

Александр Мартынов

# Дорога к свету

18+

Александр Мартынов

**Дорога к свету**

«Автор»

2024

**Мартынов А. Е.**

Дорога к свету / А. Е. Мартынов — «Автор», 2024

Представлены доводы врачей прошлого и настоящего о мастурбации, половом воздержании, исследования о вреде самоудовлетворения и методика избавления от онанозависимости. Также рассматриваются методы насаждения разврата, распушенности и онанизма в России и мире.

© Мартынов А. Е., 2024

© Автор, 2024

## Содержание

Введение	5
Половое возбуждение	6
Мнение врачей прошлого об онанизме	9
Мнение современных честных врачей об онанизме	15
1. Р. Беледа. Об онанизме	16
2. М. Венёвцев. Еще раз о вреде онанизма	17
3. А. Попов. Есть ли вред от онанизма	20
4. Д. Бешлиев. Простатит, которого могло и не быть	22
5. Е. Руденюк. Консультации	24
6. Г. Кочарян. Патогенные влияния мастурбации и их последствия как проблема клинической сексологии	26
Последствия онанизма. Редкие сведения	28
1. Нервная система	29
2. Психика и интеллект	31
3. Душевнобольные и онанизм	34
4. Половая система	36
5. Прочие зафиксированные проявления	40
Интересные истории онанистов	42
Отличия секса и онанизма	43
По Тиссо	43
По Роледеру	44
Конец ознакомительного фрагмента.	45

# Александр Мартынов

## Дорога к свету

### Введение

*При составлении этой работы я был воодушевлен надеждой остановить прогресс порчи и скверны, усугубленной тем, что ее деятельность осуществляется в тени тайны и загадочности, она подрывает организм без шума так, что даже те, кто является ее жертвами, не подозревают о ее вредности. Поэтому очень важно, чтобы об этой опасности стало известно.*

Самюэль Тиссо, 1760 г.

Цель данной книги: систематизировать и углубить знания об онанизме, порнозависимости, здоровом сексуальном поведении, воздержании, пропаганде разврата (в добавок к информации, изложенной в предыдущих книгах). Упор будет сделан на последствиях полового возбуждения и здоровье предстательной железы.

## Половое возбуждение

Резюмируя все, что было сказано в предыдущих изданиях об онанизме, порнографии и половом воздержании, можно получить следующую картину. Основной вред онанизма, как и порнографии, заключается в том, что он легко переходит в зависимость, которая чревата:

- истощением нервной системы из-за регулярной выработки стрессовых гормонов (адреналина и норадреналина) и изъятия из нервных клеток лецитина, необходимого для формирования новой порции семени;

- снижением интеллектуальных способностей из-за изъятия лецитина из головного мозга после эякуляции, а также из-за возникающих навязчивых эротических фантазий, мешающих нормальному мышлению.

Лецитин составляет примерно 30% тканей головного мозга, 50% – спинного и значительную часть нервной системы

Просмотр порно вызывает в головном мозге накопление белка DeltaFosB, что свидетельствует о существовании порнографической зависимости (Natural and Drug Rewards Act on Common Neural Plasticity Mechanisms with FosB as a Key Mediator. Available at: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3865508/>). Зависимость от порнографии вызывает:

- психические нарушения с возникновением фобий и депрессии;
- отупение из-за просмотра развратных (порой – нелепых и жестоких) сцен и формирования грязного воображения;

- изменение поведения – образ мыслей и разговоры становятся извращенными. Изменяется отношение к противоположному полу – женщина воспринимается лишь как объект сексуального желания;

- лень из-за повышенной стимуляции дофамином мозга. Так как дофамин отвечает за мотивацию что-либо сделать, то без просмотра порно у зависимого в обыденной жизни его выделяется недостаточно.

Многие люди в период борьбы с навязчивым онанизмом пытаются изредка смотреть порнографию без акта мастурбации и размышляют примерно так.

Лучше смотреть , но не прикасаться . Чем сливать без просмотра .  
Главное не потерять семя .

Конечно, семя – самый ценный компонент мужского организма, однако здесь стоит упомянуть о значении полового возбуждения. Просмотр порно с актом мастурбации длится в среднем 15-20 минут, в то время как без мастурбации может затянуться до 3-4 часов, что вовсе не означает, что у человека затем хватит терпения не дотронуться до полового члена и не начать онанировать.

Несколько часов просмотра порнографии равно тому, что организм все это время пребывает в состоянии стресса. При этом все эти часы продолжают вырабатываться стрессовые гормоны, дофаминовая система страдает из-за переизбытка дофамина, угнетается предстательная железа. Длительный просмотр порно наносит еще больший ущерб организму, нежели онанизм с недолгим просмотром.

Пролактин, вырабатываемый во время оргазма, хотя бы частично нейтрализует стрессовые гормоны и на несколько часов вызывает отвращение к онанизму и просмотру порно. Длительный же просмотр без оргазма гарантирует колоссальный стресс для организма (психики, нервной системы, простаты), между тем как желание мастурбировать с каждым таким

просмотром будет только усиливаться, и через один, два, три дня или неделю человек сорвется обязательно, и все это закончится привычными движениями руки, то есть актом онанизма. Люди, даже склонные к насилию над собой, не смогут удержаться от соблазна получить оргазм, и срыв для них станет закономерным и даже желательным, поэтому такие эксперименты не стоит проводить над собой.

У многих онанистов срыв ассоциируется лишь непосредственно с мастурбацией, в то время как просмотр порно они таковым не считают, но закономерно считать срывом и сам просмотр, так как человек уже делает себе пощажку, забывая о том, что с порнографией и возбуждением нужно бороться прежде всего, что просмотр порно в наши дни и превращает обычных людей в онанистов.

