với việc mang thai?

Hiện tượng rụng trứng và sự hành kinh là dấu hiệu về khả năng sinh sản và sự thay đổi cơ thể từ một bé gái sang một phụ nữ. Theo đó, chu kỳ kinh nguyệt sẽ kéo dài đến thời kỳ mãn kinh ở nữ. Đa số chu kỳ kinh nguyệt thường kéo dài từ 28-35 ngày. Số ngày hành kinh có thể kéo dài từ 3-7 ngày, một số trường hợp kéo dài đến 10 ngày.

Cơ thể nữ giới đến ngày rụng trứng, các bộ phận khác trong cơ quan sinh dục sẽ chuẩn bị các điều kiện thuận lợi để trứng thụ tinh. Tuy nhiên, nếu bạn không quan hệ tình dục và không tiếp nhận tinh trùng, lớp nội mạc tử cung (đang chuẩn bị cho trứng làm tổ) sẽ bị bong ra, đẩy ra ngoài qua đường âm đạo, gọi là hiện tượng hành kinh.

Điều đó có nghĩa là nếu chưa sẵn sàng mang thai, phụ nữ nên tránh quan hệ tình dục trong thời kỳ rụng trứng để hạn chế khả năng trứng gặp tinh trùng. Mặc dù vậy, tinh trùng có thể “sống” trong âm đạo khoảng 3-5 ngày kể từ khi được xuất tinh.

>>> Đọc thêm: 10 sự thật ít ai biết về chu kỳ kinh nguyệt

Gần tới ngày kinh nguyệt quan hệ có sao không?



Để trả lời cho câu hỏi gần tới ngày kinh nguyệt quan hệ có sao không, trước hết bạn cần hiểu về thời điểm quan hệ ảnh hưởng thế nào đến việc mang thai.

Nữ giới có những ngày có khả năng thụ thai thấp (còn gọi là ngày an toàn). Nếu bạn có chu kỳ kinh nguyệt đều đặn là 28 ngày, ngày an toàn được tính như sau:

- Từ ngày hành kinh đầu tiên tới ngày ngày thứ 7: được xem là thời gian khá an toàn.
- Từ ngày thứ 8 đến ngày 18 là thời gian trứng rụng: khoảng thời gian này rất dễ mang thai.

1. Từ sau ngày 18 đến ngày 28: thời gian trứng đã rụng, được xem là mức an toàn cao nhất.

Lưu ý, cách tính ngày an toàn này chỉ áp dụng cho những phụ nữ có chu kỳ kinh nguyệt đều đặn mỗi tháng. Ngừa thai bằng cách tính ngày an toàn để quan hệ tình dục cũng có tỷ lệ thành công không cao so với các phương pháp ngừa thai khác. Vậy gần tới ngày kinh nguyệt quan hệ có sao không? Quan hệ gần ngày kinh nguyệt có thai không?

Tài liệu này tải từ EvyShop.Vn - Zalo: 0983.620.769 - Chuyên đồ chơi Người lớn Cao Cấp

Thời điểm quan hệ khi gần đến ngày kinh nguyệt thường rơi vào ba trường hợp:

1. Quan hệ gần ngày kinh nguyệt, vào thời điểm rụng trứng

Gần tới ngày kinh nguyệt quan hệ có sao không nếu đúng vào thời điểm rụng trứng? Trong trường hợp này, khả năng mang thai là rất cao vì trứng rất dễ gặp tinh trùng khi giao hợp.

Tinh trùng lại có thể tồn tại 3-5 ngày trong âm đạo. Trong khi đó, trứng sau khi rụng chỉ sống được trong vòng 24 - 30 giờ.

>>> Đọc thêm: 8 dấu hiệu sắp rụng trứng rõ nhất, dễ dự đoán nhất

2. Quan hệ gần ngày kinh nguyệt nhưng sau thời gian rụng trứng

Sắp đến tháng quan hệ có bầu không nếu thời điểm quan hệ là sau khi trứng rụng? Lúc này khả năng mang thai rất thấp bởi vì tuổi thọ của trứng thấp và sau khi rụng chúng sẽ tự phân hủy để chuẩn bị cho kỳ kinh nguyệt tới.

