

Sexualita napříč životem

# Proměny sexuality v čase

- Sledování sexuality napříč vývojovými obdobími - normativní pohled na psychosexuální vývoj a sexuální projevy?
- Sexualita v dětském věku
  - Velmi obtížné zkoumat sexualitu u dětí (věk < 12)
    - etická, metodologická úskalí (pohled rodičů, retrospektivní studie)

# Děti a sexuální projevy

- Co víme:

- Difúzní sexualita (Gagnon & Simon, 1973) - přítomnost vzrušení, ale ne explicitně provázané s drážděním genitálií
- Běžné dotýkání genitálií - Zvědavost a objevování sexuálních částí těla
- Spíše zájem o tvar genitálií, nikoliv o jejich funkci
  - Genitálie = funkce vylučování
  - Chybí povědomí o souvislosti genitálií se sexuální funkcí (max. těhotenství a porod)
  - Chápání vaginální soulože – téměř nemožné
- Přezdívký a nepřesné informace

- Masturbace

- masturbace v předškolním věku = častá obava rodičů, že je něco špatného s jejich dítětem (Ryan, 2000)
- Stimulace ve stavech hněvu a stresu
- Masturbace/dotýkání se intimních partií na veřejnosti = další obava rodičů



# Děti a sexuální projevy

- Masturbace:

- Chlapci v předškolním věku mají erekci
- Masturbace – nejčastěji reportovaná sexuální aktivita u předškolních dětí
- dosáhnout „orgasmu“

The orgasm in an infant or other young male is, except for lacking of ejaculation, a striking duplicate of orgasm in an older adult. The behavior involves a series of gradual physiologic changes, the development of rhythmic body movements with distinct penis throbs and pelvic thrusts, an obvious change in sensory capacities, a final tension of muscles, especially of the abdomen, hips, and back, a sudden release with convulsions, including rhythmic anal contractions—followed by the disappearance of all symptoms. A fretful baby quiets down under the initial sexual stimulation, is distracted from other activities, begins rhythmic pelvic thrusts, becomes tense as climax approaches, is thrown into convulsive action, often with violent arm and leg movements, sometimes with weeping at the moment of climax. (Kinsey et al., 1948, p. 177)

Lying face down on the bed, with her knees drawn up, she started rhythmic pelvic thrusts, about one second or less apart. The thrusts were primarily pelvic, with the legs tensed in a fixed position. The forward components of the thrusts were in a smooth and perfect rhythm, which was unbroken except for momentary pauses during which the genitalia were readjusted against the doll on which they were pressed; the return from each thrust was convulsive, jerky. There were 44 thrusts in unbroken rhythm, a slight momentary pause, 87 thrusts followed by a slight momentary pause, concentration and intense breathing with abrupt jerks as orgasm approached. She was completely oblivious to everything during these later stages of the activity. Her eyes were glassy and fixed in a vacant stare. There was noticeable relief and relaxation after orgasm. (Kinsey et al., 1953, pp. 104–105)

# Děti a sexuální projevy

## • Masturbace:

- Chlapci v předškolním věku mají erekci
- Masturbace – nejčastěji reportovaná sexuální aktivita u předškolních dětí
- dosáhnout „orgasmu“

Orgasmus u malého dítěte nebo jiného mladého muže je, kromě chybějící ejakulace, nápadným duplikátem orgasmu u staršího dospělého. Chování zahrnuje řadu postupných fyziologických změn, rozvoj rytmických pohybů těla s výrazným pulsováním penisu a tahy pánve, zjevnou změnu smyslových schopností, konečné napětí svalů, zejména břicha, kyčlí a zad, náhlé uvolnění s křečemi, včetně rytmických análních kontrakcí – následovaných vymizením všech příznaků. Znepokojené dítě se uklidní pod počáteční sexuální stimulací, je vyrušeno jinými činnostmi, opět začíná rytmickými přírazy pánve, je napjaté, jak se blíží vrchol, je uvrženo do křečovitě akce, často s prudkými pohyby paží a nohou, někdy s pláčem v okamžiku vyvrcholení. (Kinsey a kol., 1948, str. 177)

Ležela tváří dolů na posteli, s nataženými koleny, začala rytmickými přírazy pánve (ve frekvenci cca 1 sekundy a méně). Přírazy byly primárně pánevní, nohy byly napjaté ve fixní poloze. Přírazy byly v hladkém a dokonalém rytmu, který byl nepřerušovaný s výjimkou chvilkových přestávek, během nichž byly genitálie znovu nastaveny proti panence, na kterou byly přitisknuty; návrat z každého přírazu byl křečovitý, trhavý. Bylo tam 44 přírazů v nepřerušovaném rytmu, lehká chvilková pauza, 87 přírazů, po kterých následovala lehká chvilková pauza, soustředění a intenzivní dýchání s prudkými trhnutími, jak se blížil orgasmus. Během těchto krajních fází činnosti na všechno úplně zapomněla. Její oči byly skleněné a upřené do prázdného pohledu. Po orgasmu byla patrná úleva a uvolnění. (Kinsey a kol., 1953, s. 104–105)

- Friedrich, W. N., Fisher, J., Broughton, D., Houston, M., & Shafran, C. R. (1998). Normative sexual behavior in children: A contemporary sample. *Pediatrics*, 101(4), e9-e9.

