

Bod túžby



Súčasťou jarných depresii môže byť aj strata sexuálnej túžby.

FOTO: profimedia.sk

Zasiahla jarná únava vašu spáľňu? Poznáme akupunktúrny bod, ktorý vám pomôže.

Nedostatok slnečných lúčov, lenivé vysedávanie na teplej pohovke a možno aj nesprávne potraviny, ktoré sme si počas zimy nakladali na tanier, zapríčinili, že sa v tomto období môžeme cítiť nadmieru unavení. Fyzická a psychická únava často nejdú ruka v ruku s túžbou po milovaní. Žeby muži na jar častejšie počuli v spálni vetu: Dnes nie zlato, bolí ma hlava, a ženy zasa: Miláčik, som unavený...? Uznávaná sexuologička Danica Caisová si myslí, že zdraví ľudia, ktorí si zdravý spôsob života dopriali aj v zime, by nemali mať problémy so sexom ani na jar. „Erotika a sex majú byť osviežením života. Je však pravda, že na jar môžu byť prejavy depresie intenzívnejšie. Ich súčasťou je aj pokles či strata sexuálnej túžby.“

Jar je podľa jej slov skôr obdobím flirtovania, koketovania či zvädzania: „Možno sú chlapci a muži na jar vnímavejší na dievčenské či ženské pôvaby. Preto sú pozornejší a viac dvoria. Ľuďom po zimnom babušení sa priam žiada vidieť viac ako len telá zahalené do kabátov, čapíc či šalov. Určite to má aj svoje fyziologické dôvody. Viac denného svetla a viac slnka pôsobi na mozgový podväzok, hypofýzu, ktorý vysiela do tela také prepotrebné hormóny.“

No čo v prípade, že predsa len vybočujete z radu tých šťastnejších? Hľadáte spoľahlivé a účinné afrodisiakum, látku, ktorá by zvýšila libido? Podľa doktorky Caisovej takú dosiaľ nepoznáme: „Existujú všeobecné odporúčania – pestovať telesné a psychické zdravie, vyváženú stravu, kultivovať vzťah. Vnímavosť ľudí na erotiku je však veľmi rozdielna, lebo sexuálny temperament je človeku vrozený. Ak je strata sexuálnej túžby súčasťou choroby, nastupuje medicína a liečba.“

Čiňania majú riešenie

Zaujímalo nás, či tisíce rokov stará tradičná čínska medicína (TČM) predsa len nepozná účinný prostriedok na úpravu takej

KATARINA ČULENOVÁ

dôležitej súčasti života človeka. Pozná!

„Sexuálna túžba sa dá výborne ovplyvňovať bylinami a akupunktúrou,“ hovorí Monika Křeková, terapeutka TČM z kliniky tradičnej čínskej medicíny v Bratislave. Súhlasí s doktorkou Caisovou v tom, že vždy teba pátrať po príčine straty túžby a ak je na vine nejaké ochorenie, treba ho najskôr vypátrať a potom vyliečiť. Až potom nastupuje stimulácia bylinami alebo ihličkami.

Strata túžby je podľa tradičnej čínskej medicíny vždy spojená s problémami obličiek a močových ciest alebo s nedostatkom jangu – energie mužského princípu. „Často k nám chodia ženy, ktoré po pôrode stratili chuť na milovanie. Energii stratenú tehotenstvom a pôrodom dokážeme prirodzene doplniť bylinkovými čajmi. Išlo by to aj pomocou napichnutia akupunktúrneho bodu, ale s malým bábätkom je náročné chodiť dvakrát týždenne na ihličky,“ zdôvodňuje Monika Křeková.

Funguje to rýchlo

Riešiť intímne problémy však na kliniku chodia častejšie muži ako ženy. Aj tí spočiatku nedôverčívi nakoniec v spálni žnú úspechy. „Samozrejme, ak má niekto deväťdesiat rokov a žiadnu chuť, teda energiu, nič nezaručujem,“ usmieva sa Monika Křeková. Spomína na pacienta, ktorý chodil na akupunktúru a tvrdil, že liečba nezaberá tak, ako by si predstavoval. Potom odišiel na dovolenku a štrnásť dní bol bez napichnutého bodu. Keď sa vrátil, uznal, že to nebolo ono... Absolvoval ešte niekoľko sedení a dnes si chodí len po byliny a on aj jeho partnerka sú spokojní.

Kde ten bod vlastne je? „Muži ho majú v oblasti bedrového kĺbu, ženy o niečo vyššie, smerom k panve. Je uložený pomerne hlboko,“ hovorí terapeutka a upozorňuje, že hoci hovorí o jednom bode, vždy pichá dve ihly – na každú stranu tela. Do páru. „Okrem toho bodu napichnem zväčša aj body na posilnenie obličiek,“ vysvetľuje.

„Akupunktúra funguje pomerne rýchlo. Lekárka, ktorá nás školila, hovorila, že muži mali často ešte na lôžku, s napichnutou ihlou, tendenciu tľapnúť jej po zadku,“ hovorí pobavene.

Napichnutie akupunktúrneho



„Akupunktúrne body na zlepšenie sexuálneho apetítu zaberajú aj na iné ženské problémy, napríklad na výtoky alebo pokles maternice,“ hovorí Monika Křeková, terapeutka TČM.

bodu nemusí byť príjemné. Pacienti vraj hovoria o bolesti, ktorá sa nedá opísať, ale rozhodne sa to oplatí vydržať. Pri riešení tohto problému by sa mala dodržať frekvencia dvakrát týždenne. A koľko ráz? Je to individuálne, niekto potrebuje šesť sedení, iný dvadsať. Rýchlejšie väčšinou reagujú muži.

Čaje

Akupunktúra sa kombinuje s čajmi z čínskych bylín, ktoré sa dajú zadovážiť aj u nás. Podľa Moniky Křekovej je však aj samoliečba bylinkami nebezpečná. Môže ovplyvňovať účinky liekov a človek si môže uškodiť aj nesprávnym dávkovaním. „Preto nemenujem jedinú bylinku,“ hovorí. Treba sa pripraviť na to, že cesta k sexuálnemu pôžitku nevedie cez príjemné popíjanie voňavého nápoja. Čaje sú horké a veľmi chutné.

Zaujímalo nás, ako sa stavajú Číňania k riešeniu sexuálnych problémov. „Veľmi o nich verejne nerozprávajú. V tomto smere sú hanbliví. Keď príde žena k tradičnému lekárovi, ešte ani za sebou nezavrie dvere do miestnosti a začne detailne hovoriť o svojich gynekologických problémoch. Za ňou stojí v rade ďalších desať, počávajú ju a občas sa nejaká z nich pridá so slovami, že aj ju to trápi. Všetci na chodbe všetko počujú. To im neprekáža. No hovoriť otvorene o sexe som nikoho nepočula. Zdravotné problémy riešia verejne, ale intímny život je pod pokrievkou,“ pridáva na záver svoju skúsenosť z praxe v Číne terapeutka Monika Křeková. ■



„Obavy z vpichu boli zbytočné,“ usmievala sa na nás pacientka.

Biodeur - nohy bez mykóz

Nohy nesvrbia, nepália, nepáchnu a menej sa potia. Koniec tvrdým, popraskaným päťam a mykotickým nechťom.



e-mail: vitamax@vitamax.sk
infolinka: 0905 437 107
www.vitamax.sk
www.mudrahuba.sk
www.chytrahouba.cz



Prípravok dostanete vo svojej lekárni.
Múdra huba - Biodeur