

生男孩秘诀

更多知识请参考：<http://www.allbing.net> 联系 QQ：921665146

生男生女是由卵子和精子受精的那瞬间性染色体的组合来决定的，而男性的精子具有决定性别的染色体。精子包括具有 X 染色体的 X 精子，以及具有 Y 染色体的 Y 精子，卵子与 X 精子结合就会生下女孩，而与 Y 精子结合，就会生下男孩。这就是生男生女的基本理论和科学依据。制造女孩的 X 精子的寿命为 2-3 天，而制造男孩的 Y 精子的寿命大约只有 1 天，卵子能够生存 2-3 天，真正活动的时间只有 6 小时。X 精子耐酸性；Y 精子耐碱性的性质是生男生女的基本条件。这个理论和条件科学地应用到生男生女法中，就能实现生男生女。

很多国内的朋友都对男孩情有独钟，但是，在完全自然选择的情况下，一般生男孩与生女孩的比率为 107：100，男孩女孩出生比例基本相当。根据国内外一些孕婴医生临床建议，总结的出以下几个生男孩的注意点，希望对您能有所帮助：

一 饮食注意点

想要生男孩，男性应适当多吃些酸性食物，而女性则应多吃一些碱性的食物。通过一段时间的饮食调理，创造有利用含 Y 染色体的精子与卵细胞结合的环境。这里特别提醒一点：长期只摄入酸性或碱性食物，都会使身体处于亚健康状态下，所以仍要注意营养均衡，只需适当偏向即可。下面是一些日常食物的酸碱性分类：

常见食物的酸碱性：

强酸性：蛋黄、奶酪、白糖、西点、柿子、乌鱼子、柴鱼、牛肉、猪肉、鸡肉、金枪鱼、牡蛎、比目鱼、奶酪、米、麦、面包、酒类、花生、薄肠、糖、饼干。

中酸性：火腿、鸡肉、鲑鱼、猪肉、鳗鱼、牛肉、面包、小麦、奶油、马肉等。

弱酸性：白米、花生、啤酒、油炸豆腐、海苔、文蛤、章鱼、泥鳅、鸡蛋、龙虾、鱿鱼、荞麦、豌豆、鳗鱼、河鱼、巧克力、葱、空心粉等。

弱碱性：红豆、萝卜、苹果、甘蓝菜、洋葱、豆腐、马铃薯、卷心菜、笋、香菇类、油菜、南瓜、豆腐、苹果、梨、香蕉、樱桃等等。

中碱性：萝卜干、大豆、胡萝卜、番茄、橘子、番瓜、草莓、蛋白、梅干、柠檬、菠菜等。

强碱性：葡萄、茶叶、葡萄酒、海带、天然绿藻类、牛乳、茶、柿子、黄瓜、柑橘类、芋头、无花果、葡萄干等。

营养学家认为，鱼、肉、禽、蛋、大米、面粉、油脂、糖类等都是酸性食物；而蔬菜、水果、豆制品、牛奶等都是碱性食物。食醋虽然是酸的，但在人体代谢过程中不会产生酸性物质，而是产生 CO₂ 和 H₂O，所以醋也是一种碱性食物。

二 职业方面注意点

男方注意点：根据统计，男性的职业若是长时间开车的司机、飞行员、潜水员等，生女孩的机率都特别高。这是因为睾丸受到高温、气压或水压的强烈变化，导致生命力较不强韧的 Y 精子先行死掉，想生男孩则尽量避免。另外，随后电脑和网络的普及，很多男性大量时间面

对电脑，也极不利于生男孩。长期电脑辐射将严重影响Y精子的活力，所以，强烈建议在准备怀宝宝前两三个月甚至半年前，男性应尽量减少面对电脑的时间。

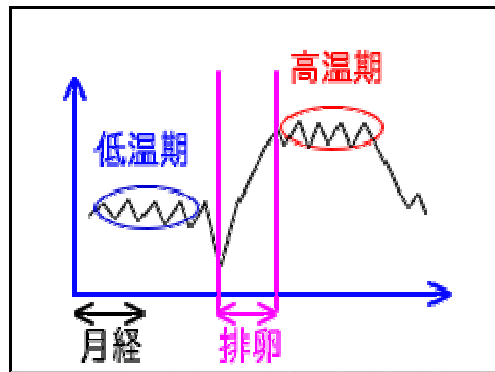
女方注意点：根据英国的研究报告表明：女性从事如工程师或会计之类的男性化职业，将大大增加孕妇生产男孩的几率。同样道理，如果从事教师或护士等女性化职业，那么婴儿的性别很可能就是女性。

当然，要改变职业毕竟难度比较大，实在不行，也不必强求。

三 性生活的注意点

掌握受孕时间，希望生男孩者，在排卵初期性交；想生女孩者，在排卵后期性交。女方测定排卵期的简便方法：

1. 计算法，月经规律的妇女，排卵期一般在月经前十四天左右。
2. 量温法，从月经来潮之日起，每天清晨醒后不做任何活动，用口温表测量五分钟，测后将全温记下，一般连测二个月即可掌握比较准确排卵期。在排卵期前，体温偏低，而排卵期后体温则上升0.5度左右。



控制性交次数，欲生男孩者，性交次数不宜过频，间隔期应长，以每月1—2次为好，欲生女孩者，性交间隔不受限制。

同房的姿势 同房时使女方达到高潮，较可能生男孩，因为女性高潮时，子宫颈分泌的碱性分泌物较多，适合Y精子活动。此外，应采用插入较深的结合姿势，因为Y精子在阴道内侧较不活泼，若让Y精子较接近子宫颈处射精，则能：①减少精子突破重围的路程；②插入较深，女性较易出现性高潮。可尝试的姿势：正常体位、弯曲体位、后背体位、前座体位。

四 休息与运动注意点

想生男孩，应注意劳逸结合，养精蓄锐，避免过度疲劳，要生女孩，即可适当增加活动量。长期熬夜、烟酒应酬等都会对生男孩及正常生育造成不良影响。

以上几个注意点，从根本上来说，都是从提高男性含Y染色体精力的活力出发，同时创造有利于Y精力与卵细胞结合微碱性环境，从而达到提高生男孩机率的目的。

最后祝你心想事成、早日有个可爱的宝宝！

更多知识请参考：<http://www.allbing.net> 联系QQ：921665146