**Пять колец, а где ж конец?**

Наиболее опасные для сексуального здоровья виды спорта: **бокс, тяжелая атлетика, легкая атлетика (спринт), гимнастика, футбол.** Виды, которые в меньшей степени снижают половую потенцию: **стайерский бег, лыжные гонки, баскетбол, плавание.**

**B** глазах болельщиков великие спортсмены - всегда секс-символы. Красивые фигуры, физическая сила, горы мышц кажутся женщинам крайне привлекательными и, казалось, гарантируют избранницам победителей неземное блаженство. Увы, на поверку все это оказывается лишь видимостью.

Великие спортсмены знают: кайф от победы - выше полового. И за высшее удовольствие им приходится платить. Своим здоровьем.

Последние исследования сексологов показали: практически все большие спортсмены после окончания карьеры в той или иной степени страдают импотенцией. Это и есть та самая оборотная сторона олимпийской медали. Короче говоря: на трибунах становится тише... до свидания, мой «ласковый миша»...

- Пережить такой удар ниже пояса гораздо сложней, чем выдержать хорошую оплеуху боксера на ринге, - говорит кандидат медицинских наук, врач-психотерапевт, сексолог Александр Полеев. - И больше всего от своего мужского падения страдают самые сильные мастера, которые просто не привыкли проигрывать. Об импотенции среди бывших спортсменов у нас предпочитают умалчивать, хотя в мире специалисты изучают эту проблему давно.

Первым тему «главной спортивной болезни» поднял один английский журналист, написавший в середине восьмидесятых статью о бывших американских легкоатлетах. Одного из них - известного бегуна, чемпиона США 1962 - 1963 годов - он узнал на пляже, когда тот подносил ему шезлонг. Бегун поведал ему свою невеселую историю: после ухода из спорта и потери мужского здоровья он оказался никому не нужен: ни жене, ни поклонницам.Запил, промотал все деньги...

Вскоре журналист с изумлением узнал, что на этом курорте существовала целая организация бывших чемпионов США. Днем они обслуживали отдыхающих, а вечером напивались «в доску» на опустевшем пляже. Больше всего журналиста поразило даже не то, что бывшие звезды оказались на обочине. А то, что они вообще при таком образе жизни еще не «отбросили концы»...

**С**татья, выставляющая Америку в неприглядном свете, наделала много шума. Известный американский исследователь Дэвид Лестер смог под эту тему даже пробить «государственный грант» - деньги на исследование. Для начала решил отобрать 100 темнокожих легкоатлетов - чемпионов 20-летней давности и... просто не смог половины из них найти. Пришлось прибегать к помощи частных детективов. Опытные ищейки разыскали несколько десятков чемпионов в трущобах и на свалках. Поразительно, но большинство из бомжей оказались спринтерами и бегунами на средние дистанции. А вот стайеры - бегуны на длинные дистанции - более-менее устроились в жизни, большинство из них имели свой малый бизнес.

- Этой «живучести» стайеров есть объяснение, - продолжает Полеев. - Они во время бега испытывают исключительное чувство - «инсайт» (озарение). И, рассчитывая силы на дистанцию, как бы прогнозируют свое будущее, рассматривают разные его варианты. Вот эта вариативность сознания, расчет и помогают им смоделировать реальную жизнь. Оказалось, стайеры меньше всего страдают от гипоксии мозга (кислородного голодания) и реже становятся жертвами импотенции. Зато спринтеры после окончания карьеры очень часто «сходят с дистанции» и оказываются не способны ни к бизнесу, ни к сексу. Последнее, как выяснили ученые, происходит от постоянных сверхнагрузок, в результате которых нарушается кровоснабжение половых органов и половые гормоны идут на «другую работу».

Но этот процесс оказался обратимым. Через два-три года у половины атлетов половая функция восстановилась. Увы, вторая половина экс-спортсменов просто не дожила до «возрождения» и спилась.

Парадокс заключается в том, что большинство из исследуемых чемпионов перед уходом из спорта имели неплохие сбережения. (У нашего разносчика шезлонгов на счету было около 20 тысяч долларов, что в 60-х считалось значительной суммой.) Но бывшие победители не умеют правильно ими распорядиться и в результате просто просаживают.

Заметьте: исследования проводились с победителями 60-х, когда еще практически не применялся допинг. Увы, с появлением стимуляторов, особенно анаболиков, импотенция для тех, кто их использует - штангистов, культуристов, легкоатлетов-метателей,- стала неизлечима.

Проблема сексуальной реабилитации существует и у спортсменок. После напряженнейших тренировок многие женщины становятся фригидными.

**Петр Болотников, олимпийский чемпион 1960 года в беге на 10000 метров**

- Не знаю, как у американцев, а у меня с этим все нормально, никаких отклонений. Мне и одной жены до сих пор мало,- то ли в шутку, то ли всерьез говорит наш великий бегун, которому в марте будущего года исполняется 70 лет. - На потенцию никогда не жаловался. Мне даже кажется, что она с каждым годом все усиливается. Думаю, еще лет на тридцать хватит. Как раз до ста лет. Что касается других ребят своего возраста - не знаю. Никто вроде не жаловался.

- Однажды моей пациенткой была чемпионка Москвы по фигурному катанию, - продолжает врач-сексолог. - Великолепное стройное тело - мужики были от нее без ума. Она же не получала от близости с ними никакого удовольствия.

Однажды вроде бы нашла своего принца. Но после первой проведенной вместе ночи он возмутился: «Я что, тебе не нравлюсь, если ты не получаешь удовольствия?» «Да я не умею». Короче говоря, он ее послал вместе с коньками. А мог бы проявить терпение. Чувствительность у бывших спортсменок тоже восстанавливается. Знаю случаи, когда женское чувство приходило в норму в 34 - 35 лет. Это относится не только к фигурному катанию, но и тем же легкой атлетике, теннису...

Обычно долго реабилитация проходит у тех спортсменок, кто начинал заниматься сексом очень рано - в 13 - 14 лет, когда организм еще не созрел. Впрочем, последнее относится уже ко всем женщинам.

Кстати, о теннисистках, среди которых большой процент так называемых «розовых», о чем мы не раз писали. Существует мнение, что они становятся лесбиянками от своей сексуальной несостоятельности в общении с мужчинами. Не получая удовольствия от «классического» полового акта, они стремятся получать клитеральный оргазм.

**В**ывод из всего сказанного один: профессиональный спорт вреден для здоровья как мужчин, так и женщин. И чем выше достижения, тем хуже прогноз. Так что юношам не стоит завидовать кумирам с горой мышц, а женщинам - вздыхать о них перед сном. Лучше выбрать для встреч любителя обычной физкультуры... Если же вы занимаетесь спортом профессионально, запомните эти советы:

Завершая спортивную карьеру, заранее готовьте себе отступные позиции - присматривайте работу. Не затягивайте с "акклиматизацией". И не пугайтесь, если вдруг начнете терпеть неудачи в сексе: импотенция у спортсменов - явление обычное. При правильном образе жизни функции организма восстановятся.