	2-5 let N = 287	6-9 let N = 191	10-12 let N = 82		2-5 let N = 287	6-9 let N = 171	10-12 let N = 96
<b>Chlapci</b>				<b>Dívky</b>			
1. Dresses like opposite sex	13.8	5.9	0.0	1. Dresses like opposite sex	10.2	8.8	8.4
2. Stands too close	29.3	14.4	7.5	2. Stands too close	25.8	18.8	14.8
4. Touches sex parts in public	26.5	13.8	1.2	4. Touches sex parts in public	15.1	6.5	2.2
5. Masturbates with hand	16.7	12.8	3.7	5. Masturbates with hand	15.8	5.3	7.4
7. Touches breasts	42.4	14.3	1.2	7. Touches breasts	43.7	15.9	1.1
12. Touches sex parts at home	60.2	39.8	8.7	12. Touches sex parts at home	43.8	20.7	11.6
19. Tries to look at people when they are nude	26.8	20.2	6.3	19. Tries to look at people when they are nude	26.9	20.5	5.3
21. Shows sex parts to adults	15.4	6.4	2.5	21. Shows sex parts to adults	13.8	5.4	2.2
22. Tries to look at pictures of nude people	5.4	10.1	11.4	22. Tries to look at pictures of nude people	3.9	10.2	3.2
25. Gets upset when adults kiss	13.2	6.4	3.8	25. Gets upset when adults kiss	12.1	7.2	5.4
30. Wants to watch TV nudity	5.0	8.0	15.2	30. Wants to watch TV nudity	6.4	8.4	12.8
32. Hugs adults not known well	15.4	3.7	0.0	32. Hugs adults not known well	12.8	6.6	4.3
35. Very interested in opposite sex	17.5	13.8	24.1	35. Very interested in opposite sex	15.2	13.9	28.7
37. Knows more about sex	5.3	13.3	11.4	37. Knows more about sex	5.3	15.5	17.9
Mean total score (SD)	5.0 (4.5)	3.3 (4.2)	1.5 (2.2)	Mean total score (SD)	4.7 (4.8)	2.7 (3.5)	2.2 (3.5)

- Friedrich, W. N., Fisher, J., Broughton, D., Houston, M., & Shafran, C. R. (1998). Normative sexual behavior in children: A contemporary sample. *Pediatrics*, 101(4), e9-e9.

**TABLE 5.** Developmentally Related Sexual Behaviors

Question No.	Item	% Endorsement
2- to 5-year-old boys		
2	Stands too close to people	29.3
4	Touches sex (private) parts when in public places	26.5
7	Touches or tries to touch their mother's or other women's breasts	42.4
12	Touches sex (private) parts when at home	60.2
19	Tries to look at people when they are nude or undressing	26.8
2- to 5-year-old girls		
2	Stands too close to people	25.8
7	Touches or tries to touch their mother's or other women's breasts	43.7
12	Touches sex (private) parts when at home	43.8
19	Tries to look at people when they are nude or undressing	26.9
6- to 9-year-old boys		
12	Touches sex (private) parts when at home	39.8
19	Tries to look at people when they are nude or undressing	20.2
6- to 9-year-old girls		
12	Touches sex (private) parts when at home	20.7
19	Tries to look at people when they are nude or undressing	20.5
10- to 12-year-old boys		
35	Is very interested in the opposite sex	24.1
10- to 12-year-old girls		
35	Is very interested in the opposite sex	28.7

Nejčastější sexuální aktivity v raném věku: vlastní stimulace, "sexuální hrátky" (hry na doktora, zkoumání genitálů, simulace kopulativních pohybů)

5-7 let: hry s heteronormativním podtextem (např. na tatínka a maminku)

8-9 let: větší důraz na rozdělené kolektivy (dívčí a chlapecké), ústup „sexuálních aktivit“ – ale otázky na sexualitu a reprodukci přítomné

10-11 let: zájem o tělesné změny, zároveň stále oddělené vrstevnické kolektivy

Stejnopohlavní hrátky – často kvůli rozdělení na dívčí a chlapecký kolektiv, žádný spolehlivý prediktor budoucí sexuální orientace

# Adolescence a puberta

- Psychologický koncept
  - raná adolescence: 10 - 13 let, střední adolescence: 14 - 18 let, pozdní adolescence: 19 – 22 let (nejasné kvůli konceptu vynořující se dospělosti)
  - Puberta: 10/11 let – dívky; 12 let – chlapci
  - U 15 % dívek v USA – puberta již v 7 letech (Newman, 2011)
- Puberta (od latinského slova pubescere – být ochlupen)
  - = fyziologické zrání – dozrávání reprodukčních orgánů
    - Puberta – primárně v rané adolescenci
    - Mechanismus není úplně známý (hypotalamus – hypofýza – gonadotropní hormony – stimulace gonád a sekrece odpovídajících hormonů)
  - vývoj zájmu o sex a zesílení sexuálního libida (vlivem hormonů)