Quan hệ tình dục sau thời gian trứng rụng được xem là thời điểm an toàn nếu bạn đang muốn ngừa thai. Tuy nhiên, thời điểm này không chính xác tuyệt đối do phụ thuộc vào nhiều yếu tố và tình trạng sức khỏe ở mỗi người.

3. Giao hợp sau ngày hành kinh và trước khi rụng trứng

Đây là thời điểm khá an toàn bởi khả năng thụ thai thấp. Song vì tinh trùng có thể sống tới vài ngày khi đi vào cơ thể nữ giới nên rủi ro vẫn có thể xảy ra.

Nhìn chung, khả năng thụ thai khi quan hệ gần ngày kinh nguyệt phụ thuộc vào thời điểm rụng trứng ở mỗi phụ nữ. Trong một chu kỳ kinh nguyệt thông thường, rất có thể sự rụng trứng sẽ xảy ra từ ngày 11 đến ngày 21 (kể từ ngày đầu tiên có kinh của kỳ kinh liền kề). Khi hiện tượng này xảy ra, trứng (noãn) sẽ chỉ có thể thụ tinh trong 12 đến 24 giờ.

Điều quan trọng mà các cặp đôi cần nhớ là khoảng thời gian “khả năng có thai thấp” có thể khác nhau đối với mỗi người. Những phụ nữ có chu kỳ dài hơn thường sẽ có nhiều ngày “an toàn” hơn, trong khi chu kỳ ngắn hơn thì ngày “an toàn” cũng theo đó mà ngắn lại.

Như vậy, bạn có thể mang thai nếu quá trình rụng trứng của bạn diễn ra muộn hơn trong chu kỳ hoặc đơn giản là tính toán sai ngày an toàn của mình.

Ngày an toàn của con gái



Ngày an toàn của con gái là những ngày khả năng mang thai ở mức thấp. Vì vậy, nếu bạn chưa muốn có con và cũng không muốn sử dụng các biện pháp tránh thai thì đây là thời điểm bạn nên quan hệ tình dục với nửa kia của mình.

Về mặt sinh học, ngày an toàn của con gái nói về thời điểm trứng không hiện diện để diễn ra quá trình thụ tinh. Nếu bạn giao hợp khi không có trứng thì cơ hội mang thai sẽ khá thấp vì đây là giai đoạn không thể thụ thai trong một chu kỳ kinh nguyệt.

Đối với hầu hết phụ nữ, hiện tượng rụng trứng xảy ra khoảng 14 ngày trước khi chu kỳ kinh nguyệt tiếp theo bắt đầu và đôi lúc không hề dễ dàng để biết được chính xác khi nào bạn bắt đầu chu kỳ kinh nguyệt tiếp theo. Tuy nhiên, nếu có chu kỳ ổn định, đều đặn, bạn sẽ dễ dàng tính được ngày rụng trứng. Để làm điều này, bạn cần căn cứ vào ngày đầu tiên của chu kỳ kinh nguyệt trước đó làm điểm bắt đầu.

Mách bạn cách tính ngày an toàn của con gái

Để tính toán ngày an toàn của con gái, bạn cần hiểu các giai đoạn khác nhau của chu kỳ kinh nguyệt.

Chu kỳ kinh nguyệt có thể được chia thành 3 giai đoạn: giai đoạn nang trứng (giai đoạn

trước rụng trứng), giai đoạn rụng trứng và giai đoạn hoàng thể (giai đoạn sau rụng trứng). Thời gian của từng giai đoạn khác nhau ở mỗi phụ nữ. Tuy nhiên, chu kỳ kinh nguyệt trung bình được cho là 28 ngày và được tính từ ngày đầu tiên ra máu kinh.

