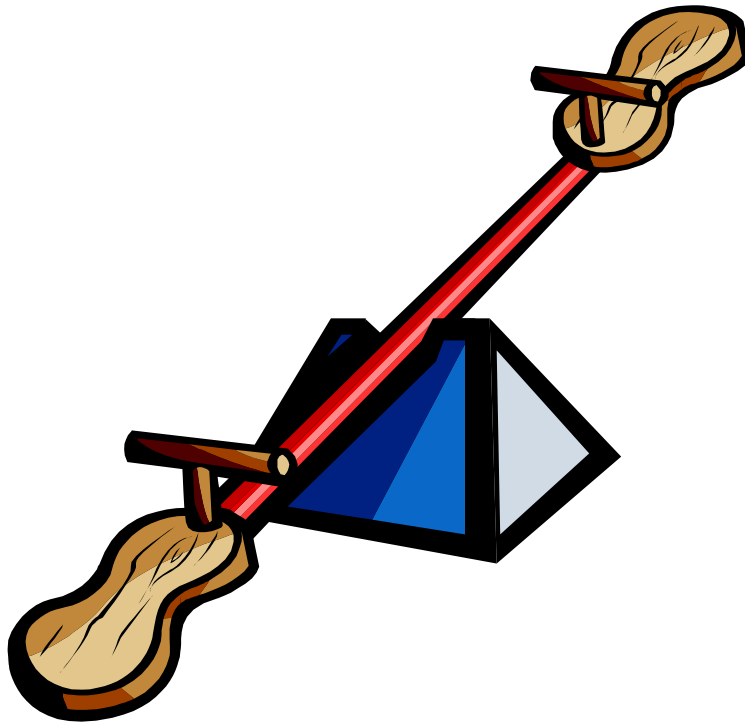


נדנדה הורמונלית בזמן הנקה

בזמן ההנקה ובהתאם לתדירות ההנקה משתנים היחסים בין ההורמונים השונים הקשורים לפוריות האישה. הורמון הנקרא פרולקטין משתחרר בעת ההנקה. הוא מעודד יצירת חלב ואחראי על אספקת החלב. אי לכך ככל שהתינוק יונק יותר, כך ישתחרר יותר פרולקטין לדם והגוף ייצר חלב בכמויות גדולות יותר. הורמון הנקרא אוקסיטוצין משתחרר גם הוא בעת ההנקה, ואחראי על ויסות זרימת החלב ועל הרפלקס המוריד את החלב מבלוטות השד דרך הצינורות אל הפיטמה. בין השאר גם מסייעים הורמונים אלו לכווץ את הרחם בחזרה לגודלו המקורי לאחר הלידה (כששה שבועות). כל עוד האישה מניקה בתדירות גבוהה ישנו מנגנון המדכא את ההורמונים האחראים לביוץ (אסטרוגן, פרוגסטרון, FSH ו-LH). זאת אומרת שכל שהאישה מניקה ברצף ובתכיפות גבוהים יותר (וללא תוספות מזון לתינוק וללא פסקי זמן גדולים בין ההנקות), כך נדחה חידוש מועד הביוץ ובכך גם הפוריות.

הנקה בתדירות גבוהה תגרום לעליה ברמת ההורמונים:

↑	פרולקטין
↑	אוקסיטוצין
↑	TSH



הנקה בתדירות נמוכה תגרום לירידה ברמת ההורמונים:

↓	↓
FSH	אסטרוגן
↓	↓
LH	פרוגסטרון