# Puberta – etapy a fyziologické změny

- (1) Růst primárních a sekundárních sexuálních znaků
  - růst prsů, penisu a šourku se dá rozdělit do 5 fází (spíš pro výzkum, určení stádia vývoje)
  - ochlupení až po zahájení růstu prsů (10 let) a varlat (12 let)
  - menarche = 12,88 let v Evropě/ u dívek v ČR – 12,3 let, ejakulace (první poluce) 13-14 let
- (2) Růstový spurt
  - u dívek přibližně v 11 letech a u chlapců kolem 14. roku
- (3) Změna proporcí svaloviny a tuku
  - **chlapci 1,5x více tělesné hmotnosti než dívky, dívky mají 2x více tělesného tuku než chlapci**
- (4) Zvětšení oběhové a dýchací soustavy
  - síla a vytrvalost; přítomnost akné, v pozdější fázi puberty: růst dalšího ochlupení v podpaží a na jiných částech těla

# Psychologická stránka puberty



- Změna nálad a prožívání

- Dívky:

- Negativní emoce a negativní ladění (zvýšená hladina luteinizačního hormonu v počátcích puberty, biologický základ)
    - Rychlost tělesných změn v průběhu puberty má vliv na náladu:
      - čím prudší změny, tím hlubší poklesy nálad
      - kontinuální změny – lepší adaptace
    - Vnímání sekundárních znaků – odvislé od okolí
    - Pocity ohledně menarche: většinou smíšené

- Chlapci:

- dominance testosteronu – méně smutku, ale více problémového chování (impulzivita)
    - Častěji spokojeni s tělesnými změnami (nárůst svaloviny) - přiblížení se ideálu muže

# Načasování puberty a jeho důsledky

- Časnější puberta u dívek:
  - horší vzdělání, horší duševní zdraví (nižší sebevědomí, deprese, sebevražedné myšlenky) a problémové chování (drogy, iniciace sexuálního života – nepřipravenost, konflikty s rodiči)
  - Důvody:
    - Pocit odlišnosti, ztráta pocitu náležení do skupiny
    - Odklonění se od ideálu krásy (kvůli změně tělesné hmotnosti) – větší tělesná hmotnost (Kaplowitz, 2008)
    - Větší tlak, co se týká randění a sexuálních zkušeností
- Časnější puberta u chlapců?

# Sexuální aktivity

- Sexualita dospívajících vs. mediální pohled

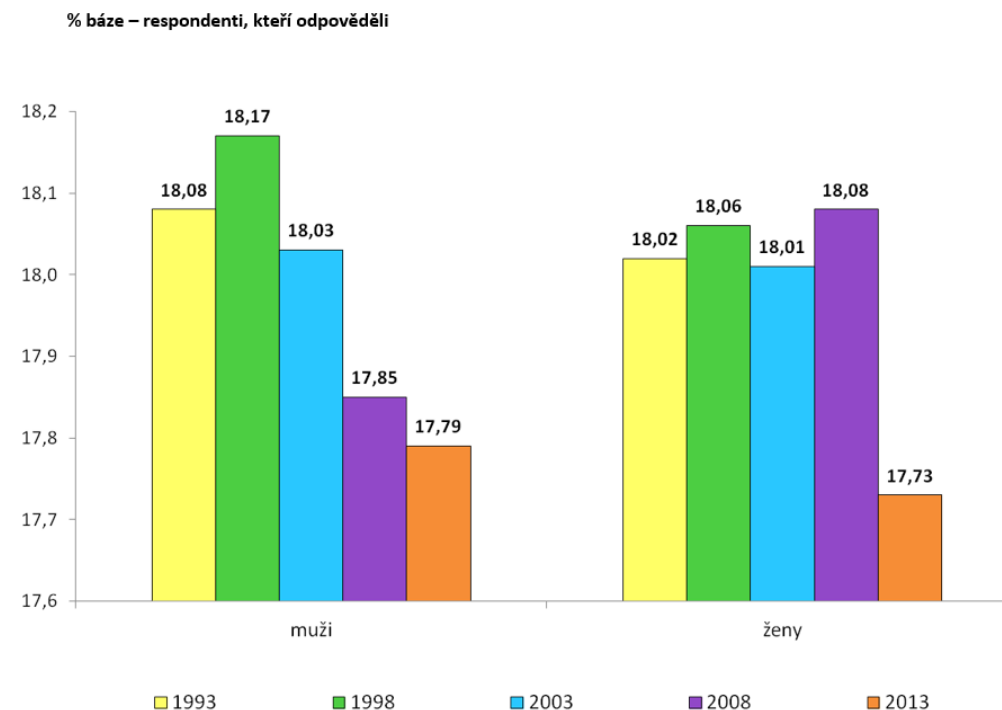
## Počátky partnerské sexuality

- Věk první schůzky, zamilovanosti a polibku se u mužů a žen podstatně neliší a v posledních 10 letech nedošlo k podstatným změnám; tyto aktivity probíhají kolem 15. roku věku.
- Stejný je i věk zahajování nekoitálních aktivit ve smyslu neckingu – u mužů je to kolem 16. roku u žen o rok později.
- První petting je u mužů i žen zahajován v průměru kolem 17. roku.
- První delší partnerské vztahy navazují muži i ženy kolem 18. roku věku.

