

# MOJE PSYCHOLOGIE

ČASOPIS, KTERÝ VIDÍ POD POVRCH / ŘÍJEN 2015 / 69 Kč



**Proč lžeme  
na Facebooku?**

Odhalte pravdu  
o svých přátelích

**Dana Batulková**

„Překonat  
strach vždycky  
stojí za to.“

**NEJSTE**

**SAMY!**

UŽ POTŘETÍ PODPORUJEME ŽENY  
NEMOCNÉ RAKOVINOU PRSU

**JAK SE MĚNÍME  
KVŮLI MUŽŮM?**



9 771802 207003 10

# CO SI MYSLÍM O „ŽENSKÉ VIAGŘE“

Říká se tak růžové pilulce na podporu ženského libida. V srpnu její prodej schválili v Americe a zdá se, že brzo přijde i do našich lékáren. Zeptali jsme se nejnámější české sex koučky: Jak nám zlepší sexuální život? Jestli vůbec...

TEXT: JULIE GAIA POUPĚTOVÁ

**F**libanserin je lék pro ženy trpící frigiditou, měl by jim tedy pomoci se vzrušivostí. Feministky a ženská hnutí za rovnoprávnost mohou jásat. Ženská sexualita se konečně dostává do popředí zájmu farmaceutického průmyslu a mohlo by se zdát, že se blýská na lepší časy. Pravda, esteticky zpracovaný obal je příslibem mnohého. Pro nás, naše muže, naše vztahy i manželství. Měly bychom se těšit. Ale na co vlastně? Titulky článků hlásají: „Chci znovu chtít sex!“ Znovu a znovu si kladu otázku, zda je to opravdu to, co chtějí ženy, které potkávám ve své praxi.

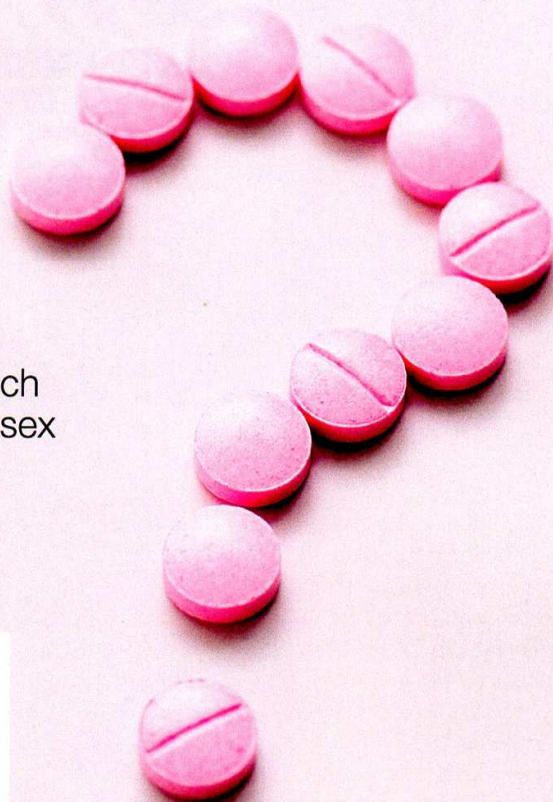
## SPOLKNI PRÁŠEK

Chceme přijít z práce a díky pilulce hodit všechny povinnosti a starosti za hlavu? Zapomenout na spoustu úkolů, které se nám honí hlavou, abychom pak ležérně s výrazem sexy kočky na pohovce vysílaly i beze slov signál „mám chuť na sex“? Nebo si od léku slibujeme rychlou injekci touhy přesně v momentě, kdy se nás

## PTÁM SE, JESTLI MÍT VĚTŠÍ CHUŤ NA SEX JE OPRAVDU TO, PO ČEM ŽENY TOUŽÍ.

partner pokouší iniciovat sex, ale jinak at' nás nadřazenost neotravuje a nesnižuje naši výkonnost na důležitých pracovních postech? Nebo očekáváme magický lék na podporu verbální komunikace, díky kterému partnerovi dokážeme říct, že se chceme milovat, a zároveň o tu chuť díky své přímocarosti nepřijdeme?

Přímocarost je možná samotným jádrem problému. Sníženou chutí na sex (diagnózou HSDD) trpí podle amerických statistik na 16 milionů žen. Předpokládá se, že by jim, potažmo jejich mužům, výrazně pomohlo, pokud by došlo ke zvýšení ženské touhy úplně na



začátku všeho snažení. Díky tomu by pak došlo i na pohlavní styk. Naše očekávání jsou tedy následující: více touhy = více sexu.

