

# Ускользающая чувственность



Алексей Вилков,  
врач-психотерапевт,  
сексолог, Москва

эксперт

Мужчины уверяют: что ни женщина, то фригидна. По данным медиков, каждая вторая. В наше сексуально раскрепощенное время заболевание достигло масштабов эпидемии...

Бомба замедленного действия

Туфли на шпильках – обязательный элемент образа секс-бомбы. Но из-за ношения обуви на высоких каблуках уменьшается свободный доступ крови в область таза, увеличивается нагрузка на позвоночник. Как следствие – неспособность получать сексуальное удовольствие.



## БЫТЬ ИЛИ НЕ БЫТЬ?

Воинствующие феминистки уверены: фригидность – огромное благо. Женщина, не испытывающая сексуального удовольствия, по-настоящему свободна.

С ними категорически не согласны психологи и сексологи. Они искренне жалеют всех, кто лишен радостей интимной жизни, и настоятельно рекомендуют лечиться. Оказывается, корни многих психических и психосоматических заболеваний кроются именно во фригидности. Но женщины на прием к специалистам не торопятся. Мужчина в который раз обвиняет в холодности и нежелании заниматься сексом? Во всем виноваты проблемы на работе и головная боль... Многие записываются на консультацию к сексологу, только когда муж начинает грозить разводом или уходит из семьи. Семейным счастьем ежедневно рискует 40% женщин.

## ЖЕНСКИЙ ВОПРОС

Но фригидность бывает разной. Истинная – когда женщину вообще

не интересует секс. Не только с мужем, любовником, но и с самым лучшим мужчиной на Земле. Если он, конечно, существует. Такой тип расстройства встречается довольно редко.

Другое дело аноргазмия – отсутствие оргазма в процессе «многопозиционного» секса с любимым человеком. По статистике, 26–28% женщин никогда не достигали пика удовольствия, 15% – время от времени. Нередко аноргазмию провоцируют слишком бурные отношения: редкий секс, зато частые ссоры и споры. Абсолютное большинство таких женщин достигает пика сексуального удовлетворения при мастурбации. Все остальные «переболели» фригидностью хотя бы раз в жизни. По вине неопытного или, наоборот, слишком решительного, настойчивого партнера. Не секрет, что мужчины, пытаясь обидеть побольнее, любят награждать женщину клеймом – «фригидна». Как трудно бывает избавиться от этой метки. Некоторым не удается всю жизнь.

## БОЛЕЗНИ ОТ НЕРВОВ?

Часто женщины не испытывают оргазма, имея внебрачные связи. Обвиняя партнера в своей холодности, идут «налево» в надежде реанимировать свою чувственность. Достичь успеха удается лишь 3% из них. Почти 30% наживают семейные проблемы. Нежелание вызывают и некоторые заболевания, не только гинекологические или передающиеся половым путем. Сахарный диабет, поражение глубоких структур мозга, нервной системы, дисфункция яичников, андрогенная недостаточность, нехватка тестостерона приводят к нарушению чувствительности половых органов. Утрачивается способность получать сексуальные ощущения. В том числе и оргазм.

## СПЛОШНЫЕ ПРОБЛЕМЫ

Иногда фригидность развивается по причине врожденных пороков развития половых органов. Поэтому, прежде чем идти к сексологу и психологу, стоит записаться на прием к гинекологу и проверить, все ли соответствует физиологической норме. Женская холодность может развиваться после изнашивания. Проблемы с оргазмом испытывают и нервные, взбалмошные дамы, не способные подолгу сосредотачиваться на чем-то одном. В данном случае на мужчине и его прикосновениях. В группе риска и скучающие домохозяйки. Психологам известна бытовая фригидность – «феномен 5 лет», когда женщина, выполнившая «семейную пятилетку» с одним мужчиной, охладевает к нему в постели. При этом она остается верной женой и любящей матерью.

Нет женщин, которые бы раз в жизни не «переболели» фригидностью.

## ЛЕЧЕНИЕ ОТРИЦАНИЕМ

Американские сексопатологи считают, что аноргазмию, как и эректильную дисфункцию, вылечит полное отрицание секса. Метод unsex показал свою эффективность в 96% случаев. Парадокс в том, что как только женщина перестает закидываться на проблеме получения оргазма, все решается само собой. Если секс случается раз в неделю, в течение семи

дней надо отстраниться от партнера, даже не прикасаться к нему. Разговоры о сексе не возбуждаются. Через неделю наступит понимание, что интим – неплохое времяпровождение. Затихающие чувства могут вспыхнуть с новой силой. Предусмотрительными американцами разработана и лайт-версия. Для тех, кто занимается сексом два раза в неделю, но вкус к нему утратил. Во время недельного эксперимента можно позволить любые ласки, все что захочется. Все... кроме секса.

## К ДОКТОРУ

Не помогло? Если вас это беспокоит, придется обратиться за медицинской помощью. Не надо стесняться диагноза. Грамотное лечение поможет не только избавиться от проблем сексуального и психологического плана, но и укрепить здоровье, пройдя комплексное медицинское обследование. Выявлены физиологические нарушения? Назначается лечение гормональными препаратами. Хороший результат дают иглорефлексотерапия, фитотерапия. Широкий спектр физиотерапевтических процедур, например, прогревание тканей, лечебные ванны с морской солью, грязевые ванны. Если есть проблемы психологического характера, показана психотерапия. Сексолог-психолог проведет ряд тестов, которые помогут выявить истинную причину.

Часто бывает, что негативное отношение к мужчинам начинается с раннего возраста, когда отец некорректно ведет себя с ребенком, часто бьет. Где-то глубоко в подсознании для уже взрослой женщины образ мужчины несет опасность. Еще хуже, когда воспоминания об агрессии и жестокости время от времени всплывают в памяти, убивая остатки полового влечения. Бывает, что именно на таких приемах к женщине приходит осознание, что ее в сексуальном плане привлекает не противоположный пол, а такие же женщины, как она. Но это уже другая история...

## Специально для мужчин

Нежеланию секса подвержены не только женщины, но и мужчины. В этом случае со стороны сильного пола наблюдается полное или частое отсутствие влечения. Несмотря на активность партнерши, его не зажечь. Медики считают, что в ряду причин – стресс, усталость, предыдущий опыт интимных отношений. Нервная система современного мужчины с утра до вечера подвергается таким перегрузкам, что уже не способна адекватно воспринимать даже положительное. Эмоциональный всплеск становится утомительным. Именно поэтому они начинают довольствоваться тихими радостями: посмотреть телевизор, вкусно поесть. Женщины, вместо того чтобы проникнуться тяжелой долей партнера, начинают перетягивать одеяло на себя, соревнуясь с ним умом, привлекательностью, успешной карьерой... Мужчина не готов к такому агрессивному натиску, поскольку самой природой заложено, что он должен быть главным. Одни в этой ситуации окончательно теряются. Другие считают успешных женщин сексуально привлекательными, но в силу разных причин вынуждены подавлять желание, что тоже не проходит бесследно для организма. Сексологи говорят о серьезной форме заболевания, когда у мужчин выявляется стойкое отвращение ко всему слабому полу. На этой почве может развиваться гинекофобия – страх перед женщинами. Ну а дальше – ситуационная импотенция. Как уверяют специалисты, такое случается по разным причинам в течение жизни практически со всеми мужчинами. Этот вид импотенции может сравнительно быстро пройти под воздействием эротической стимуляции. Но осадочек останется. Если образ жизни не изменится, очень быстро секс превратится в повинность. Как следствие, проблемы с эрекцией и наступлением оргазма.