- Počátek masturbace (průměrný věk):

- dospívající chlapci : v 13,98 letech
- dospívající dívky: v 16 letech

## Ot.1: První soulož - věk



vaginální styk před 15 lety pouze 5,3 % 15letých chlapců a 1,3 % 15letých dívek (šetření v r. 1998 - Weiss & Zvěřina, 2001)

v roce 2008: 15,8 % chlapců a 10,4 % dívek (ve vzorku 1000 respondentů ve věku 15-17 let - Katrňák, Lechnerová, Pakosta, & Fučík, 2010)

# Faktory související s iniciací sexuálního života

- Biologie: brzká puberta + menarché v nižším věku – dřívější koitus (Crockett et al., 2003)
  - ALE: Nízká role androgenů, testosteronů a jiných hormonů v predikci sex.chování
    - (ano, je tam korelace na začátku puberty, ale pak už nevysvětlovaly další vývojové změny v sexuálním chování/tužbě)
- Psychosociální faktory:
  - Deprese u mladších dívek → časnější sexuální debut
  - Žádná spojitost mezi sebehodnocením a dřívějším sexuálním debutem (ověřit?)
  - Problémové chování: kriminální a neetické jednání → předčasné zahájení sex. života
  - Tendence k rizikovému chování = obecně více sexuální zkušeností
  - Postoje: silnější religiozita, význam náboženského přesvědčení v každodenním životě – méně sex. projevů
  - Akademické zapojení – lepší známky, akademické ambice – odklad sexu

# Faktory související s iniciací sexuálního život

- Sociální faktory - rodina
  - Kvalita vztahů mezi rodičem a dítětem
  - Dohlížení rodičů na děti
  - Komunikace mezi dítětem a rodičem
  - Rodinná struktura
    - jeden rodič=dřívější zahájení sexuálního života
    - starší sourozenec
    - Nižší socioekonomický status rodiny (chudoba v bezprostředním okolí)

# Faktory související s iniciací sexuálního život

- Sociální faktory

- Vrstevníci

- Kolektiv schvaluje výběr romantického partnera
    - Kolektiv = facilitátor/inhibitor sledování konkrétních sexuálních norem
    - Působení vrstevníků je vývojově omezené (Brown, 1999; Connolly & Goldberg, 1999)
      - Iniciační fáze (11 – 13 let): reorientace na vrstevníky opačného pohlaví
      - Statusová fáze (14 – 16 let): budování romantických vztahů v rámci vrstevnických skupin
      - Fáze náklonnosti (17 – 20 let): reorientace na diádu

- Média coby super-vrstevník!

- Romantický partner

- Sex primárně v rámci romantických partnerů – příležitostný sex už ne tolik častý (jak v ČR, tak v USA, napříč různými etniky, O'Sullivan et al., 2007)

# Role vrstevníků v sexuálním životě dospívajících

*Konzumace internetové pornografie.*

	Věkové kategorie			$\chi$ (df)	p
	11-13 let	14-15 let	16-17 let		
Dívky % (n=600)					
S kamarádem	9.5	<b>14.1</b>	7.1	6.4(2)	.04
S kamarádkou	33.3	38.4	33.5	1.3(2)	.51
S chlapcem, se kterým chodím	2.9	13.0	<b>23.9</b>	27.6(2)	.001
Sama	64.8	63.2	65.2	.2(2)	.91
Chlapci % (n=629)					
S kamarádem	<b>30.4</b>	25.7	19.3	6.9(2)	.03
S kamarádkou	15.2	13.5	16.1	.6(2)	.73
S dívkou, se kterou chodím	8.2	6.8	<b>18.4</b>	17.6(2)	.001
Sám	77.2	77.5	<b>86.5</b>	7.8(2)	.02

## • Sociální faktory

### • Vrstevníci

- Kolektiv schvaluje výběr romantického partnera
- Kolektiv = facilitátor/inhibitor sledování konkrétních sexuálních norem
- Působení vrstevníků je vývojově omezené (Brown, 1999; Connolly & Goldberg, 1999)
  - Iniciační fáze (11 – 13 let): reorientace na vrstevníky opačného pohlaví
  - Statusová fáze (14 – 16 let): budování romantických vztahů v rámci vrstevnických skupin
  - Fáze náklonnosti (17 – 20 let): reorientace na diádu



# Shrnutí

- Téma sexuality v dětství málo probádané
- Větší povědomí o účincích puberty psychiku u dívek než u chlapců
  - Dívky rizikovější
  - Je předčasné zahájení sexuálního života je pro dívky rizikovější?
- Největší vrstevnický tlak související se sexualitou spadá do období střední adolescence
- Rodina a chudoba: významné faktory v sexuálním vývoji

- Lucie Jarkovská, Ph.D.: Kdy je ten správný čas začít se sexuální výchovou
- <https://www.youtube.com/watch?v=s6NRQjF45Is>

