**ПОЧЕМУ БЕРЕМЕННОСТЬ ПОЛЕЗНА ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ?**

Одним из прекрасных моментов жизни для женщины является беременность. Женский организм - удивительная система, которую природа устроила так, что весь период беременности и после него у женщины сохраняется прекрасное эмоциональное состояние, а также происходит положительное влияние на физиологию. Обо всех плюсах беременности поговорим ниже.

Ни для кого нет секрета в том, что беременность - это период изменений всего организма женщины. Становятся заметны изменения относительно состояния ногтей, волос и кожи, происходят перемены на уровне гормонального фона. Многие ученые считают, что такое «интересное положение» является действенной профилактикой для ряда заболеваний, таких как эрозия шейки матки, различных кист, рака груди и других гинекологических болезней.

На собственном опыте девушки утверждают, что улучшилась половая жизнь, она становится насыщеннее и ярче, чем ранее. Отмечают и исчезновение либо снижение болевых ощущений во время менструаций. Также многие рожавшие девушки начинают испытывать оргазм, нежели до беременности.

Некоторые говорят о том, что женщина будто стала краше. Все дело в том, что выделяется большое количество гормонов, которые положительно влияют на весь организм в целом, как с моральной, так и физической стороны.

Доказан факт, что беременность в более зрелом возрасте помогает замедлять процессы старения, тем самым продлевая молодость. Благодаря всплеску гормонов женщина начинает хорошеть на глазах и обретает силы на долгие годы.

Важно упомянуть об эмоциональном фоне будущей мамы. Осознание материнства ни с чем не сравнится, так как это особый опыт в душевном плане.

Женщина, носящая гордое звание «мама», становится более опытной и мудрой, так как в ее голове происходит переосмысление всех ценностей в жизни. Большинство приходит к здоровому образу жизни, более тщательно следят за тем, чем питаются, так как ощущают на себе ответственность за «маленького человечка». Происходит смена отношения к окружающим людям и появляется еще большее желание подарить новую жизнь, которая станет дороже всего в мире.

Появление малыша в доме может внести новые ощущения для отношений пары, если мужчина и женщина оба хотели ребенка. Одним из плюсов является и укрепление брака, ведь так важно сохранять теплые отношения в семье и всегда понимающе относиться к проблемам друг друга. Ребенок - это то, что поможет сплотить отношения, которые, как казалось, на грани.