## TOUHA NA PŘEDPIS

Vše vychází z modelu definovaného významnými sexuologickými průkopníky (Kaplan, 1979; Masters & Johnson, 1966). Určili pět fází sexuální odpovědi probíhající v následujícím pořadí: touha, vzrušení, vyšší vzrušení, orgasmus a uvolnění. Z modelu vyplývá, že pokud chceme něco řešit, musíme začít od začátku, tedy od touhy, jinak nenastanou logicky ani další fáze.

Jenže doktorka Rosemary Bassonová na to má jiný názor. Ve své publikaci z roku 2000 píše, že ženské vzrušení vůbec neprobíhá tak přímočaře a lineárně, jak si malujeme. Ženy se podle Bassonové v úvodní fázi nejprve racionálně rozhodují, zda vůbec chtějí mít sex, a to podle jiných potřeb a kritérií, než je samotný pocit touhy. Když se následně svobodně rozhodnou přijímat stimulaci, přijde nejprve trocha vzrušení a teprve až díky němu začnou pociťovat touhu po dalších podnětech a dalším vzrušení vedoucím následně třeba i k uspokojení.

Paradoxem je, že to, čemu partneri říkají sex (pohlavní styk s trochou předehry), může být pro ženu někdy velmi příjemný způsob, jak se racionálně rozhodnout (není mi to nepříjemné a zrovna nemám nic důležitějšího na práci) a zažít trochu vzrušení (začí-

## SEX? U ŽEN NESTOJÍ NA PRVNÍM MÍSTĚ TOUHA, ALE RACIONÁLNÍ ROZHODNUTÍ.

na to být zajímavé), aby až poté začala cítit opravdovou touhu.

Doslova šokující je pro muže na mých seminářích informace, že řada žen vnímá „sex“ jako predehru k touze, a že zatímco oni uspokojeni orgasmem vyčerpali repertoár svých intimních triků a podléhá jí únavě, vedle nich v posteli zůstala neuspokojená žena, navíc s pocitem touhy, který v ní zcela přirozeně v průběhu milování vyklíčil. A pokud je touha motivací k sexu a způsob, jakým sex děláme, nám neumožňuje se k touze propracovat, pak pochopitelně ztrácíme časem motivaci pro každý další sex a naše libido klesá. Abychom to dokázali napravit, museli bychom změnit zřejmě celý přístup k sexu.

A jak si v napravování libida vedla ženská pilulka? Zajímavé je, že i ženy užívající ve studii placebo zaznamenaly v průměru o 0,7 % více uspokojivých sexuálních styků za měsíc. Ve skupině opravdu užívající lék došlo ke zvýšení chuti na sex průměrně o 2,5 styku za měsíc. Posuďte sama, zda je to hodně, nebo málo. Mezi testovanými byla ovšem také relativně malá skupina (asi 10 % žen), která na podání preparátu reagovala mnohem pozitivněji.

Na druhou stranu celých 13 % žen upustilo od užívání léku kvůli jeho vedlejším účinkům, z nichž asi nejnejpříjemnější je snížení krevního tlaku a omdlávání. Navíc odhadovaná cena léku se odvodí od balení Viagry, což není nic levného. Připočítejte k tomu fakt, že na rozdíl od jednorázového užití Viagry před pohlavním stykem je třeba ženský Flibanserin užívat dlouhodobě před spaním.

Možná tedy stojíme před milníkem ve farmaceutickém přístupu k ženským sexuálním poruchám, ale trochu jiným způsobem, než by se mohlo zdát. Bude tu velmi drahý lék pro dlouhodobé užívání s nízkou účinností a řadou vedlejších účinků, z nichž některé jsou tak nepříjemné, že se vám nebude chtít riskovat nákup léku přes internet? Na druhou stranu můžeme spekulovat, zda samotná cena preparátu nebude pro ženy motivací k sexu, když za to vyhodíte takový balík. Zůstává tedy otázka, zda možnost zvýšení uspokojivých pohlavních styků přibližně o dva za měsíc stojí za všechnu tu námahu. Možná je lepší přehodnotit přístup k ženské touze a její roli v motivaci žen pro sex a zaměřit se více na to, proč se na začátku sexu rozhodujeme, že ho chceme mít. ■

inzerce A151004722



Dámské hygienické vložky  
**Bella Perfecta**  
již velmi dobře znáte...



**Nyní vyzkoušejte vítěze**

Volby spotřebitelů –  
nejlepší novinka 2015

**Bella Herbs**

hygienické a slipové vložky  
obohacené o výtažek  
z bylin



[www.bella-cz.cz](http://www.bella-cz.cz)