

Совместимы ли алкоголь и секс?

Алкоголь и секс. Кажется - чего уж проще: это две вещи несовместимые. Спросите у любого врача, и он вам скажет, что алкоголь снижает потенцию. Вообще тема алкоголя и секса довольно сложная. Здесь нет каких-то конкретных рекомендаций и советов. Однако, медик скажет, что алкоголь вреден, и будет прав. Но, как говорил Парацельс, все есть яд и все есть лекарство. Вопрос в мере.

В ходе бесед с пациентами многие сексопатологи иногда рекомендуют использовать алкогольные напитки для снятия психологического напряжения в сексе. А таких проблем навалом. Представьте себе первую сексуальную близость - люди зажаты, напряжены. Женщина боится боли, мужчина - возможной неудачи. И эта боязнь лишь провоцирует боль и неудачу. Потом это может развиваться в комплекс и доставлять неприятности и разочарование всю оставшуюся жизнь.

Правда, существует и другая опасность. Мужчина и женщина могут утвердиться в глубоко ошибочном мнении, что секс у них получается только в состоянии алкогольного опьянения. А это - тоже неизбежные, впоследствии, проблемы и болезни.

Существует миф, что алкоголь делает женщину более сексуальной. На самом деле, она делается раскрепощеннее и доступнее. У нее исчезает стыдливость, усиливается либидо - желание полового удовлетворения. Поскольку "тормоза отпущены", она становится более активной в сексе. Но получить половое удовлетворение ей с каждым разом становится труднее. Требуется более длительный контакт, чем прежде. Поэтому она ищет более изощренных ласк, требует большего внимания от партнера. Для вступления в интимные отношения ей снова и снова нужен алкоголь, чтобы подстегнуть себя. Одним словом, у злоупотребляющей алкоголем женщины полностью ломается механизм половой жизни. К сексуальности это не имеет ни малейшего отношения.

То же самое относится и к мужчине. Привыкнув к дозе перед половым актом, он уже не мыслит себе "удачу в постели" без спиртного.

Все, конечно, зависит от меры. Сколько надо выпить, чтобы снять напряжение, но не впасть в алкогольное опьянение? Надо ли вообще использовать алкоголь перед

половым актом? На эти вопросы люди должны ответить себе сами. Или посоветоваться с сексологом или психотерапевтом.

Если же вы решили все-таки воспользоваться алкоголем, то нужно четко представлять, что пить и как пить.

При первой встрече лучше всего шампанское. Это вино праздника, торжественного события. Шампанское уже само настраивает людей на важность события, эмоционально поднимает над обыденностью.

Также подойдет хорошее дорогое вино. Помимо того, что в вине (не крепленом) мало алкоголя, а значит и состояние опьянения наступит не скоро, этот напиток обладает массой полезных экстрактивных веществ, что положительно скажется во время акта. Кроме того, вино - напиток ритуальный. Оно само уже требует цветов, свечей на столе, красивых бокалов, музыки, полумрака. Торжественного ритуала, предшествующего сексуальной игре и полноценному, приятному сексу.

Однако бывают случаи, когда вино перед сексом противопоказано. Если, например, один из партнеров болен сахарным диабетом, у человека не все в порядке с сердечно-сосудистой системой или есть другие причины. Экстрактивные вещества, содержащиеся в вине, могут вызвать прилив крови, одышку, слабость, иные неприятные и опасные реакции организма. Какой уж там секс...

В принципе, вино можно заменить вермутом. Но этот напиток опасен тем, что его можно пить как водичку, пока не "накроет", а накрыть может в самый неподходящий момент.

Многие предпочитают водку. Но к этому серьезному и чистому напитку надо относиться с еще большей осторожностью. Надо помнить, что у водки, которая является практически чистым раствором алкоголя в воде, очень короткий период между эйфорическим, приподнятым состоянием человека и алкогольным опьянением. Женщинам, непривычным к этому напитку, очень сложно поймать этот период. А в состоянии опьянения о хорошем сексе и говорить не приходится.

Вообще водка - напиток жесткий, а потому и подразумевает отношения жесткие, менее романтичные. Обычно водку для секса предпочитают люди, которые уже давно знают друг друга. Они доверяют партнеру, романтика им не так уж и нужна, оба заняты своими делами... Или, что называется, "на природе" - в туристическом походе, где изначально нет возможности накрыть стол белой скатертью, а за стенкой палатки идет дождь.

Вот пиво - это совершенно иная культура питья. Пиво в разумных пределах даже полезно. Кроме того, это напиток молодой, веселый, коллективный. Практически все студенты пьют пиво, особенно летом, на травке. Молодежь с удовольствием употребляет этот напиток на дискотеках, вечерах. Очень низкое содержание алкоголя, витамины, аминокислоты, содержащиеся в пиве, "длинность" этого напитка, объединяющая людей, дает возможность снять психологические проблемы общения, остаться бодрым, физически и психологически готовым к сексу. Этому же способствует хорошо и весело проведенный вечер с друзьями.

Однако и здесь не надо забывать о мере. Тяжесть в желудке от большого количества выпитого, оупление, отечность, усталость явно не способствуют хорошему сексу. Не стоит забывать и о том, что много пива - это много жидкости. А полный мочевой пузырь романтического чувства, равно как и желания - не вызывает. Ведь все мысли работают только в направлении туалета...

После акта лучше всего выпить рюмку хорошего коньяка. Этот напиток богат веществами, благоприятно влияющими на сердечно-сосудистую систему, снимающими усталость. Аромат коньяка, его цвет, вкус, консистенция служат хорошими тонизирующими факторами - не только биологическими, но и психологическими. Так что прелюдию к сексу начинайте с вина, а точку после акта ставьте коньяком.

И в заключение добавим: алкоголь для секса не должен быть правилом. Если без алкогольных напитков секс становится невозможным, то человеку - мужчине или женщине - срочно надо обращаться к врачу. Потому что это говорит о серьезных психологических проблемах, в которых разобраться может только специалист. Алкогольные напитки должны помогать нести радость, освобождать от зажатости, напряжения, предшествующих акту. Алкоголь не может заменить влюбленность, хорошее расположение к партнеру.

Автор - **Людмила Овчаренко**

[Источник](#)