**Поллюции**

Поллюции (лат. polluo, pollutum — осквернять, пачкать), непроизвольное семяизвержение (эякуляция), не связанное с половым актом (коитусом) либо мастурбацией (онанизмом). Различают ночные и дневные поллюции. Ночные поллюции — нормальное физиологическое явление, повторяющееся примерно 1 — 2 раза в неделю и реже до начала регулярной половой жизни или систематической мастурбаторной практики. Наступление ночных поллюций у подростков свидетельствует о достижении ими определённого этапа полового созревания. Ночные поллюции возникают в основном при сновидениях эротического содержания, которые при глубоком сне могут не сохраняться в памяти после пробуждения. Они встречаются и у взрослых во время длительного воздержания полового. Во всех этих случаях поллюции носят заместительный (викарный) характер, вызывая периодическую эвакуацию эякулята и тем самым предотвращая возникновение застойных явлений в мужских половых органах. Наличие такого "предохранительного клапана сексуальности" облегчает мужчинам тягостные проявления сексуальной абстиненции. Ночные поллюции могут иногда наблюдаться у мужчин, ведущих регулярную половую жизнь, если уровень их сексуальной активности в силу разных причин оказывается значительно ниже индивидуальных половых потребностей, то есть не соответствует конституциональным особенностям.

Дневные поллюции возникают в бодрствующем состоянии и подразделяются на адекватные и неадекватные. Адекватные поллюции наступают под воздействием сексуально-эротического возбуждения, чаще всего при ласках, объятиях, поцелуях. Иногда подобные воздействия со стороны женщины не носят сексуальной направленности (например, случайные прикосновения к какой-либо части тела, рукопожатие, стрижка волос привлекательной женщиной-парикмахером и т. д.). Адекватные дневные поллюции необходимо отличать от преждевременных эякуляций ante portas, которые происходят в условиях проведения полового акта до введения полового члена во влагалище. Неадекватные дневные поллюции наступают вследствие воздействия различных несексуальных раздражителей, например, при бурных эмоциональных реакциях, которые могут носить как положительный, так и отрицательный характер (волнение, чувство стыда, веселье, тревога и страх, гнев).

Эякуляция может наступить также при транспортной вибрации (обычно если мужчина является пассажиром, а не водителем, то есть выполняет пассивную роль), занятиях физкультурой, взгляде на землю с высоты многоэтажного здания и т. п. Неадекватные дневные поллюции могут сопровождаться эрекцией и оргазмом различной степени выраженности. Подобные поллюции носят патологический характер и указывают на существенное снижение порогов возбудимости нервных структур, обеспечивающих эякуляцию (например, при синдроме парацентральных долек, некоторых расстройствах нервной системы, воспалительных заболеваниях половых органов — простатите, везикулите). Регулярные и частые дневные поллюции требуют обращения к сексопатологу для выявления их причины и проведения специального лечения. Любую форму поллюций следует отличать от пассивного выделения семенной жидкости (спермы), иногда с примесью крови.