# Sexualita ve starším věku



Foto: Rankin/Relate



Foto: Rankin/Relate; <https://magazin.aktualne.cz>

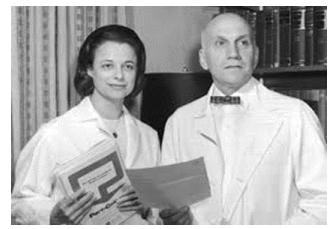
	16-24 years	25-34 years	35-44 years	45-54 years	55-64 years	65-74 years	All age groups	p value
<b>Sexual practices with female partners</b>								
Number of occasions of sexual intercourse in past 4 weeks†								
Mean (SD)	5.1 (7.2)	5.4 (6.5)	4.1 (4.3)	4.1 (6.1)	3.2 (4.5)	2.3 (3.6)	4.3 (5.7)	..
Median (IQR)	3 (0-7)	4 (1-8)	3 (1-6)	3 (1-6)	2 (0-4)	1 (0-3)	3 (1-6)	..
Vaginal sex in past 4 weeks	52.7% (50.0-55.3%)	74.6% (72.1-76.9%)	75.1% (71.8-78.3%)	69.3% (65.7-72.7%)	55.2% (51.3-59.1%)	37.2% (33.1-41.5%)	62.9% (61.5-64.4%)	<0.0001
Given or received oral sex in past year	70.9% (68.4-73.3%)	80.0% (77.6-82.2%)	80.2% (77.0-83.0%)	71.0% (67.2-74.5%)	52.4% (48.4-56.4%)	30.4% (26.5-34.6%)	67.1% (65.7-68.5%)	<0.0001
Anal sex in past year	18.5% (16.4-20.7%)	17.6% (15.6-19.8%)	15.1% (12.6-18.0%)	13.8% (11.1-17.0%)	7.6% (5.7-10.0%)	2.9% (1.7-4.9%)	13.4% (12.4-14.4%)	<0.0001
Genital contact without intercourse in past year	71.3% (68.6-73.8%)	75.8% (73.1-78.3%)	73.1% (69.6-76.3%)	66.0% (62.0-69.8%)	56.2% (52.3-60.1%)	36.8% (32.7-41.1%)	65.4% (63.9-66.8%)	<0.0001
<b>Masturbation</b>								
Masturbated in past 4 weeks	82.6% (80.5-84.5%)	78.1% (75.6-80.3%)	72.9% (69.1-76.3%)	64.6% (60.6-68.4%)	53.1% (49.0-57.1%)	33.1% (29.2-37.3%)	66.4% (64.9-67.8%)	<0.0001
<b>Sexual practices with male partners</b>								
Any sexual experience or contact with another man	7.0% (5.7-8.5%)	7.8% (6.4-9.4%)	7.4% (5.5-9.8%)	9.2% (7.3-11.6%)	10.0% (8.0-12.4%)	6.1% (4.4-8.4%)	8.0% (7.2-8.9%)	0.0754

<b>Sexual practices with male partners</b>								
Number of occasions of sexual intercourse in past 4 weeks†								
Mean (SD)	5.8 (6.6)	4.9 (5.1)	4 (4.6)	3.5 (4.2)	2.5 (3.4)	1.4 (2.3)	4.0 (4.9)	..
Median (IQR)	4 (1-8)	4 (1-7)	3 (1-5)	2 (1-5)	2 (0-4)	1 (0-2)	3 (1-6)	..
Vaginal sex in past 4 weeks	59.6% (57.2-61.9%)	75.7% (73.8-77.5%)	72.3% (69.4-74.9%)	64.4% (61.2-67.3%)	41.4% (38.1-44.7%)	21.3% (18.2-24.8%)	58.4% (57.2-59.7%)	<0.0001
Given or received oral sex in past year	70.3% (68.0-72.5%)	79.7% (77.8-81.4%)	75.4% (72.7-77.9%)	62.7% (59.5-65.7%)	35.3% (32.0-38.7%)	19.0% (16.1-22.2%)	59.9% (58.7-61.2%)	<0.0001
Anal sex in past year	17.0% (15.3-18.9%)	15.9% (14.4-17.5%)	12.7% (10.8-14.9%)	7.7% (6.1-9.5%)	3.6% (2.5-5.1%)	3.6% (2.4-5.3%)	10.5% (9.8-11.2%)	<0.0001
Genital contact without intercourse in past year	72.6% (70.4-74.8%)	77.1% (75.1-79.0%)	73.4% (70.6-76.0%)	62.4% (59.3-65.4%)	41.0% (37.6-44.4%)	28.1% (24.7-31.7%)	61.4% (60.2-62.6%)	<0.0001
<b>Masturbation</b>								
Masturbated in past 4 weeks	37.1% (34.7-39.5%)	43.7% (41.4-46.0%)	39.8% (36.8-42.8%)	37.6% (34.4-40.9%)	19.2% (16.7-22.0%)	10.3% (8.2-12.8%)	32.9% (31.7-34.1%)	<0.0001
<b>Sexual practices with female partners</b>								
Any sexual experience or contact with another woman	18.9% (17.1-20.9%)	18.1% (16.4-20.0%)	11.5% (9.8-13.6%)	8.8% (7.3-10.6%)	6.6% (5.1-8.4%)	2.6% (1.7-4.1%)	11.5% (10.7-12.3%)	<0.0001

