

Ocena wybranych aspektów życia seksualnego mężczyzn

Evaluation of selected aspects of sexual life of men

Magdalena Lewicka¹, Magdalena Sulima¹,
Artur Wdowiak², Grzegorz Bakalczuk¹

¹ Zakład Położnictwa, Ginekologii
i Pielęgniarstwa Położniczo-Ginekologicznego,
Wydział Nauk o Zdrowiu, Uniwersytet
Medyczny w Lublinie, Polska

² Pracownia Technik Diagnostycznych,
Wydział Pielęgniarstwa i Nauk o Zdrowiu
Uniwersytet Medyczny w Lublinie, Polska

Streszczenie

Życie seksualne składa się z aspektów medycznych, socjologicznych oraz psychologicznych. Zdrowie seksualne mężczyzny zależy od wielu czynników, wśród nich należy wymienić czynniki biofizyczne, psychologiczne oraz społeczne.

Celem pracy była ocena wybranych aspektów życia seksualnego mężczyzn. Badania zostały przeprowadzone wśród 300 mężczyzn, mieszkańców miasta Lublin.

Uzyskane wyniki badań pozwoliły na stwierdzenie, że mężczyźni są zadowoleni ze swojego życia seksualnego, niezależnie od wieku są aktywni seksualnie kilka razy w miesiącu, oraz miewają czasami fantazje erotyczne i korzystają ze stron pornograficznych.

Summary

Sex life consists of aspects of the medical, sociological and psychological. Male sexual health depends on many factors, including factors should be mentioned

**European Journal
of Medical Technologies**
2015; 4(9): 54-60

Copyright © 2015 by ISASDMT
All rights reserved

www.medical-technologies.eu
Published online 24.12.2015

Adres do korespondencji:

dr n. med. Magdalena
Lewicka
Zakład Położnictwa,
Ginekologii
i Pielęgniarstwa
Położniczo-
-Ginekologicznego
Wydział Nauk
o Zdrowiu, Uniwersytet
Medyczny w Lublinie
Chodźki 6, 20-093 Lublin
e-mail: m.lewicka@umlub.
pl+48 81448 6892
wdowiakartur@gmail.com

Słowa kluczowe:

mężczyzna, seks,
życie seksualne

Key words:

man, sex, sex life

biophysical, psychological and social.

The aim of the study was to evaluate certain aspects of sexual life of men. The study was conducted among 300 male residents of the city of Lublin.

The results obtained allowed to conclude that men are satisfied with their sex life, regardless of age are sexually active several times a month, and sometimes tend to have fantasies, using pornographic websites.

Wstęp

Życie seksualne składa się z aspektów medycznych, socjologicznych oraz psychologicznych. Seksuologia to dziedzina naukowa o charakterze interdyscyplinarnym. Łączy wiedzę i osiągnięcia z różnych dziedzin po to, aby przedstawić jednolity obraz człowieka oraz jego wielowymiarową seksualność [1].

Według WHO zdrowie seksualne to zespół emocjonalnych, intelektualnych, biologicznych i społecznych elementów życia seksualnego [2]. Warunkują one pozytywny rozwój osobowości, miłości człowieka oraz komunikacji. Zdrowie seksualne to dobrostan fizyczny, psychiczny i społeczny. Powinno być rozumiane, zarówno w kryteriach medycznych, jak i kulturowych. Człowiek zdrowy seksualnie jest zdrowy reprodukcyjnie. Miernikiem zdrowia seksualnego jest subiektywnie odczuwana satysfakcja z kontaktów seksualnych. Zdrowie seksualne mężczyzny zależy od wielu czynników, wśród nich należy wymienić czynniki biofizyczne (system hormonalny, naczyniowy, choroby), psychologiczne (depresja i jej leczenie, zdrowie psychiczne, wyrażanie seksualności, wiedza na temat seksu) oraz czynniki społeczne, w szczególności kontakty z partnerką [3,4].

Cel pracy

Celem pracy była ocena wybranych aspektów życia seksualnego mężczyzn.

Materiał i metoda

Badania zostały przeprowadzone wśród 300 mężczyzn, mieszkańców miasta Lublin, będących w wieku 20-70 lat. Do zebrania i opracowania materiału badawczego zastosowano metodę sondażu diagnostycznego. Udział w badaniu był dobrowolny i anonimowy. Zastosowane narzędzie stanowił autorski kwestionariusz ankiety.