- **Giai đoạn nang trứng (giai đoạn tăng sinh nan):** Giai đoạn nang noãn xảy ra trước khi rụng trứng. Trong giai đoạn này, sự trưởng thành của các nang trong buồng trứng sẽ diễn ra và kết thúc bằng hiện tượng rụng trứng.
- **Giai đoạn rụng trứng:** Trong giai đoạn này, nang noãn trưởng thành sẽ bị vỡ và giải phóng ra một noãn (còn được gọi là trứng). Bạn có thể mang thai vào những ngày diễn ra quá trình rụng trứng.
- **Giai đoạn hoàng thể:** Đây là giai đoạn cuối cùng của chu kỳ kinh nguyệt. Hoàng thể bao gồm những cấu trúc nội tiết tạm thời giúp sản xuất estrogen và progesterone. Cơ thể cần estrogen và progesterone để duy trì nội mạc tử cung, lớp lót bên trong của tử cung.

Bên cạnh đó, ngày an toàn của con gái sau một kỳ kinh phụ thuộc vào tuổi thọ của cả tinh trùng và trứng. Trong hầu hết các trường hợp, sự rụng trứng xảy ra vào ngày thứ 14 của chu kỳ kinh nguyệt nếu chu kỳ kinh có độ dài trung bình (28 ngày). Thời gian rụng trứng ở mỗi phụ nữ khác nhau và có thể xảy ra từ ngày thứ 12 đến ngày thứ 19 của chu kỳ.

Tinh binh thông thường sẽ sống từ 3 đến 5 ngày trong cơ quan sinh sản của phụ nữ. Do đó, bạn vẫn có thể mang thai khi quan hệ tình dục không an toàn trước khi rụng trứng 5 ngày. Ngoài ra, tuổi thọ của trứng cũng khá ngắn - chỉ khoảng 24 giờ sau khi rụng mà thôi. Nếu quá trình thụ tinh không diễn ra trong khung thời gian đó, trứng sẽ chết.

Để đơn giản hơn, bảng biểu dưới đây sẽ giúp bạn biết được bản thân dễ thụ thai nhất vào thời điểm nào để hạn chế quan hệ nếu không dùng biện pháp bảo vệ:

Độ dài chu kỳ	Ngày dễ mang thai nhất
24 ngày	Các ngày từ 5 đến 10 của chu kỳ
28 ngày	Các ngày từ 9 đến 14 của chu kỳ
30 ngày	Các ngày từ 11 đến 16 của chu kỳ
35 ngày	Các ngày từ 16 đến 21 của chu kỳ

Cách tính ngày quan hệ tình dục an toàn để tránh thai nên áp dụng cho đối tượng nào?



Cách tính “ngày an toàn” không chính xác ở tất cả các trường hợp. Các đối tượng sau đây có thể áp dụng cách tính ngày an toàn để tránh thai khi quan hệ tình dục, tuy nhiên cần kết hợp với các biện pháp ngừa thai khác.

- Chu kỳ kinh nguyệt đều đặn trong ít nhất là 6 tháng
- Chu kỳ bình thường, dao động trong khoảng từ 28 - 30 ngày
- Không có sự thay đổi bất thường về môi trường, chế độ ăn hoặc tình trạng sức khỏe. Vì đây có thể là yếu tố làm thay đổi chu kỳ kinh nguyệt thông thường của bạn.
- Người không phải trong tuổi tiền mãn kinh.

Hy vọng những thông tin trong bài viết đã giúp bạn giải đáp thắc mắc quan hệ gần ngày kinh nguyệt có sao không cũng như biết được ngày an toàn của con gái là gì, tính toán như thế nào nhằm sắp xếp dự định có em bé hay tránh thai một cách hợp lý. Nếu vẫn gặp khó khăn, bạn hãy tìm đến bác sĩ sản khoa để nhận được sự tư vấn phù hợp.

Tài liệu này tải từ EvyShop.Vn - Zalo: 0983.620.769 - Chuyên đồ chơi Người lớn Cao Cấp

