

Jste těhotná? Pozor na šperky, které nosíte! Mohou zhoršit otoky a způsobit ekzémy

30.9.2023 - Petr Lesenský | Dýcháme

Těhotenství je jedno z nejkrásnějších období v životě většiny žen, plné očekávání a radosti.

Přestože je obvykle spojeno i s jistou mírou diskomfortu, snaží se většina nastávajících maminek pečovat o svůj vzhled a dbají na to, aby se cítily dobře. Často jim k tomu pomohou nejrůznější druhy šperků. Ovšem pozor! Ne každý kousek z klenotnice je v době těhotenství vhodný a bezpečný nosit. Víte, na co si dát pozor? Jakému materiálu se raději vyhnout? A proč být obezřetná v případě prstenů a náramků?

Ve starověku šperky ze zvířecích zubů, ve středověku medailony se svatými

Šperky jsou odedávna symbolem ženskosti, síly a krásy. V historii však měly často daleko větší význam, než jen ten estetický. Mnohé kultury věřily, že šperky mohou poskytnout ochranu nebo přinést štěstí. Ve starověku například těhotné ženy nosily amulety, které byly vyrobeny z přírodních materiálů či třeba zubů zvířat. Věřilo se, že tyto šperky zajistí ženě bezpečný průběh těhotenství a provedou ji porodem. Ve středověku ženy zase nosily medailony, které obsahovaly vyobrazení s náboženskou tematikou nebo obrázky svatých – často se jednalo o svatou Annu, matku Panny Marie. Takový medailonek měl opět poskytovat těhotné ženě ochranu. I v současnosti jsou oblíbené některé „těhotenské“ šperky, například mexická bola neboli také rolnička či andělský zvonek. V období radostného očekávání nového přírůstku do rodiny je však potřeba myslet při nošení šperků nejen na symboliku nebo estetičnost, ale také na praktičnost a především bezpečnost.

Pozor na šperky s niklem, kůže může svědit a mokvat

Období těhotenství je v mnoha ohledech specifické. Tělo ženy i jeho reakce na okolní podněty se mění. Jídla, která milovala, najednou nemůže ani cítit, a to, co by dříve neochutnala ani za živý svět, ji láká i ve snech. Stejně tak může její organismus reagovat odlišně také na nejrůznější druhy alergenů. To, co ženě dříve nijak zvlášť nevadilo, tentokrát vadit může. *„V těhotenství může být přítomna zvýšená citlivost na některé alergenů, proto by měly ženy v tomto životním období vybírat šperky z hypoalergenních materiálů. Pozor by si měly dát zejména na přítomnost niklu,“* upozorňuje **Dominika Štovičková**, spoluzakladatelka české šperkařské značky **USHI**. Právě alergie na nikl je totiž jednou z nejčastějších kontaktních alergií. *„Projeví se tak, že kůže v místě styku s alergenem začne svědit, bude zarudlá, objevit se mohou i mokvající puchýřky nebo loupající se kůže,“* uvádí Dominika Štovičková. Nepříjemná může být i situace, kdy na takto poraněnou kůži nasedne infekce. Nejlepší je proto kupovat šperky pouze od výrobců, kteří deklarují nepřítomnost niklu a reakci kůže během nošení bedlivě sledovat.

V těhotenství odložte prsteny, mohou komplikovat otoky

Zejména období třetího trimestru je pro řadu budoucích maminek výzvou – nejen proto, že se začíná blížit čas porodu, ale i kvůli otokům končetin. V této době totiž u těhotných žen začíná docházet k rozšiřování cév, zvyšování objemu krve v těle a zadržování vody ve tkáních. Situaci mohou zhoršovat i vysoké teploty v období léta. Tento fakt potvrzuje například i studie z roku 2010, podle které otoky postihují nejméně polovinu gravidních žen.¹ Velmi snadno tak může dojít k tomu, že kotníkové náramky nebo prsteny začnou být příliš těsné a pokud je žena zavčas nesundá, může si přivodit opravdu nepříjemné obtíže. Takové šperky totiž mohou omezit průtok krve v postižené oblasti a

může dojít ke zhoršení již existujícího otoku. Problematické je to především u prstenu, který (na rozdíl od náramku) nelze snadno rozepnout. Existuje několik tipů, jak „zakousnutý“ prstýnek sundat. Můžete jím opatrně kroutit, postižené místo naslinit či namydlit, ruku s prstenem ponořit do studené vody (chlad může pomoci s otokem) nebo dát ruku nad hlavu. To může pomoci prst mírně odkrvit a snížit akutní otok. Pokud však nepomůže ani jedna z uvedených metod a prsten se ne a ne pustit, nezbyde než si dojet pro pomoc na chirurgii.

Dobrou volbou jsou náušnice, nevadí oběhu ani miminku

Zatímco některé šperky mohou v těhotenství působit problémy, bezpečnější variantou mohou být delší varianty řetízků nebo náušnice. Ty totiž nepůsobí tlak na tělo a neovlivňují tak oběhový systém, dají se snadno a bez obtíží sundat a nevadí tak ani v situaci, kdy má žena otoky ze zadržené vody v těle. *„Náušnice jsou skvělý způsob, jak mohou těhotné ženy vyjádřit svůj osobní styl a cítit se krásné i v době, kdy mohou pociťovat omezené možnosti v oblasti módy kvůli měnící se postavě,“* radí Dominika Šťovíčková. *„I u náušnic je však třeba dbát v první řadě na jejich kvalitu a zvolený materiál,“* uzavírá. Další výhodou náušnic je, že není třeba je sundávat ani po porodu. Na rozdíl třeba od zmiňovaného řetízku totiž děti nemají tendenci za ně během kojení či mazlení tahat.

<https://www.dychame.cz/jste-tehotna-pozor-na-sperky-ktete-nosite-mohou-zhorsit-otoky-a-zpusobit-ekzemy>