Uzyskane wyniki badań poddano analizie statystycznej z zastosowaniem programu IBM SPSS Statistics 21. Istotność wyników przyjęto na poziomie $p < 0,05$.

Wyniki

W tabeli 1 przedstawiono subiektywną ocenę życia seksualnego badanych mężczyzn zależnie od wieku.

Tabela 1.

Subiektywna ocena życia seksualnego badanych mężczyzn a wiek

Ocena życia seksualnego	n	wiek			Razem	Chi ² p
	%	20-35 lat	36-50 lat	powyżej 50 lat		
Jestem zadowolony	n	84	18	63	165	Chi ² =92,660 p<0,001
	%	69,42%	17,48%	82,89%		
Raczej jestem zadowolony	n	37	85	5	127	Chi ² =114,800 p<0,001
	%	30,58%	82,52%	6,58%		
Nie jestem zadowolony	n	0	0	8	8	Chi ² =24,224 p<0,001
	%	0,00%	0,00%	10,53%		

Analiza uzyskanych wyników wykazała, że istnieje istotna statystycznie zależność ($p < 0,001$) pomiędzy oceną życia seksualnego a wiekiem badanych mężczyzn. Mężczyźni w wieku powyżej 50 lat (82,89%) byli zdecydowanie bardziej zadowoleni ze swojego życia seksualnego niż badani w wieku 36-50 lat (17,48%), którzy deklarowali, że są „raczej zadowoleni” (82,52%).

W tabeli 2 przedstawiono współzależność pomiędzy liczbą partnerek seksualnych badanych mężczyzn a wiekiem.

Na podstawie przeprowadzonych badań stwierdzono istotnie statystyczną zależność ($p < 0,001$) pomiędzy liczbą partnerek seksualnych badanych mężczyzn a wiekiem. Zdecydowanie mniejszą liczbę partnerek seksualnych mieli mężczyźni w wieku 20-35 lat aniżeli badani w wieku 36-50 lat i powyżej 50 lat.

Analizę częstotliwości oraz preferowane formy aktywności seksualnej w grupie badanych mężczyzn przedstawiono w tabeli 3.

Przeprowadzona analiza wykazała, że mężczyźni w wieku 20-35 lat najczęściej podejmowali aktywność seksualną kilka razy w miesiącu (55,37%). Z kolei za podejmowaniem aktywności seksualnej kilka razy w roku opowiedziało się 21,36% badanych w wieku 36-50 lat. Natomiast najwyższy odsetek badanych, którzy podejmowali aktywność seksualną kilka razy w tygodniu stanowili badani w wieku powyżej 50 lat (38,16%). Różnice te były istotne statystycznie ($p < 0,001$).

Ponadto wykazano, że mężczyźni niezależnie od wieku preferowali seks dopochwowy niż pozostałe

formy aktywności seksualnej. Różnice te również były istotne statystycznie ($p < 0,001$).

W tabeli 4 przedstawiono współzależność pomiędzy fantazjami erotycznymi i korzystaniem ze stron pornograficznych zależnie od wieku.

Nie stwierdzono istotnie statystycznej zależności pomiędzy ($p = 0,881$) wiekiem badanych a korzystaniem przez nich ze stron pornograficznych. Natomiast zdecydowana większość badanych przyznała, że czasami miała fantazje erotyczne. W tej grupie największy odsetek stanowili badani powyżej 50. roku życia.

W tabeli 5 przedstawiono opinie na temat seksu grupowego zależnie od wieku badanych.

Zdecydowana większość badanych w wieku 36-50 lat próbowała seksu grupowego, ale im się nie spodobało (29,13%), lub chciałaby spróbować (31,07%) niż w wieku powyżej 50 lat. Z kolei fantazje o seksie grupowym deklarowało więcej badanych w wieku powyżej 50 lat niż w wieku 36-50 lat. Na seks grupowy, ale nie z żoną, również zdecydowałoby się więcej badanych w wieku powyżej 50 lat aniżeli w wieku 36-50 lat. Różnice te były istotne statystycznie ($p < 0,001$).

Zaburzenia erekcji i wytrysku zależnie od wieku badanych mężczyzn przedstawiono w tabeli 6.

