

Что происходит в организме во время секса?

Секс – неотъемлемая часть нашей жизни, и это неоспоримая истина. Что происходит с человеком во время секса? Почему он заставляет мужчин хотеть ещё, а женщин влюбляться? Чем полезен секс? Попробуем ответить на эти вопросы, ссылаясь на недавно проведенное в США исследование.

Его результаты показали, что за несколько минут до оргазма – без разницы, будь он у мужчины или у женщины, – в мозгу «просыпается» некий участок, который отвечает за получение удовольствия от напитков и вкусной пищи. А вот после кульминации сразу же активизируется гипоталамус. В обычном состоянии он регулирует чувства усталости, жажды и голода.

Что происходит в организме во время секса? Там, оказывается, вырабатывается так называемый гормон объятий или по-научному – окситоцин. Гормон этот служит для снижения психологической защиты у партнеров по сексу и повышения доверия между ними. Причем у женской половины этого гормона вырабатывается больше. Видимо, поэтому женщины легко влюбляются в мужчин, с которыми у них состоялась любовная связь, даже если она была мимолётной или случайной.

А вот на мужчин этот коварный гормон действует совсем по-другому. Вместо привязанности он даёт им лишь чувство удовлетворения. Однако в дополнение к нему мужская половина во время секса получает ещё и некий допамин, который называют гормоном удовольствия. Вот здесь и кроется разгадка, почему после секса мужчины хотят ещё, а женщины просто влюбляются.

Теперь давайте перечислим, чем полезен секс для организма. У каждого индивидуума есть, наверное, готовый ответ на этот вопрос. Мы же подойдём к нему по-научному.

Итак, сексологи утверждают, что оргазм способен блокировать сигналы боли, идущие к головному мозгу. Этот эффект можно сравнить с приёмом повышенной дозы обезболивающего.

Ещё хорошая новость – регулярный секс вызывает рост клеток головного мозга, которые отвечают за обучаемость и память. Иначе – клеток этих тем больше, чем больше секса. Более того, плотская любовь делает нас умнее потому, что вырабатываемый в её процессе тестостерон улучшает нашу реакцию и концентрирует внимание. От прилива крови в мозгу повышается уровень кислорода, и активность его работы повышается.

Что происходит в организме женщины во время секса? На губах у неё нервных окончаний в сто раз больше, чем на кончиках пальцев. Поэтому нежные и страстные поцелуи включают в её мозгу механизмы, вырабатывающие вещество, которое улучшает настроение и снимает нервное напряжение. Поцелуи повышают уровень упомянутых гормонов и делают женщину более чувствительной к предстоящему соитию со своим партнёром. Поэтому секс с любимым человеком приносит ей большее удовольствие.

Сексологи утверждают, что ключом к женскому оргазму является расслабление. Чтобы получить сексуальное удовольствие, женщина должна отбросить из своей головы все посторонние мысли и постараться полностью расслабиться. Мужчине такой психологический аспект в сексе не столь важен. Его заботой в основном является физическая стимуляция в контакте с партнершей, завершающаяся оргазмом.

Однако вернемся к пользе от секса. Он для многих является лучшим снотворным, особенно это касается мужчин. Сильный пол снимает сексом перед сном накопившиеся за день стрессы. А вот слабый пол может даже всплакнуть после оргазма, и это надо воспринимать вполне нормально. Плаксивость эту можно объяснить выбросом гормона, который придаёт эмоциям большую яркость.

Ну что ж, секс действительно является неотъемлемой частью нашей жизни, и очень нам приятной. Только надо понимать, что он приносит не только чисто физическое удовольствие, но и психологическое, особенно для женщин. Именно поэтому мелкие разногласия часто решаются в постели, и никаких обид после такого примирения не остаётся.

P.S. В тексте ничего не сказано о детородной функции секса. Но это уже тема для отдельной статьи.

Автор - **Александр Платов**

[Источник](#)