Автор: Thetalv
08.04.2007 06:37 -

Кто у нас на разогреве?
- Всплеск страсти в некоторых случаях может спровоцировать такие неприятности, как растяжения связок, мышц влагалища, микротравмы слизистой, покраснения и потертости, - рассказывает гинеколог-физиотерапевт Дарья Помазанова. - Иногда пострадать от трения может головка полового члена и уздечка (бывает, от частоты соитий естественная смазка ненадолго исчезает). Обычно эти досадные симптомы дают знать о себе лишь на следующий день. Также на внешних половых губах, в результате слишком насыщенного в них кровоснабжения, нередко появляются признаки преждевременного старения в виде морщин, трещинок и сухости кожи. Избежать подобных проблем довольно легко - перед тем, как заняться любовью, примите вдвоем горячую ванну или душ (это поможет сделать мышцы более эластичными) или воспользуйтесь специальными интимными смазками и гелями. Дабы никакие нагрузки не были страшны, увеличьте время "прелюдии" - от этого интенсивнее выделяется естественная смазка и лучше разогреваются связки.
Какие страсти!
- Конечно, реже всего (но и такое, к сожалению, случается!) при чересчур бурном проявлении чувств может произойти опасная вещь - разрыв влагалища (его свода, передней стенки), - говорит пластический хирург-гинеколог Михаил Зинкин. - Чем чреваты такие "ранения"? В первую очередь - обильным кровотечением, воспалительными процессами и проникновением инфекции в организм (это не считая сильной боли). Если с вами стряслось что-то похожее, отбросьте все страхи и смущение и срочно обратитесь за помощью к врачу-хирургу, чтобы избежать нежелательных последствий! - предостерегает специалист.
Тылы защищены
Кстати, наиболее травмоопасным медики называют анальный секс. Еще римский поэт Мартель угрожал своей жене разводом из-за того, что она не хотела заниматься с ним любовью нетрадиционным способом, в то время как другие римские матроны никогда не отказывали ему в этом. Известно также, что в девятнадцатом столетии этот вид соития был довольно популярным в рабочей среде - к нему прибегали, чтобы избежать нежелательной беременности. Одни из самых распространенных травм при частых занятиях анальным сексом - трещины ануса, нарушение слизистой оболочки, растяжение круговой мышцы - сфинктера. Последнее особенно опасно, так как со временем может привести к весьма серьезным последствиям: острым формам геморроя, недержанию. Эта нежная мышца может легко пострадать и от разрыва, а вот заживать она будет очень медленно и болезненно.
Опасные врата
Некоторые специалисты полагают, что анальный секс провоцирует такие заболевания, как анальный рак (дисплазия) и рак прямой кишки! - Не лишним будет знать, что эта разновидность секса - практически открытые ворота для любых вирусов (кишечная инфекция, уретрит, папиллома). Слизистая оболочка ректума (анального отверстия) в отличие от слизистой влагалища гораздо менее приспособлена для того, чтобы защитить организм от проникновения инфекции, и презервативы в данном случае не панацея, - предупреждает уролог, андролог Дмитрий Азанян. - Избегайте также сочетать анальный секс с влагалищным: микрофлора кишечника, попавшая во

влагалище, может вызвать нешуточные инфекционные, воспалительные заболевания матки.

Медовый синдром

- Еще одна напасть, подстерегающая особо пылких партнеров, - это так называемый "синдром медового месяца", - говорит врач-гинеколог Татьяна Якусева. - Самые яркие признаки этого временного недуга: ощущение дискомфорта во время близости, болезненное мочеиспускание, раздраженная слизистая, микровоспаления, чувство жжения, зуд, иногда выделения (бели). Все эти симптомы обычно проявляются из-за расшалившихся на фоне "синдрома" таких хворей, как бактериальный вагиноз (нарушение естественной флоры влагалища), кольпит (воспаление наружных половых органов и слизистой оболочки влагалища) и даже циститвоспаление слизистой оболочки мочевого пузыря).

Ягоды страсти

Чтобы снять все эти неприятные проявления, для начала придется ограничить свою сексуальную активность. При вагинозе и кольпите полезно (в качестве профилактики) пить отвар из листьев шалфея, календулы, травы тысячелистника и ягод можжевельника. Готовится отвар так: 2 ст. ложки сбора залить 1 л кипятка, настоять в термосе ночь и принимать за 30 мин. до еды (примерно 1/4 стакана) в течение месяца. Можно применять данный настой для местных ванночек на ночь. Успокоят и снимут раздражение слизистой теплые ванночки с добавлением лекарственных смесей из травы череды, лаванды, крапивы, коры дуба. Пораженную слизистую можно смазывать медом (развести с водой в соотношении 1:10). От белей хорошо помогают горячие ванны из сосновых веточек или из экстракта сосны (заварить 10 л кипятка 100 г сосновых веточек, подержать на малом огне 30 мин. и настоять 1 час).