Na podstawie przeprowadzonych badań stwierdzono, że zaburzenia wytrysku istotnie częściej ($p < 0,001$) występowały u mężczyzn w wieku 20-35 lat aniżeli w grupie badanych w wieku powyżej 50 lat.

Tabela 2.

Liczba partnerek seksualnych a wiek badanych mężczyzn

Liczba partnerek seksualnych	n %	wiek			Razem
		20-35 lat	36-50 lat	powyżej 50 lat	
jedna	n	78	51	30	159
	%	64,46%	49,51%	39,47%	
dwie	n	28	50	27	105
	%	23,14%	48,54%	35,53%	
trzy	n	15	2	7	24
	%	12,40%	1,94%	9,21%	
cztery	n	0	0	12	12
	%	0,00%	0,00%	15,79%	
Razem		121	103	76	300
Chi2=59,283, p<0,001					

Tabela 3.

Ocena zachowań seksualnych badanych mężczyzn a wiek badanych mężczyzn

Częstotliwość aktywności seksualnej	n %	Wiek			Razem
		20-35 lat	36-50 lat	Powyżej 50 lat	
Codziennie	n	15	9	2	26
	%	12,40%	8,74%	2,63%	
Kilka razy w tygodniu	n	35	28	29	92
	%	28,93%	27,18%	38,16%	
Kilka razy w miesiącu	n	67	44	32	143
	%	55,37%	42,72%	42,11%	
Kilka razy w roku	n	4	22	13	39
	%	3,31%	21,36%	17,11%	
Razem		121	103	76	300
Chi ² =24,853, p<0,001					
Preferowane formy aktywności seksualnej	n %	Wiek			Razem
		20-35 lat	36-50 lat	Powyżej 50 lat	
Seks dopochwowy	n	82	90	70	242
	%	67,77%	87,38%	92,11%	
Seks oralny	n	7	12	2	21
	%	5,79%	11,65%	2,63%	
Seks analny	n	5	1	4	10
	%	4,13%	0,97%	5,26%	
Pocałunki, przytulanie, głaskanie (bez kontaktu z narządami płciowymi partnera)	n	27	0	0	27
	%	22,31%	0,00%	0,00%	
Razem		121	103	76	300
Chi ² =52,560, p<0,001					

Tabela 4.

Fantazje erotyczne i korzystanie ze stron pornograficznych a wiek badanych mężczyzn

Występowanie fantazji erotycznych	n %	Wiek			Razem
		20-35 lat	36-50 lat	Powyżej 50 lat	
Często	n	57	11	4	72
	%	47,11%	10,68%	5,26%	
Czasami	n	64	80	68	212
	%	52,89%	77,67%	89,47%	
Rzadko	n	0	12	4	16
	%	0,00%	11,65%	5,26%	
Razem		121	103	76	300
Chi ² = 69,741, p<0,001					
Korzystanie ze stron pornograficznych	n %	wiek			Razem
		20-35 lat	36-50 lat	Powyżej 50 lat	
Tak	n	70	63	45	178
	%	57,85%	61,17%	59,21%	
Nie	n	51	40	31	122
	%	42,15%	38,83%	40,79%	
Razem		121	103	76	300
Chi ² =0,254, p=0,881					

Tabela 5.

Opinie na temat seksu grupowego a wiek badanych mężczyzn

Seks grupowy		Wiek			Chi ² p
		20-35 lat	36-50 lat	powyżej 50 lat	
Lubię i praktykuję	N	3	8	2	Chi ² =4,463 p=0,107
	%	2,48%	7,77%	2,63%	
Próbowałem, ale nie spodobało mi się	N	12	30	6	Chi ² =20,250 p<0,001
	%	9,92%	29,13%	7,89%	
Chciałbym spróbować	N	36	32	0	Chi ² =29,889 p<0,001
	%	29,75%	31,07%	0,00%	
Lubię oglądać np. w filmach	N	25	28	20	Chi ² =1,503 p=0,471
	%	20,66%	27,18%	26,32%	
Miewam o tym fantazje	N	29	1	24	Chi ² = 32,649 p<0,001
	%	23,97%	0,97%	31,58%	
Zdecydowałbym się, ale nie z żoną	N	12	1	20	Chi ² =28,937 p<0,001
	%	9,92%	0,97%	26,32%	
Jestem przeciwny	3	4	3	4	Chi ² =0,759 p=0,684
	2,48%	3,31%	2,91%	5,26%	

Tabela 6.

