

СЕКСУАЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ В ПОЗДНЕМ ВОЗРАСТЕ

Е. В. Чернышкова — ГБОУ ВПО Саратовский ГМУ им. В. И. Разумовского Минздрава России, заведующая кафедрой иностранных языков, доцент, кандидат социологических наук.

SEXUAL ACTIVITY IN OLD AGE

E. V. Chernyshkova — Saratov State Medical University n.a. V.I. Razumovsky, Head of Department of Foreign Languages, Assistant Professor, Candidate of Sociological Science.

Дата получения — 20.12.2010 г.

Дата принятия в печать — 07.09.2011 г.

Чернышкова Е. В. Сексуальная активность в позднем возрасте // Саратовский научно-медицинский журнал. 2011. Т. 7, № 3. С. 693–694.

Цель: анализ основных факторов, влияющих на сексуальную активность представителей старшей возрастной группы. **Материал:** данные зарубежных исследований и социологического исследования, проведенного в Саратовской области в 2010 году. **Результаты.** Определено, что базовыми детерминантами сексуальной активности в позднем возрасте являются: состояние здоровья, наличие или отсутствие партнера и поддержание активного образа жизни.

Ключевые слова: пожилые люди, сексуальная активность, здоровье, активный образ жизни.

Chernyshkova E. V. Sexual activity in old age // Saratov Journal of Medical Scientific Research. 2011. Vol. 7, № 3. P. 693–694.

The article deals with the analysis of the principal factors influencing sexual activity of elderly persons. Data of foreign study and sociologic research carried out in Saratov region (2010) were used as the base for the analysis. It was revealed that the primary determinants of sexual activity in old age are the following: state of health, presence or absence of a partner, active lifestyle.

Key words: elderly persons, sexual activity, health, active lifestyle.

Введение. Сексуальный интерес и активность выполняют важные функции и являются существенным аспектом человеческой жизни на всем ее протяжении, в том числе и в позднем возрасте. Но, несмотря на многочисленные утверждения о том, что сексуально-эротическая детерминанта жизни пожилых людей влияет на их общее психологическое состояние, в значительной степени определяя его активную или пассивную психологическую установку по отношению к самому себе и окружающему миру [1, 5, 6], обсуждение вопросов, связанных с сексуальным аспектом жизни представителей старшей возрастной группы остается на периферии научного знания.

Целью настоящей статьи является анализ наиболее значимых факторов, влияющих на сексуальную активность в позднем возрасте.

Методы. Основой анализа послужили данные зарубежных исследований и результаты социологического исследования методом анкетирования, проведенного в Саратовской области в 2010 году. Совокупное количество опрошенных — 430 человек в возрасте 60 лет и старше.

Результаты. Вопрос определения параметров сексуальной активности является достаточно дискуссионным. Как показывает социологическое исследование, проведенное М. Данн и Н. Катлер [2], основанное на репрезентативной выборке мужчин и женщин 60 лет и старше, более половины опрошенных (53%) считают себя сексуально активными. Результаты анкетного опроса в Саратовской области фиксируют почти аналогичное соотношение — 49,8% респондентов ведут активную сексуальную жизнь. С точки зрения участников анкетирования, к сексуально активным можно причислить тех пожилых людей, которые участвовали в половом акте (в любой из его форм), по крайней мере, один раз в месяц.

Ответственный автор — Чернышкова Елена Вячеславовна.
Адрес: 410030, г. Саратов, ул. М. Затонская, д. 4/20, кв. 16.
Тел.: 8906 309 92 26.
E-mail: chervy@mail.ru

Гендерное распределение сексуально активных людей во всех подпериодах позднего возраста фиксирует количественное преимущество мужчин в сравнении с женщинами: 60–69 лет — 71%:51%; 70–79 лет — 57%:30%; 80 лет и старше — 25%:20%.