# Sexualita ve starším věku

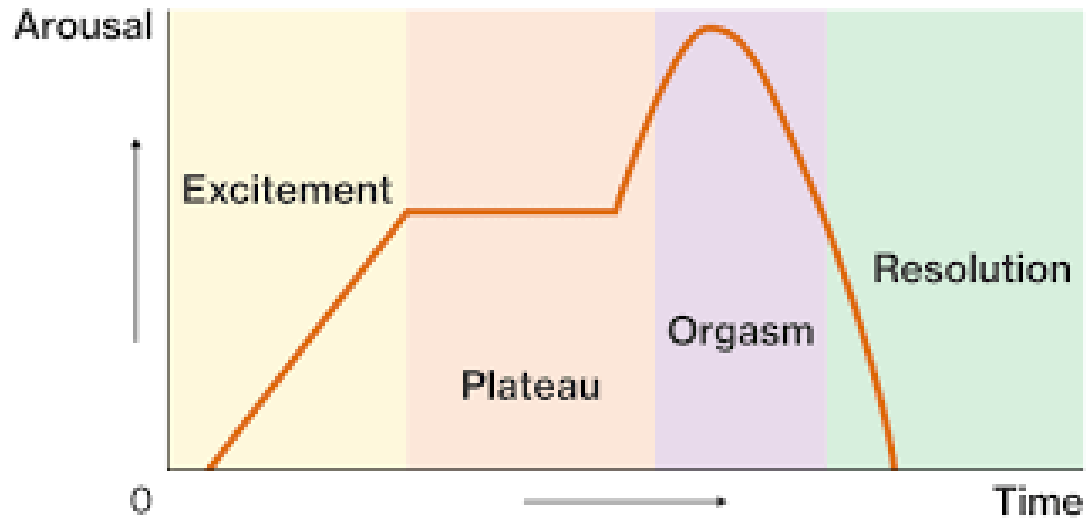
- Ač pozdní dospělost se datuje od 65. roku života, významné změny v sexuálním fungování nastávají okolo 50
- Menopauza: počátek kol 50. roku života
  - Degradace vaječnicků – neschopnost reagovat na FSH (folikulostimul.hormon) LH (luteinizační h.) – vaječnický už nejsou schopné produkovat estrogen a progesteron
  - Psychické potíže – deprese
  - Změny chutí, tělesné váhy, zrudnutí, pocení, proměny tělesné teploty
  - Změna v produkci hlenů, lubrikace během sexu: trvá delší dobu než obvykle
  - S postupujícím věkem změna elasticity vagíny, pochvy a stydkých pysků
  - Sama menopauza nemění sexuální návyky a sexuální prožívání (spíše postupující věk – postmenopauzální období)

# Sex odpověď dle Masterse a Johnsonové (1966)



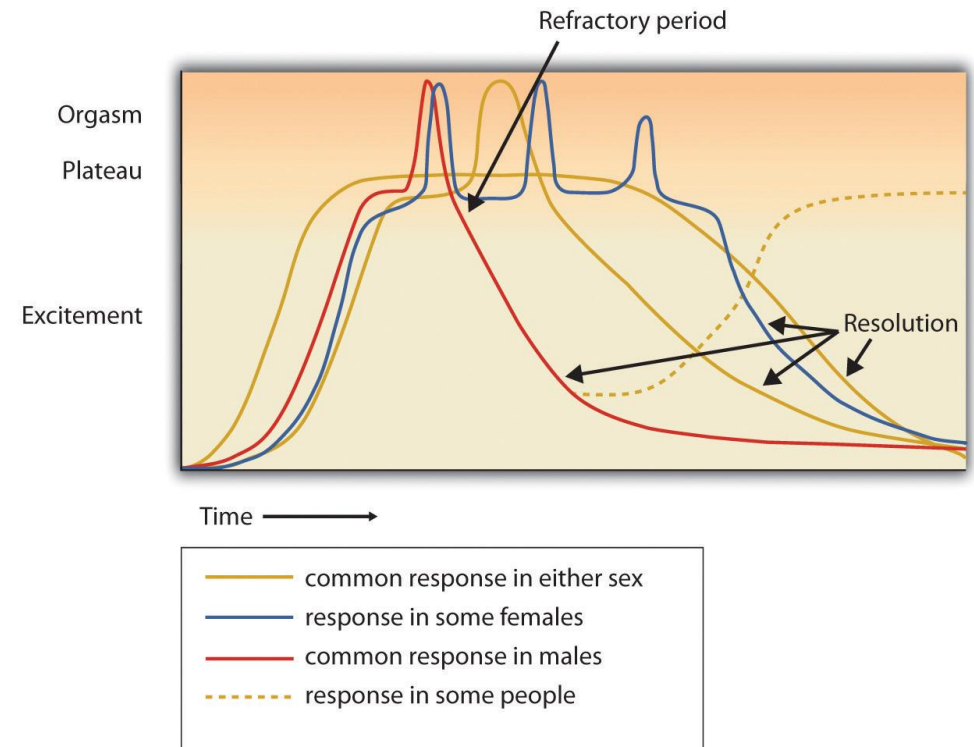
- Fáze excitace

- Naplnění tkání krví, svalové napětí v oblasti genitálií, zvýšení rychlosti dechu a tepu atd.
- Fyziologické změny u masturbace, líbání, sledování pornografie (bez masturbace) a sex. fantazií (kognitivní procesy)