Zaburzenia erekcji i wytrysku a wiek badanych mężczyzn

Występowanie zaburzeń erekcji	n %	Wiek			Razem
		20-35 lat	36-50 lat	Powyżej 50 lat	
Tak	n	42	34	27	103
	%	34,71%	33,01%	35,53%	
Nie	n	79	69	49	197
	%	65,29%	66,99%	64,47%	
Razem		121	103	76	300
Chi ² =0,136 p=0,934					
Występowanie zaburzeń wytrysku	n %	Wiek			Razem
		20-35 lat	36-50 lat	Powyżej 50 lat	
Tak	n	70	89	25	184
	%	57,85%	86,41%	32,89%	
Nie	n	51	14	51	116
	%	42,15%	13,59%	67,11%	
Razem		121	103	76	300
Chi ² =53,84, p<0,001					

Dyskusja

Zdaniem Depko [5] reakcja fizjologiczna mężczyzny na bodziec seksualny jest reakcją zmienną i stanowi efekt równowagi pomiędzy bodźcami pobudzającymi a hamującymi. Na wywołanie podniecenia seksualnego mężczyzny ma wpływ osobowość mężczyzny, jego układ neurohormonalny, stężenie neuroprzekazników, mikroelementów, sprawność układu nerwowego, sercowo-naczyniowego i ogólny stan zdrowia [5]. Popęd seksualny mężczyzny jest rozpatrywany w różnych aspektach jako wrodzona motywacja albo jako motywacja z zewnątrz, np. ze strony partnerki. Jego intensywność bywa różna, a zmierzyc ją można podczas oceny myśli oraz fantazji badanego. Młody mężczyzna ma większy popęd seksualny i w miarę wzrostu aktywności seksualnej popęd stale narasta. Im mężczyzna staje się starszy, tym zmiany zachodzące w jego seksualności są większe i ulegają pogorszeniu, co ma związek m.in. z obniżeniem libido, spadkiem energii, zaburzeniami erekcji, zmniejszeniem wytrzymałości [6].

Z badań Izdebskiego [4] wynika, że 42,5% mężczyzn było raczej zadowolonych z życia seksualnego, w tym aż 46,5% w wieku 30-39 lat i 45,2% w wieku 50-59 lat. Badania własne wykazały, że mężczyźni w wieku powyżej 50 lat byli zdecydowanie bardziej zadowoleni ze swojego życia seksualnego niż badani w wieku 36-50 lat.

Z badań Jankowiak [7] analizujących częstotliwość kontaktów seksualnych podejmowanych przez mężczyzn wynika, że odbywanie genitalnych stosunków seksualnych kilka razy w tygodniu deklarowało 39,5% mężczyzn, odbywanie raz w tygodniu – 26,3% mężczyzn, odpowiedź „kilka razy w miesiącu” zaznaczyło 25% mężczyzn, zaś odbywanie raz w miesiącu 5,3% mężczyzn, z kolei odpowiedź „kilka razy w roku” zaznaczyło 2,6% mężczyzn. Analiza badań własnych wykazała, że mężczyźni w wieku 20-35 lat najczęściej podejmowali aktywność seksualną kilka razy w miesiącu (55,37%). Z kolei za podejmowaniem aktywności seksualnej kilka razy w roku, opowiedziało się 21,36% badanych w wieku 36-50 lat. Natomiast najwyższy odsetek badanych, którzy podejmowali aktywność seksualną kilka razy w tygodniu, stanowili badani w wieku powyżej 50 lat.

Fantazje erotyczne są traktowane jako wyobrażenia sytuacji, osób, doświadczeń o treści seksualnej, które pojawiają się pod wpływem własnych przeżyć (kontaktów seksualnych) oraz na podstawie informacji otrzymanych z innych źródeł (filmy, zdjęcia, inni ludzie) [8]. Z badań Müldner-Nieckowskiego i wsp. [9] wynika, że występowanie snów erotycznych zgłosiło 67% badanych mężczyzn oraz niemal połowa badanych pozytywnie oceniła wspomnienie snów erotycznych. Z badań własnych wynika, że 47,11% mężczyzn w wieku 20-35 lat często miało fantazje erotyczne.