На сексуальную активность пожилого человека влияет ряд факторов, принципиально важным из которых является здоровье. Ухудшение сексуального функционирования в значительно большей мере определяется плохим здоровьем и болезнями, чем самим возрастом. С возрастом физические проблемы становятся все более серьезным препятствием для полноценной жизни человека, в том числе и в сфере сексуальных отношений. Как показало наше исследование, 65% респондентов считают, что их сексуальная активность напрямую связана с состоянием здоровья; 24% — с состоянием здоровья партнера. Здесь важно отметить, что при длительных отношениях болезнь одного человека обычно изменяет не только его индивидуальную сексуальную активность, но и сексуальное поведение партнера [3].

Однако, как указывает Дж. Келлет [4], учащение физических недомоганий и болезней в пожилом возрасте, равно как и замедление физического функционирования, ни в коем случае не исключает возможности сексуального удовлетворения. Опыт продолжительных отношений между партнерами позволяет в пожилом возрасте актуализировать разнообразные возможности сексуального выражения. В этом возрасте люди испытывают, как правило, меньше стрессов, связанных с карьерой, детьми, профессиональными достижениями; пожилые партнеры имеют больше времени для общения друг с другом. Многие пожилые пары полагают, что сексуальная жизнь определенно улучшается с возрастом, объясняя это наличием возможности расслабиться и заниматься сексом дольше.

Согласно данным, полученным нами в результате анкетирования представителей старшей возрастной группы, лишь 7,3% ответивших считают, что сексуальный аспект жизни с возрастом улучшается; 21,8% утверж-

дают, что эта сфера с возрастом остается без изменений; значительное большинство респондентов — 61,9% уверены, что сексуальная жизнь только ухудшается; а 9,1% участников анкетного опроса убеждены в полном отсутствии сексуальных отношений в позднем возрасте.

E. Brecher отмечает следующую особенность сексуальной активности пожилых людей — расширение спектра сексуальных занятий, что поддерживает и увеличивает удовлетворение и радость от секса. Многие пожилые пары сумели найти новые методы для поддержания или роста сексуальной активности, несмотря на все усиливающиеся физиологические недомогания. Так, например, 56% мужчин и 43% женщин дополняли сексуальный акт новыми для себя техниками (применяли фантазию, сексуально откровенные материалы, мануальную или оральную стимуляцию партнера и др.) [5].

Другим фактором, определяющим сексуальную активность в позднем возрасте, является наличие партнера. По данным нашего исследования, многие опрошенные считают необходимым продолжение сексуальной активности. Но среди рисков, влияющих на активное функционирование этой сферы жизни пожилых людей, наряду с проблемами со здоровьем и ограничением физических возможностей (59%), указываются отсутствие постоянного партнера (29%) и ложные представления о сексуальной активности в пожилом возрасте (9%).

Подчеркнем, что существуют трудности при обсуждении этого вопроса. Так, 28% респондентов считают возможным обсуждение сексуальной активности в пожилом возрасте только со специалистом в этой области; 21,5% — только с близкими людьми; 20,3% опрошенных считают ее совершенно неприемлемой; а публичные разговоры на эту тему допускают лишь 9,3% ответивших.

Одним из наиболее значимых препятствий при обсуждении темы сексуальной активности пожилых людей является полученное воспитание (38,9%); непристойность темы обсуждения (22%); стереотип о том, что внимание к этой теме отражает неблагополучие в сексуальной сфере жизни пожилого человека (18,2%); общественное мнение о несовместимости секса и старости (14,9%) отсутствие интереса (6%); Таким образом, проблематизация сексуальной составляющей жизни в позднем возрасте остается в значительной степени табуированной в общественном сознании наших соотечественников. Это может быть связано не столько с биологическими основаниями, сколько с социальными стереотипами и традициями.

Безусловно, сексуальная активность в любом возрасте зависит от индивидуальности человека. Многие остаются сексуально активными после 80 лет, успешно адаптируясь к возрастным физическим изменениям. Примечательно, что эта адаптируемость больше проявляется именно у тех, кому присущ активный образ жизни. Подтверждением тому служит следующая дифференциация ответов на вопрос: «Какие установки Вы считаете обязательными для поддержания сексуальной активности пожилых людей?»:

- 1) регулярная физическая активность (прогулки, легкие пробежки, спортивная ходьба, плавание и т.д.) — 37,3%;
- 2) здоровое питание — 19,9%;
- 3) отказ от вредных привычек (табакокурение, алкоголь, наркотики) — 18,2%;
- 4) умеренная трудовая активность (труд в саду, домашний труд) — 14,6%;
- 5) профилактика, врачебный контроль — 10%.