Пить или не пить?

- Слишком частый активный секс иногда приводит к нервному истощению, - говорит врач спортивной медицины, сексопатолог, психотерапевт Леонид Абрамов. - Выражается это в сильном ощущении усталости, апатии, рассеянности, эмоциональном дисбалансе. Кроме того, секс - это довольно приличная физическая нагрузка на организм, во время которой мы теряем большое количество воды (полчаса занятий любовью может потребовать таких же усилий, как и бег на пятикилометровую дистанцию), причем это может происходить и без явного потоотделения. Поэтому после каждого интимного контакта необходимо восполнять запасы влаги в организме, чтобы предупредить обезвоживание, которое как раз и вызывает усталость и повышает риск нервного утомления. Для этого пол-литровой бутылочки воды или сока будет вполне достаточно. Восстановить водно-солевой баланс поможет минеральная вода. Как известно, очень хорошо тонизирует и избавляет от жажды зеленый чай. Отвар мяты с боярышником успокоит, приведет в норму работу сосудов и сердца.

Либидо-гормон

По мнению некоторых медиков, упадок сил на сексуальной почве (особенно у мужчин) может возникнуть и из-за снижения гормона полового влечения - тестостерона. Когда женщины занимаются сексом, уровень тестостерона в их организме повышается, а вот у мужчин после частых оргазмов количество этого вещества в крови существенно сбавляется. Это ведет к тому, что сразу после близости мужские мышцы сильно сдают в своей способности сокращаться, что приводит к резкому снижению физической активности. Кроме того, нехватка либидо-гормона вызывает раздражительность,

чувство подавленности настроения.

Наркотический оргазм

Безудержный секс негативно влияет на клетки мозга! Такую гипотезу недавно выдвинули европейские ученые-сексопатологи. По их мнению, выделяющиеся при наступлении оргазма эндорфины (которые и вызывают чувство наслаждения) не так уж безобидны, как считалось ранее. Эти вещества действуют на организм подобно героину. И если героин, проникая через клеточные мембраны, распределяется по клеткам организма равномерно, то эндорфины, выделяясь в мозгу, действуют непосредственно на его клетки. Сексопатологи утверждают, что своеобразная "передозировка" эндорфинами при повышенной сексуальной активности (!) может приводить к необратимым изменениям в клетках мозга, что чревато микроскопическими кровоизлияниями, нарушением кровообращения, а впоследствии может угрожать и онкологическими новообразованиями. Однако родоначальники столь смелой теории оговариваются, заявляя, что окончательные выводы делать еще рано: гипотеза нуждается в более детальных исследованиях!

Даешь качество!

Существует также мнение, что чересчур энергичная половая жизнь ведет к снижению способности мужской спермы к оплодотворению женской яйцеклетки. Так ли это на самом деле? - После частых семяизвержений (к примеру, 4-6 раз за день) качество спермы действительно ухудшается, но лишь на короткий период! - сообщает врач-уролог Сергей Жаков. - Буквально в течение суток все полезные свойства семенной жидкости заново восстанавливаются, поэтому на зачатие это никак не влияет. Единственное, что может произойти при "переборе" (подчеркнем, что все зависит от индивидуальных особенностей организма), так это временное отсутствие эрекции (вполне естественный период "невозбудимости"), снижение количества спермы. Иногда может случаться так называемая астеническая эякуляция - это когда семенная жидкость не извергается, а свободно вытекает.

Второе сердце

А вот на работу сердца, вопреки заблуждениям, активная сексуальная позиция никакого пагубного влияния не оказывает. Даже наоборот! Сексологи и кардиологи в один голос утверждают: во время регулярных занятий сексом тренируется сердечная мышца, в организме поддерживается нормальная циркуляция крови, повышается устойчивость сердца к нагрузкам и снижается действие ряда вредных факторов, ведущих к развитию атеросклероза и ишемической болезни. В частности, запускаются механизмы, препятствующие развитию стрессов. Но медики также предупреждают: усердствовать в "делах амурных" все же не стоит тем, кто уже страдает каким-либо сердечно-сосудистым недугом (особенно инфарктом миокарда и сердечной недостаточностью). Ко всему прочему, секс - прекрасный тренажер для предстательной железы, или, как ее еще образно называют, - "второго сердца мужчины". По крайней мере точно доказано, что стабильная эрекция и семяизвержение предотвращают развитие простатита. Это связано с тем, что при регулярном занятии любовью шансы для размножения бактерий в протоках железы снижаются. Чем меньше застой простатического сока, тем ниже вероятность возникновения заболевания.