

כיצד משפיע תיזמון המשגל על מין הולד

(דברים אלו קיבלנו מגורמים שונים ואין לנו כל אחריות על נכונותם פעמים יש סתירה בין שתי ההצעות)

ככל שהמשגל מתבצע קרוב ככל הניתן לרגע הביוץ, גדולים יותר הסיכויים לעובר זכר. משגל אחרי הביוץ, או יומיים – שלושה לפני הביוץ, מגדיל את הסיכויים לנקבה. אך קיימים גורמים נוספים המשפיעים על מין העובר.

אלו גורמים?

מין העובר נקבע ע"י הזרע: זרע הנושא כרומוזום x מייצר נקבה, זרע מסוג y מייצר זכר. משום כך, גורמים כגון חומציות הנרתיק, עומק חדירת הפין ברגע השפיכה, ואורגאזם – יכולים לשנות את סיכוייהם של סוגי הזרע השונים להגיע בשלום לביצית. יחד עם זאת, חשוב לזכור שהמדובר בסיכויים בלבד, ואין כל דרך להשיג תוצאה מובטחת. מאידך, הסיכויים אינם מבוטלים. מספר מחקרים מלמדים כי תיאום כל הגורמים הללו מביא לסיכוי של 80 עד 85 אחוז של היווצרות המין המבוקש.

כיצד תגדילי את סיכוייך ללדת בן זכר?

האמצעים הבאים מומלצים כדי להגביר את סיכויי התא מסוג y להגיע לביצית.

1. הגורם העיקרי הוא כאמור תיאום – הזמנים המדויק. תכנני את המשגל לרגע הביוץ, או בתחום מספר שעות לפניו. הקפידי להימנע ממשגל בשלושת – ארבעת הימים שלפניו.
2. בטרם משגל, הקטיני את חומציות הנרתיק על – ידי הגדלת הבסיסיות שלו. זאת תשיגי על – ידי שטיפת הנרתיק בתמיסה של שתיים – שלוש כפיות סודה – אפיה בליטר מים חמים. הבסיסיות המוגברת של הנרתיק תקדם את יתרונם של תאי הזרע מטיפוס y.
3. ברגע שפיכת הזרע, הפין חייב להיות בחדירה מקסימאלית בתוך הנרתיק, על מנת להבטיח הטלת הזרע סמוך ככל האפשר לפי צוואר – הרחם.
4. תכנני לעצמך אורגאזם. האורגאזם גורם להפרשה מוגברת של הריר בצוואר – הרחם, וריר זה הוא בעל תכונות בסיסיות, אנטי – חומציות. בסיסיות זו מקלה על חייהם של תאי הזרע מטיפוס y.

לסיכום: ככל שסיכוייך להרות גדולים יותר (דהיינו: מישגל ברגע הביוץ או בסמוך לו). שפירושו זרעי y ממתנים לבואה של ביצית טרייה), וככל שאת נהנית מזה יותר (האורגאזם) – כן גדולים סיכוייך שהוולד יהיה בן זכר.

ואם ברצונך בבת, ולא בבן?

או אז עלייך להקל על חייהם של תאי x, ולהקשות על חייהם של תאי y:

1. קיימי מישגל אחרון יומיים – שלושה לפני מועד הביוץ.
 2. לפני המישגל, עשי שטיפת נרתיק להגברת החומציות: שתי כפות חומץ לבן בליטר מים חמים.
 3. ברגע השפיכה, חייב הפין להיות אומנם בתוך הנרתיק, אבל בפירוש לא בחדירת עומק מקסימלי.
 4. הימנעי מאורגאזם.
- סיכוייך להרות, בתנאים אלה, קטנים כמובן יותר מאשר במצב אחר. אולם אם כן תהרי – סיכוייך ללדת בת גדולים בהרבה. העיקרון כאן: תא-זרע ותיק מטיפוס x צריך לצוד ביצית טרייה וצעירה.
- האשה היא הצריכה להקפיד על הדיאטה במשך ששה שבועות לפני התקופה הרצויה להתעברות ועד בכלל.

תזונה להגברת סיכויי לידת בן זכר:

המליחי מכסימלית את פריטי המזון.

מזון מומלץ: בשר מומלח, דגים, שעועית לבנה, עדשים, תפוחי אדמה, תרד, ארטישוק, פטריות, בננות, תאנים, אפרסקים, משמש, שזיפים, דובדבנים (טריים או מיובשים) ולמעשה כל מה שלא ברשימה האסורה.

מזון אסור: כל סוגי המים המינרליים בבקבוקים (כי אין בקרה על כמות המלחים שזה מכיל וסוגם) ירקות ירוקים חוץ מאלה שברשימה המומלצת. ביצים ומוצרי חלב. שקדים, אגוזים, וכל פרי שאינו ברשימה המותרת. באופן עקרוני: אסור כל מזון שמומלץ ל"הפקת בנות". תכשירים נילווים (בהמלצת ובהשגחת הרופא המטפל!): תכשירי אשלגן (טבליות "פוטסיום" אחת ליום בארוחת הצהריים).

