**Секс длиною в жизнь**

Канули в лету времена, когда "секса в России не было". Помочь нашим соотечественникам без фальши говорить о проблеме, во многом определяющей качество современной жизни, призвана просветительская программа "Секс длиною в жизнь", организованная фармацевтической компанией "Пфайзер" совместно с Московским научно-практическим центром спортивной медицины.

...История любви этой красивой пары прекрасна. В ней было все: и острота желания, и любовная прелюдия, и бурный секс и, наконец, блаженство "после" - те самые "счастливые пятки"- мужская и женская, выглядывающие из-под одеяла.

Олимпийские чемпионы по фигурному катанию - Елена Бережная и Антон Сихарулидзе - не случайно задействованы в программе.

"Нам понравилась идея привлечь внимание людей к важной теме взаимоотношений мужчины и женщины", - так объясняют спортсмены свое участие в просветительской программе "Секс длиною в жизнь".

Они решились поучаствовать в этом необычном проекте еще и потому, что считают: россияне могут и должны улучшить свою жизнь, изменив свое отношение к сексу. По мнению фигуристов, все в мире взаимосвязано, и от качества сексуальных взаимоотношений во многом зависит качество жизни в целом. В то же время все чаще встречаются люди, жизнь которых обеднена наполовину, ведь в ней есть духовное самовыражение и нет физического. Эти люди должны узнать, что их проблема имеет решение: для этого у современной медицины есть все возможности.

Не стоит относиться к сексу как к спорту, но все же здесь можно провести параллель: в спорте даже самый подготовленный спортсмен может потерпеть поражение из-за простого волнения. То же самое может быть и в сексе. Это на собственном опыте знают многие мужчины.

Елена и Антон постоянно выступают на ледовых аренах США и Европы. Это позволило им понять, насколько щепетильно западные мужчины относятся к своему здоровью. Уже при небольшом недомогании они отправляются к врачам, в т. ч. и к урологам. В России мужчины идут к врачу, когда "грянул гром" и ситуация вышла из-под контроля. В результате, время упущено, а ведь своевременное вмешательство врача часто помогает эффективно решить деликатную проблему.

Чемпионы уверены: никогда не нужно останавливаться и сходить с дистанции. По их мнению, проект "Секс длиною в жизнь" поможет многим людям понять эту простую истину.

Сексуальное здоровье - один из критериев качества жизни мужчины. Психологи считают, что в сознании мужчины заложено желание выиграть, спортивный настрой. Спорт для мужчины - это стремление к достижению вершины, воля к победе. То же и в сексе. "Немногие мужчины могут похвастаться тем, что их никогда не охватывала тревога перед интимным свиданием", - уверен Антон Сихарулидзе. В спорте даже для самого одаренного и самого подготовленного спортсмена существует незримое препятствие, ставящее его на грань между победой и поражением. Это препятствие - волнение, свойственное всем.

Но статистика неумолима: только 10% мужчин, которым нужна помощь, сегодня приходят к врачу.

В 1998 г. в мире появилась Виагра - первое таблетированное лекарственное средство, помогающее преодолеть мужскую несостоятельность, и в России ситуация стала меняться: проблемы сексуального здоровья стали обсуждаться открыто, ученые отказались от термина "импотенция" и стали обозначать проблему как "эректильная дисфункция", подразумевая возможность ее эффективной коррекции.

Возвращаясь к истокам проблемы, специалисты отмечают, что причинами развития эректильной дисфункции могут быть и перенесенные ранее заболевания, и оперативные вмешательства, и травмы, и медикаментозная терапия. Кроме того, в жизни каждого мужчины случаются неудачи, связанные, например, со стрессом.

Зав. лабораторией клинической фармакологии и допингового контроля Московского научно-практического центра спортивной медицины проф Р.Д. Сейфулла, занимающийся изучением сексуального здоровья своих подопечных, отмечает, что жесткий график профессиональных спортсменов и специальная медикаментозная поддержка нередко приводят к развитию эректильной дисфункции у спортсменов. А ведь любой современный мужчина подобен стаеру: в беге на длинную дистанцию под названием "жизнь" каждый из них хочет стать чемпионом.

"Переживая неудачи, сначала редкие, потом постоянные, мужчина продолжает относиться к себе невнимательно. Отчасти в силу страха и стеснения, отчасти по причине общей непросвещенности в этом вопросе, он откладывает визит к врачу на потом" - замечает проф. О.Б. Лоран, член-корр. РАМН, зав. клиникой и кафедрой урологии и оперативной андрологии Российской медицинской академии постдипломного образования. - От первой неудачи до развития серьезной формы эректильной дисфункции проходит, как правило, 3-5 лет. К сожалению, вместо того чтобы принимать срочные меры, обратившись к специалистам, мужчины тратят драгоценное время на самолечение травами и всевозможными снадобьями. А ведь эрек-тильная дисфункция - индикатор системных заболеваний и может служить ранним предупреждением о вероятности инфаркта, инсульта, атеросклероза или сахарного диабета. Только врач может назначить мужчине адекватное лечение и поможет составить представление о его здоровье в целом".

Мужчины, внимательно относящиеся к своему сексуальному здоровью, способны избежать тревожных последствий сексуальных нарушений: неуверенности в своих силах, трудностей во взаимоотношениях с женщинами, изолированности, конфликта с собой, депрессии. Избежать - посредством своевременного обращения к профессионалам.

Мужчина, не стесняющийся превращения из обычного, иногда слабого, в сильного, накачанного атлета в спортзале, не должен стесняться превращения в сильного в сексуальном отношении посредством медицинской помощи.

Уже сегодня более 50% мужчин воспринимают секс как одну из важных составляющих полноценной жизни. Семимиллионная армия россиян (21% российских мужчин старше 35 лет) считают, что их сексуальная жизнь могла бы быть и лучше. Они готовы и стремятся ее улучшить.

Фармацевтическая компания "Пфайзер" и все участники просветительской программы "Секс длиною в жизнь" уверены, что смогут помочь нам сделать новый шаг навстречу сексуальному здоровью и долголетию.

Проблема эректильной дисфункции не смертельна. Она просто крадет у нас жизнь, ее яркость и полноту, порождая неудовлетворенность и подрывая, в конце концов, здоровье - божественный дар, данный нам свыше.

Чем раньше .мы все это осознаем, тем больше здоровых и счастливых людей будет на земле.

**Список литературы**

Журнал «Новая аптека», №6, 2006