Обсуждение. Некоторые исследователи подчеркивают [5, 7], что потребность в интимных отношениях у пожилых людей фактически не уменьшается. И с возрастом, по мере того, как личность человека

становится более зрелой, это может добавить сексуальным отношениям новые грани, формируется новое представление о сущности сексуальных и любовных отношений. И непосредственно регулярный секс в любой его форме относят к факторам, способствующим поддержанию сексуальной активности в пожилом возрасте. Таким образом, людям, продолжающим вести сексуально активный образ жизни, реже приходится сталкиваться с проблемами сексуального характера.

Аспекты сексуальности способствуют общему ощущению благополучия в пожилом возрасте, но они гендерно дифференцированы. Так, для пожилых мужчин равно важны как сексуальная активность, так и привлекательность для противоположного пола. Для женщин преклонного возраста соотношение иное. Сама сексуальная активность у женщин, вероятно, не связана с общим чувством благополучия. Решающее значение для них имеет ощущение сексуальной привлекательности. И в тех случаях, когда пожилые женщины более не считают себя привлекательными, их общее ощущение благополучия значительно снижается. Принимаемая во внимание тот факт, что привлекательность и молодой возраст женщин зачастую отождествляются, старение оказывает более мощное негативное воздействие на ощущение благополучия именно женщин.

Заключение. Результаты проведенного анализа подтверждают, что сексуальная активность пожилых людей является важным компонентом жизни и индикатором медико-социального благополучия. Факторами риска для продолжения сексуальной активности в позднем возрасте являются: ухудшение физического состояния организма; отсутствие постоянного партнера, а также регулярных посильных физических нагрузок; неправильное питание; наличие вредных привычек. Для российских пожилых людей зачастую характерны ложные представления о сексуальности в «третьем» возрасте, что может сказываться не только при обсуждении проблем этой сферы и обращении за помощью к специалистам, но и на самой реализации сексуальной функции организма.

Библиографический список

1. Козлова Т.З. Самооценка пенсионеров // Социологические исследования. 2003. №4. С. 58–63.
2. Dunn M.E., Cutler N. Sexual Issues in Older Adults // AIDS Patient Care and STDs. 2000. Vol. 14. P. 67–69.
3. Handbook of sexual dysfunction/edited by Richard Balon, R. Taylor Segraves. Boca Raton: Taylor & Francis, 2005. 339 p.
4. Kellelt J.M. Sex and the Elderly Male // Sexual Marital Therapy. 1996. № 11. P. 281–288.
5. Brecher E.M. Love, Sex and Aging. New York: Consumers Union, 1984. P. 40–52.
6. Clements M. Sex after 65 // Parade Magazine. 1996. № 7. P. 4–5.
7. Stimson A., Wase J.F., Stimson J. Sexuality and Self Esteem Among the Aged // Research on Aging. 1981. № 3. P. 228–239.

References

1. Kozlova T.Z. Samoocenka pensionerov // Sociologicheskie issledovanija. 2003. № 4. S. 58–63.
2. Dunn M.E., Cutler N. Sexual Issues in Older Adults // AIDS Patient Care and STDs. 2000. Vol. 14. P. 67–69.
3. Handbook of sexual dysfunction/edited by Richard Balon, R. Taylor Segraves. Boca Raton: Taylor & Francis, 2005. 339 p.
4. Kellelt J.M. Sex and the Elderly Male // Sexual Marital Therapy. 1996. № 11. P. 281–288.
5. Brecher E.M. Love, Sex and Aging. New York: Consumers Union, 1984. P. 40–52.
6. Clements M. Sex after 65 // Parade Magazine. 1996. № 7. P. 4–5.
7. Stimson A., Wase J.F., Stimson J. Sexuality and Self Esteem Among the Aged // Research on Aging. 1981. № 3. P. 228–239.