

# Εθισμός στο Σεξ



# Γενικά

- Ο εθισμός στο σεξ είναι μια πραγματική ψυχική διαταραχή η οποία μπορεί να επηρεάζει σοβαρά την κοινωνική, οικογενειακή και επαγγελματική ζωή των ατόμων που υποφέρουν.

- Οι ειδικοί δίνουν διάφορα ονόματα για τη σοβαρή αυτή πάθηση. Ορισμένοι γιατροί την αποκαλούν ψυχαναγκαστική σεξουαλική συμπεριφορά ή σεξουαλική μανία ή ακόμη έμμομη διαστρέφουσα σεξουαλική δραστηριότητα.
- Η κατάσταση αυτή εκδηλώνεται όταν το άτομο που παρουσιάζει το πρόβλημα, νιώθει τόσο έντονα την ανάγκη για να ασχολείται με θέματα σεξ που επηρεάζονται οι σχέσεις του και η εργασία του.
- Το άτομο υποφέρει πραγματικά και η προσωπική και οικογενειακή του ζωή κινδυνεύουν να καταστραφούν από τις συνέπειες της ψυχαναγκαστικής σεξουαλικής συμπεριφοράς.
- Υπολογίζεται ότι 3% έως 5% των ενηλίκων πάσχουν από ψυχαναγκαστική σεξουαλική συμπεριφορά. Η διαταραχή αυτή παρουσιάζεται περισσότερο στους άνδρες παρά στις γυναίκες

# Η πάθηση στις Γυναίκες

- Οι **γυναίκες** που πάσχουν δεν μπορούν να υπολογιστούν με ακρίβεια. Λόγω των κοινωνικών επιπτώσεων οι γυναίκες δεν αποκαλύπτουν το πρόβλημα με την ίδια ευκολία που μπορεί να το κάνουν οι άνδρες. Για το λόγο αυτό είναι πολύ πιθανόν ότι ο πραγματικός αριθμός των γυναικών που πάσχουν είναι μεγαλύτερος από αυτόν που σήμερα είναι γνωστός.

# Ετερόφυλοι και Ομοφυλόφυλοι

- Η πάθηση παρουσιάζεται στους ετερόφυλους και στους ομοφυλόφιλους. Υπολογίζεται ότι είναι συχνότερη στους ετερόφυλους άνδρες.
- Πολλά από τα άτομα που πάσχουν από ψυχαναγκαστική σεξουαλική συμπεριφορά είναι παντρεμένα και έχουν κατά τα άλλα μια φαινομενικά φυσιολογική ζωή. Συχνά έχουν διπλή ζωή και δυσκολεύονται στο να αναπτύξουν και να διατηρήσουν στενές συναισθηματικές σχέσεις

## Τα κυριότερα σημεία και συμπτώματα της ψυχαναγκαστικής σεξουαλικής συμπεριφοράς:

Η σεξουαλική συμπεριφορά γίνεται προβληματική διότι συνοδεύεται από έμμονες ιδέες, επηρεάζει τις καθημερινές δραστηριότητες, επηρεάζει τις σχέσεις με τους άλλους

- Ύπαρξη πολλαπλών σεξουαλικών συντρόφων ή εξωσυζυγικών σχέσεων
- Σεξουαλικές επαφές με σειρά από άγνωστους συντρόφους συμπεριλαμβανομένων και των κοινών γυναικών
- Χρήση τηλεφωνικών υπηρεσιών που προσφέρονται για σκοπούς σεξ
- Σαδιστικές ή μαζοχιστικές σεξουαλικές πράξεις οι οποίες προκαλούν σεξουαλική διέγερση διαμέσου της πρόκλησης ή αποδοχής πόνου κατά το σεξ
- Επίδειξη των σεξουαλικών οργάνων σε κοινούς χώρους (επιδειξιμανία)

## Η ψυχαναγκαστική σεξουαλική συμπεριφορά έχει τάση να είναι έντονη, χρόνια και είναι πέραν των δυνατοτήτων ελέγχου του άτομου που πάσχει

- Όσο περισσότερο το άτομο ψάχνει να λύσει τις ανάγκες του διαμέσου του σεξ, τόσο περισσότερο νιώθει ότι δεν μπορεί να το πετύχει.
- Ο ασθενής νιώθει όλο και περισσότερο απογοητευμένος. Στην πραγματικότητα χρησιμοποιεί το σεξ σαν ένα τρόπο για να ξεφύγει από άλλα προβλήματα που το βασανίζουν όπως η μοναξιά, η κατάθλιψη, το άγχος και το στρες.