- Fáze plateau

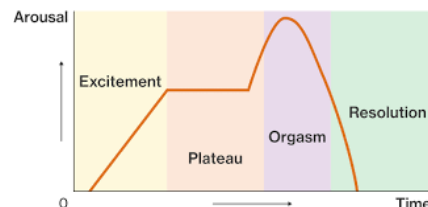
- Extenzí fáze excitace
- U mužů kompletní erekce
- prodloužení této fáze může zintenzivnit prožitek následného orgasmu



## Masters & Johnson, 1966 – sexuální odpověď u starších lidí

■ **TABLE 6.4 Typical Age-Related Changes in the Sexual Response Cycles of Older Men and Women**

Phase	Typical Changes in Women	Typical Changes in Men
<b>Excitement</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Vaginal lubrication is somewhat delayed and occurs with less volume.</li> <li>■ Vaginal mucosa thins, and length and width of vagina decrease.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Longer time required to obtain an erection.</li> <li>■ Erection may be less firm.</li> </ul>
<b>Plateau</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Orgasmic platform less pronounced.</li> <li>■ Less elevation of uterus.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Less overall muscle tension.</li> <li>■ Less elevation of testes.</li> <li>■ This phase is often elongated in time.</li> </ul>
<b>Orgasm</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Fewer orgasmic contractions.</li> <li>■ Occasionally uterine contractions may be painful.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Number of muscular contractions decrease, and force of ejaculation is lessened.</li> <li>■ Sensations of ejaculatory inevitability may be absent.</li> </ul>
<b>Resolution</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Typically occurs more rapidly as vaginal expansion, orgasmic platform, and clitoral retraction disappears soon after orgasm.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Occurs more quickly with rapid loss of erection.</li> <li>■ Refractory period between orgasm and the next excitement phase gradually lengthens.</li> </ul>



# Sexualita ve starším věku

- Bariéry v sexuální aktivitě:
  - **zdravotní/sexuální potíže**
  - **absence partnera**
  - **předsudky vůči sexu ve starším věku**



16–24 years 25–34 years 35–44 years 45–54 years 55–64 years 65–74 years All age groups [p value\\*](#)

**Women**

Lacked interest in having sex 24.8% 31.9% 37.0% 37.9% 38.8% 34.2% 34.2% <0.0001

Lacked enjoyment in sex 11.3% 13.2% 11.0% 12.7% 14.2% 8.0% 12.1% 0.0737

Felt anxious during sex 8.2% 8.2% 4.2% 3.6% 2.7% 2.0% 5.2% <0.0001

Felt physical pain as a result of sex 9.5% 8.0% 5.3% 6.4% 10.4% 5.3% 7.5% 0.0006

Felt no excitement or arousal during sex 8.6% 8.0% 7.1% 8.9% 9.5% 6.9% 8.2% 0.4626

Difficulty in reaching climax 21.0% 17.2% 14.3% 14.7% 16.3% 13.7% 16.3% 0.0029

Reached climax more quickly than you would like 3.8% 2.5% 1.7% 2.6% 1.6% 1.1% 2.3% 0.0136

Uncomfortably dry vagina 9.4% 9.7% 7.5% 14.1% 26.9% 20.0% 13.0% <0.0001

	16–24 years	25–34 years	35–44 years	45–54 years	55–64 years	65–74 years	All age groups	<a href="#">p value*</a>
<b>Men</b>								
Lacked interest in having sex	11.5%	14.5%	17.2%	15.3%	16.0%	13.6%	14.9%	0.0961
Lacked enjoyment in sex	5.4%	6.7%	5.0%	3.3%	4.6%	1.8%	4.8%	0.0071
Felt anxious during sex	5.7%	6.3%	5.8%	4.4%	5.5%	3.8%	5.4%	0.4269
Felt physical pain as a result of sex	1.8%	1.7%	1.8%	2.0%	1.9%	1.0%	1.8%	0.9243
Felt no excitement or arousal during sex	3.3%	4.3%	3.3%	2.2%	2.6%	2.7%	3.1%	0.2245
Difficultly in reaching climax	9.2%	9.8%	8.3%	7.9%	10.6%	10.4%	9.2%	0.5100
Reached climax more quickly than you would like	16.5%	19.1%	15.8%	13.6%	10.0%	10.8%	14.9%	0.0002
Trouble getting or keeping an erection	7.6%	7.9%	7.9%	13.4%	23.5%	30.0%	12.9%	<0.0001

# Překážky v sexuálním životě



- **Zdravotní/sexuální potíže**

- Onemocnění pohlavních orgánů
- Jiná tělesná onemocnění – přímý vliv na sexuální fungování (kardiovaskulární nemoci, cukrovka, zvýšený cholesterol?)
- Farmakologická léčba tělesných a duševních nemocí – negativně ovlivňuje sexuální fungování viz léčba deprese, tabák, léky