Zaburzenie erekcji to najczęściej występujący problem seksualny mężczyzny. Z analizy literatury wynika, że przyczyn pojawienia się problemów z erekcją jest wiele. Główne czynniki ryzyka wystąpienia zaburzeń erekcji to m.in. wiek, zaburzenia nastroju, styl życia (otyłość, siedzący tryb życia, zbyt krótki sen, zły stan zdrowia), czynniki sercowo-naczyniowe, zaburzenia hormonalne, złamanie przęcia, cukrzyca, przyjmowanie niektórych leków, czynniki pourazowe, przerost gruczołu krokowego [10,11]. Sipiński [3], powołując się na badania innych autorów, podaje, że w grupie mężczyzn w wieku 40-70 lat, 52% z nich zgłaszało zaburzenia erekcji różnego stopnia, natomiast ciężkie zaburzenia erekcji występowały u 10% badanych mężczyzn. Z kolei Polskie Towarzystwo Medycyny Seksualnej wskazuje, że wśród badanych mężczyzn w latach 2005-2007 zaburzenia erekcji występowały u 4% mężczyzn poniżej 30. r.ż., 9% w wieku 31-40 lat, 25% w wieku 41-50 lat oraz 37% w wieku 51-60 lat i 25% powyżej 60. r.ż. Wyniki badań własnych wskazują, że zaburzenia erekcji najczęściej występowały u mężczyzn powyżej 50. roku życia.

Wnioski

1. Mężczyźni są zadowoleni ze swojego życia seksualnego.
2. Mężczyźni w wieku 20-35 lat deklarują posiadanie jednej partnerki, natomiast panowie w wieku 36-50 lat i powyżej 50 lat, wskazują na co najmniej dwie partnerki seksualne.

3. Zdecydowana większość mężczyzn, niezależnie od wieku, jest aktywna seksualnie kilka razy w miesiącu.
4. Mężczyźni miewają czasami fantazje erotyczne i korzystają ze stron pornograficznych oraz chcieliby spróbować seksu grupowego.

Piśmiennictwo

1. Hawińska M., Czyżkowska A. Wybrane cechy osobowości a seksualność. *Przegląd Seksuologiczny* 2008; 15: 5-10.
2. WHO European Regional Strategy on Sexual and Reproductive Health, Copenhagen, World Health Organization Regional Office for Europe, 2002.
3. Sipiński A., Zaburzenia erekcji. [W:] Lew-Starowicz Z., Skrzypulec V. *Podstawy seksuologii*. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2010: 192-209.
4. Izdebski Z. Zdrowie seksualne mężczyzn. Wybrane zagadnienia. *Seksuologia Polska*, 2012; 10: 1-8.
5. Depko A. Fizjologia reakcji seksualnej mężczyzn. [W:] Lew-Starowicz Z., Skrzypulec V., *Podstawy seksuologii*. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2010: 111-121.
6. Jakiel G. Seksualność mężczyzn w okresie andropauzy. [W:] Lew-Starowicz Z., Skrzypulec V., *Podstawy seksuologii*. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2010.
7. Jankowiak B. Aktywność seksualna współczesnych nauczycieli. Wyniki badań własnych. *Seksuologia Polska* 2008; 6(2): 64-76.
8. Waszyńska K. Treść fantazji a podejmowanie zachowań seksualnych w grupie młodych dorosłych — badania własne. *Seksuologia Polska* 2010; 8(1): 34-40.
9. Müldner-Nieckowski Ł., Sobański J., Klasa K., Dembińska E., Rutkowski K. Seksualność studentów medycyny – przekonania i postawy. *Psychiatria Polska* 2012; 5: 791-805.
10. Oettingen J. Propozycja postępowania terapeutycznego w przypadku zaburzeń erekcji. Podejście poznawczo-behawioralne. *Psychoterapia* 2014; 2(169): 91-105.
11. Onik G., Knapik K., Cieślar G., Sieroń A., Flak B., Brus H., Sieroń-Stołtny K. Rehabilitacja w zaburzeniach erekcji. *Kinezyterapia* 2014; 2: 27-29.