# Ποιες είναι οι αιτίες που προκαλούν την κατάσταση αυτή;

- Οι ψυχολογικοί μηχανισμοί που οδηγούν στην ψυχαναγκαστική σεξουαλική συμπεριφορά μπορεί να δημιουργήθηκαν ήδη κατά την παιδική ηλικία. Οικογενειακά προβλήματα, η σωματική ή σεξουαλική κακοποίηση παιδιών, είναι αιτίες που μπορούν να δημιουργήσουν προβλήματα στη σεξουαλική συμπεριφορά



Τα ψυχολογικά τραύματα που πιθανόν ένα παιδί να έχει υποστεί, μπορεί να του δημιουργούν ντροπή ή το αίσθημα ότι δεν αξίζει τίποτα

- Τα αισθήματα αυτά δυνατόν να προκαλούν στρεβλώσεις στις σχέσεις του παιδιού με τους άλλους όταν μεγαλώσει και παράλληλα να προκαλούν διαταραχές στη σεξουαλική του συμπεριφορά.

## Τα άτομα που υποφέρουν από ψυχαναγκαστική σεξουαλική συμπεριφορά διατρέχουν διάφορους σοβαρούς κίνδυνους

- Προβλήματα στις διαπροσωπικές σχέσεις, στην οικογένεια και στις συζυγικές σχέσεις
- Δημιουργία χρεών λόγω δαπανών που είναι αναγκαίες για την εκπλήρωση των σεξουαλικών αναγκών όπως για παράδειγμα για σκοπούς πορνείας, πορνογραφίας, τηλεφωνικών υπηρεσιών για σεξ και άλλων εξόδων
- Τα σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα όπως το AIDS, η γονόρροια, τα χλαμύδια, η σύφιλη απειλούν όχι μόνο το άτομο που πάσχει από ψυχαναγκαστική σεξουαλική συμπεριφορά αλλά και τους διάφορους συντρόφους που έχει κατά καιρούς
- Προβλήματα με την αστυνομία, λόγω σεξουαλικών επιθέσεων, επιδειξιμανίας ή λόγω πορνείας
- Επαγγελματικά προβλήματα λόγω αδυναμίας συγκέντρωσης και κίνδυνος απώλειας της εργασίας
- Κίνδυνος κατάχρησης αλκοόλ και χρήσης ναρκωτικών
- Αισθήματα απογοήτευσης και ντροπής διότι ο ασθενής συνειδητοποιεί ότι δεν μπορεί να καταστείλει συμπεριφορές που δεν είναι κοινωνικά αποδεκτές και οι οποίες διαταράσσουν τις κανονικές του σχέσεις

## Η ψυχοθεραπεία είναι μια αποτελεσματική μέθοδος που συμβάλλει στη καταπολέμηση του προβλήματος

- Η ψυχοθεραπεία μπορεί να είναι ατομική ή ομαδική.
- Ειδικοί γιατροί μπορούν να βοηθήσουν τον ασθενή να αναγνωρίσει καλύτερα το ρόλο του σεξ σαν ένα μέρος μιας σχέσης αγάπης. Μπορούν επίσης να βοηθήσουν τον ασθενή να αντιμετωπίζει καλύτερα τα ψυχικά τραύματα που έχει υποστεί κατά την παιδική ηλικία και που οδηγούν στην ψυχαναγκαστική σεξουαλική συμπεριφορά.
- Ταυτόχρονα με την ψυχοθεραπεία, η αντιμετώπιση των προβλημάτων μέσα στο ζευγάρι από ειδικό σε θέματα οικογενειακής θεραπείας είναι χρήσιμη για να επιλυθούν τα προβλήματα που δημιουργούνται λόγω των ψυχαναγκαστικών σεξουαλικών δραστηριοτήτων.

Τα αντικαταθλιπτικά φάρμακα βοηθούν στην καταστολή της σεξουαλικής ορμής δια μέσου της δράσης που έχουν στον εγκέφαλο.

- Οι σεξουαλικός ψυχαναγκασμός μειώνεται όταν τα φάρμακα αυτά μειώνουν τα ψυχικά συμπτώματα του άγχους που συνοδεύουν τις καταστάσεις αυτές.
- Η συμπαράσταση από την οικογένεια και τους φίλους είναι απαραίτητη για να μπορέσει ο ασθενής να ξεπεράσει το δύσκολο αυτό πρόβλημα.

# Βιβλιογραφία

- <http://www.medlook.net/>
- [www.emas.gr](http://www.emas.gr)
- [www.medinova.gr](http://www.medinova.gr)