- Kontext/životní etapa určují míru přijetí změn v sex. životě

- „Z mého pohledu tam byl velký strach z nemoci jeho [manžela]. Jednou jsem ho navštívil v nemocnici a viděl všechny ty hadičky a všechno, řekl jsem si, byl bych rád, kdyby přežil a zůstal naživu.“ (vdaná, 65 let)
- „Můj manžel má dva roky nemoc, takže jsme nemohli mít sex, protože neměl erekci. Nechce navštívit odborníka nebo se mnou o tom mluvit... Nechci ukončit svůj sexuální život čistě kvůli nezájmu nebo neschopnosti mého manžela. Nechci ho opustit, protože máme dvě, ještě ne dospělé děti. (žena, 52 let)
- „Kvůli hypertenzi užívám tyto léky: Cynt 0,4, Amicloton, Anopyrin, Lusopress, Irbesartan Actavis 300 mg, Nebivolol Sandoz 5 mg. Asi mám problémy s erekcí. Jelikož mám partnerku, nechci na ní šetřit. Je možné provést nějaké změny v léčbě hypertenze nebo přidat nějaké léky, které by zlepšily moji erekci? (muž ve věku 62 let)



# Překážky v sexuálním životě

- **Absence partnera**
- Genderová disproporce na „sňatkovém trhu“ ( $\text{♀} > \text{♂}$ ) + problém věku hledaného partnera:
  - R: „...Jako určitě bych chtěl mladší. Já jsem měl vždycky mladší partnerky, takže je to pro mě určitý zvyk. Spíš nějaká ta žena kolem padesátky, to já je v tomhle věku tak nějak oslovuju.“
  - T: „Takže starší partnerky odmítáte?“
  - R: „No, tak vždycky si je prohlídnu, jak vypadají (smích). Ale ony většinou, když jsou starší, tak třeba je na nich něco, co mi jako nevyhovuje. Třeba vypadají dost staře, a to já bych úplně nechtěl nějakou stařenu vedle sebe.“ (Ladislav, 63 let)
  - „...A mně připadá už třeba nad, k té sedmdesátce, kolem té sedmdesátky, to už je člověk, co je životem unavený. Že to už není až tak moc nějak na...nějaké takové [společné stárnutí dvou podobně vitálních lidí], co si třeba já, představuju.“ (Alena, 64)
- Nalezení nového partnera = bod obratu v sexuálním životě (proč: seznamovací scénáře?)

# Překážky v sexuálním životě

- absence partnera
- zdravotní/sexuální potíže
- **předsudky vůči sexu ve starším věku**
  - Pro-reprodukční postoje (jen někteří)
  - Přítomnost studu a obav z postupujících tělesných změn
  - Nižší sebehodnocení (např. pochybnosti o fyzické, tělesné atraktivitě)
- ...já jsem se nějak jako uzavřela nebo mně to nějak, nebo mně to přijde v mém věku už tak jako, né úplně normální. Já nevím. Sice vím, že žijou určitě sexuálně... i třeba do sedmdesáti, jo. Ale nevím, mně to přijde, že už to ke mně nepatří. (rozvedená, 63 let)

# Proč je partnerský sex klíčový

- **pro navazování a udržování nových vztahů ve středním a straším věku:**
  - *už 5 - 6 let nemám partnera a nemám žádnou sexuální potřebu. Teď je mi 52, děti už jsou pryč a chtěla bych si najít partnera, nechci zůstat sama. Ale co ten sex, jak vrátit tu potřebu? Přitom dříve jsem byla velice aktivní.*
- **pro partnerské fungování – udržení partnerské exkluzivity**
  - 4 fáze lásky – milenci, manželé, sestra a bratr a nakonec dvě sestry
  - *Je mě 70 roků, naše manželství trvá již 48 roků. Chybí mě v něm trochu něhy a sex. Posledních 5 roků se nemohu k manželce přiblížit ani abych ji objal a natož potom abychom měli spolu sex. Žijeme spolu jako bratr se sestrou. Ji takový vztah vyhovuje, mě tento vztah ubíjí, ale nechci to řešit nějakým rozchodem, nebo nevěrou i když možnosti bych měl.*
  - *Mám problém, prostě v mojom veku (62) už to so sexom nie je nič moc ale manželka ešte stále očakáva pravidelný sex, keďže naň bola zvyknutá a občas naznačí možnosť nájdenia náhradníka. Mám to riešiť viagrou, cialisom a.p. alebo čo s tým? Som z toho "foggy"*
  - Někteří se více soustředují na intimitu, upokojení partnera a méně na vlastní výkon
  - *„ Že se s věkem to mění...člověk cítí tu potřebu být s tou manželkou a nemusí dojít k sexu, stačí, když spolu ležíte a jenom tak se milujete, nemusí dojít přímo tady k tomuto...” (ženatý, 63 let)*
- **pro vymezení se vůči stáří (i vrstevníkům): nemít už sex? ... Bych se cítil starej a odepsanej, jak se říká (ženatý, 61 let)**