

Часто родители расстраиваются, когда при первом же УЗИ узнают, что ребенок не того пола, какого они мечтали иметь. Можно ли обмануть природу и заранее "выбрать" мальчика или девочку?

Многие ученые рекомендуют молодым мама, желающим зачать ребенка определенного пола, придерживаться определенной диеты. Ученые мира разработали специальные диеты, в которых рекомендуется придерживаться будущей маме уже за 3 месяца, до примерной даты зачатия необходимо придерживаться данных рекомендаций. Тогда вероятность "программирования" желаемого пола будущего ребенка может достигать 75%.

Входящие в состав диеты микроэлементы существенно влияют на биохимическую структуру яйцеклеток, облегчая проникновение в них сперматозоидов с XX- или XY-парой. Диету обоим супругам следует соблюдать в течение трех недель перед зачатием, а забеременевшей женщине - еще семь недель.

Для зачатие девочки, вам надо употреблять те продукты, которые содержат большое количество ионов кальция и магния, но мало калия и натрия.

- мясо в ограниченном количестве,
 - свежая или быстрозамороженная рыба,
 - все виды выпечки без соли и дрожжей,
 - яйца,
 - картошка в ограниченном количестве,
 - баклажаны,
 - спаржа,
 - свекла,
 - морковь,
 - огурцы,
 - кресс-салат,
 - зеленые бобы,
 - горошек,
 - перец,
 - лук,
 - томаты.
 - несоленые миндаль, фундук, арахис, сахар, мед, пряности, варенья и душистые травы.
 - фрукты (все, кроме слив, абрикосов, черешни, бананов, апельсинов, дыни и смородины);
 - питье (только чай, кофе, шоколад, какао, минеральную воду с кальцием).
 - рис, макаронные изделия с минимальным содержанием соли.
- масло или маргарин без соли.

Не стоит употреблять:

Кофе, чай, чёрный шоколад, газированные напитки, пиво. Ветчина, паштеты,

колбасы, копчености, как мясные, так и рыбные. Соленые сыры. Соленые кондитерские изделия. Сельдерей, свекла, капуста, помидоры, сухие стручковые.

Бананы, персики, абрикосы, вишня, апельсины, авокадо. Сухие абрикосы, финики.

Для зачатия мальчика рекомендуется преобладание ионов калия и натрия, и как можно меньше ионов кальция и магния.

Для этого предлагается есть

- мясо;
- рыба (вся, кроме креветок, икры и крабов);
- яйца (исключительно белок);
- молочные продукты (запрещены в любом виде);
- хлеб и злаковые (только манка, рис, печенье, бисквит);
- овощи (все кроме бобовых культур, капусты, укропа, зеленого салата);
- фрукты;
- сухофрукты и орехи (нельзя грецкие орехи, фундук, миндаль, арахис, молочный шоколад);

питье (все кроме минеральной воды с кальцием, молочных напитков).

- картофель,
- грибы,
- сухую белую фасоль,
- чечевицу,
- сушеный горох,
- бобовые,
- из яиц употреблять в пищу только белок.

Также для зачатия мальчика из фруктов особенно необходимы черешня, абрикосы, персики, чернослив, сушеные абрикосы, финики. Рекомендуемые напитки: чай, пиво, фруктовые соки, содовые минеральные воды. Также женщине, желающей зачать мальчика, полезны печенье, бисквиты, манка и рис.

Кроме того, женщине советуют солить как можно больше всю пищу, употреблять в пищу консервированные продукты и дрожжи. Не рекомендуется: молоко и молочные продукты, минеральные воды с кальцием, креветки, крабы, икра рыб, выпечка из теста, замешанного на яйцах, хлеб, блины, вафли, кондитерские изделия на молоке, зеленый салат, стручковая фасоль, зеленые бобы, сырая капуста, кресс-салат, укроп, грецкие орехи, фундук, миндаль, арахис, какао, молочный шоколад.

Диета для мальчиков - преобладание ионов калия и натрия, мало ионов кальция и магния. Продукты - мясо, картофель, колбаса, бобовые, персики, копчености и т.д. Чтобы родить мальчика, необходимо есть картофель, сухофрукты, бананы, рыбу и исключить из рациона молочные продукты, в том числе и сыр, а также отказаться от какао.

Стоит воздержаться от:

- Молоко и молочные напитки.
- Минеральная вода с большим содержанием кальция.
- Креветки, крабы и другие моллюски.
- Сладкие крема на основе яйца. Сыр и молочные изделия.
- Блины, оладьи.
- Какао. Молочный шоколад. Сливочное мороженое.

Бывает и так что все попытки оказываются тщетны и пол ребенка оказывается совсем не тот, о котором мечтали, но согласитесь – главное, чтобы малыш родился здоровым и он в любом случае заслуживает нашей безусловной любви.

<http://www.topatun.ru/wait/planing/pol/9185.html>