אסורה דיאטה זו: במקרים של יתר לחץ דם, אי ספיקת כליות, סוכרת בלתי מטופלת, מחלת אדיסון. לפני דיאטה זו, כמו לפני כל דיאטה, מתייעצים עם הרופא הפרטי!

תזונה להגברת סיכויי לידת בת:

כלכלה דלת מלח בצורה קפדנית ומוחלטת, אפילו במטבח עצמו. אין להשתמש בתחליפים כל שהם למלח, המכילים אשלגן.

מזון מומלץ: ביצים, הרבה חלב ומוצריו (חוץ מגבינה מלוחה וצהובה המכילות מלח!), גבינה לבנה ויוגורט טבעי. בשר בגריל בלי מלח. ירקות ירוקים וחסה (חוץ מתרד וארטישוק!) סלק, גזר, אספרגוס, עגבניות, אורז, שקדים, אגוזים (בלתי מלוחים), תפוחים, אגסים, תותים. ולמעשה, כל מה שלא ברשימה האסורה.

מזון אסור: לחם, צנימים, מאכלי ים, שימורים, תופינים, דגים מעושנים או מומלחים, שוקולד, קפה, תה (אם כי כמות זעירה מזה מותרת לארוחת בוקר עם חלב), מיץ פירות שאינם ברשימה המותרת, סוכר, מים מינרליים (כי אין בקרה על כמות המלחים שזה מכיל וסוגם), אפונה לבנה, עדשים, תרד, ארטישוק, וכל פרי שאינו ברשימה המותרת. באופן עקרוני: אסור כל מזון שמומלץ "להפקת בנים".

תכשירים נילווים (בהמלצת ובהשגחת הרופא המטפל!): קלציום ומגנזיום או "סירופ קלציום" אותו מכינים מהטבלית הענקית ההיא של מעבדות סנדוז, אותה ממיסים בחצי כוס מים. לערבב היטב, לשתות כף מהנוזל הזה בבוקר, וכף בערב.

אסורה דיאטה זו: במקרים של מצבי יתר סידן, אי ספיקה כלייתית. לפני דיאטה זו, כמו לפני כל דיאטה, מתייעצים עם הרופא הפרטי!

זהו, אחרי שמתענים ככה שישה שבועות (במקרה הכי קצר, בהנחה שמתעברים מיד) נותר רק להתפלל חזק שתפלו בצד של השמונים אחוז.

מזון לצורך בן

(דברים אלו קיבלנו מגורמים שונים ואין לנו כל אחריות על נכונותם פעמים יש סתירה בין שתי ההצעות)

תזונה לגבר:

להרבות במלח בכל צורה אפשרית

שומשום, אגוזים, בוטנים, שקדים, ערמונים, פיסטוק- לא קלוי, גרעינים לבנים, גרעיני אבטיח - לא קלוי.

פולים (בכל צורה), ענבים, צימוקים, תאנים, תמרים וקוקוס.

בצל ושום - לטגן מעט בשמן זית.

כרת - בסלט ירקות או בסוף בישול.

מיץ גזר - 2 כוסות ביום.

שמן זית - כבישה קרה, לטבל הכל בשמן זית.

מי דבש - דבש מלכות - 1 כפית דבש, למהול בכוס מים ולשתות: 1 כוס בבוקר, 1 כוס בערב.

בשר כבש - צלי או גריל, 2-3 פעמים בשבוע.

תזונה עשירה באשלגן כגון: נקניק, בשר, תפוז"א, שעועית, ארטישוק, בננות, אפרסק, משמש.

* חלמוני ביצה - מס' אי זוגי צהוב לא מבושל 1 ביום - בעל.

B.O. - 4-2 קפסולות ביום - בעל.

עלי ערבה+ 1 כפית מור+ כפית לבונה.

להרתיח ביחד, להכין תרכיז: למזוג 1-2 כפיות, להוסיף כוס מים להמתיק

בדבש מלכות ולשתות: 1 כוס בוקר, 1 כוס בערב.

פולן: 2 כפות - ניתן ללעוס או להכניס לתוך יוגורט או לסלט ירקות.

תזונה לאשה:

כנ"ל מלבד המסומן במסגרת, בתוספת: חלב, גבינות לבנות, ביצה קשה אחת ביום.

1 כפית אניסון+ 1 כפית לשון הפר - להכין חליטה: לשפוך 1 כוס מים חמים, לסנן, להמתיק בדבש ולשתות: 1 כוס בבוקר, 1 כוס בערב.

לא בזמן ווסת

בהצלחה