Почему же люди стараются бороться лишь с онанизмом, но иногда допускают мысль о просмотре? Порнозависимость сильнее пристрастия к онанизму, так как накопившийся белок DeltaFosB подталкивает прежде всего к просмотру. Это также связано с подсознательным ощущением ненормальности касаний полового органа руками и возникающим после эякуляции чувством вины, в то время как просмотр совокупляющихся самым грязным образом проституток не вызывает ни чувства вины, ни отвращения.

Какие процессы происходят в организме во время полового возбуждения:

– выделение стрессовых гормонов (норадреналина и адреналина);

– выделение гормона удовольствия и мотивации (дофамина);

– возможно, вырабатывается кортизол, универсальный гормон при стрессе любого происхождения. Однако здесь исследований недостаточно, и есть разночтения. По одной из версий, при половом возбуждении выделяется окситоцин, который подавляет кортизол. Согласно другому исследованию, у 20-ти женщин из 30-ти при просмотре эротического фильма уровень кортизола снижался, у 10-ти – повышался <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/18624961/>. В другом исследовании выявили, что уровень кортизола повышался у жеребцов в ответ на сексуальную стимуляцию <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/2509408/>. Точных данных относительно мужского организма пока нет, но вероятность роста уровня кортизола при половом возбуждении весьма высока.

– увеличивается содержание тестостерона, но в таких количествах, что это отрицательно сказывается на состоянии предстательной железы, так как именно простата страдает прежде всего от его избытка (в аптеках, например, по этой причине гормональные препараты с тестостероном отпускаются лишь по рецепту врача и после сдачи анализов).

– увеличивается в размерах предстательная железа, так как из-за усиленного кровообращения она готовит организм к соитию, активно синтезируя простатический сок. Если возбуждение не реализуется, то не происходит естественной физиологической разрядки, а вырабатанный секрет остается в тканях простаты.

Если человек предпочитает возбуждаться без последующего оргазма и эякуляции, например, при описанном выше способе просмотра порно, то может возникнуть застой секрета в простате, а застой секрета, в свою очередь, может спровоцировать застой лимфы и крови в органе, то есть застойный простатит. По этой причине даже недолгий просмотр порно без эякуляции более вреден для здоровья простаты. Тот же результат можно получить в результате многолетнего онанизма и чрезмерной половой активности (усугубляющим фактором здесь также является малоподвижный образ жизни и «сидячая» работа).

При возбуждении простата активно вырабатывает секрет для формирования последующего эякулята, подготавливая организм к совокуплению, но если возбуждение затягивается по времени, или оно не реализовано (не окончилось семяизвержением), или человек слишком часто возбуждается, то это приводит к застойным явлениям по вышеописанной схеме.

Советский сексопатолог *Людвиг Якобзон* в книге «Онанизм у мужчины и женщины» (1928 г.) пишет: «Я усматриваю объяснение застойному простатиту в склонности она-

нистов помечтать на половые темы, чем вызывается продолжительная эрекция с застоем крови в предстательной железе. Немаловажную роль играет также частота онанистических актов».

*Леонид Мильман* в книге «Импотенция» (1972 г.) отмечает, что мастурбация без эякуляции вредна тем, что простатическая часть уретры, семенной бугорок, предстательная железа, железы Купера и Литтре становятся отечными, в них возникают застойные явления, а это способствует последующему воспалению.

Почему же сегодня врачи говорят все наоборот и распространяют ложь о вреде воздержания? Во-первых, под воздержанием намеренно подразумевают лишь отсутствие секса, но не эякуляций, поэтому онаниста, не имеющего секса и пробивающего себе дорогу к простатиту, люди из-за своей неграмотности считают воздержанцем. Во-вторых, лжеврачи ничего не говорят о *половом возбуждении*, самом главном аспекте сексуального здоровья. Природа не готовила человека к тому, что он будет часто и подолгу возбуждаться без последующего совокупления (смотреть порно, фантазировать, мастурбировать с намеренным затягиванием оргазма) – если простата активно вырабатывает сок, значит должна произойти эякуляция во избежание застойных процессов.

Поэтому, если мужчина хочет сохранить интимное здоровье, то у него есть только два пути: *по возможности каждое возбуждение доводить до логического конца (оргазма и эякуляции при сексе) или не возбуждаться вовсе*. Рассматриваемый выше пример с просмотром порно без мастурбации – самый короткий путь к простатиту и расстройству нервной системы.

## Мнение врачей прошлого об онанизме

*«Онанисты обременяют своим существованием все человечество. Они ничего не могут дать ни обществу, ни той среде, в которой вращаются».*

Иоганн Петер Франк, гигиенист.

Что говорили врачи об онанизме в те времена, когда медицина оставалась еще объективной. Стоит обратить внимание на то, как различается в этом вопросе позиция медицины прошлого и настоящего времени. Стоит отметить и профессионализм врачей: ни слова об умеренном или неумеренном онанизме; ни слова о том, что это – естественная практика, и большинство людей этим занимается и т. д. Написано, как можно будет вскоре убедиться, со знанием дела.

### **1. Гиппократ. Древняя Греция. 5 век до н. э.**

У онаниста выделяется не семя, а спинной мозг, и он будет идиотом, так как эта болезнь рождается в спинном мозге. Она случается с новобрачными или похотливыми людьми. Эти люди хотя едят много, но все худеют и чахнут. Они неспособны к деторождению и во сне случаются с ними ночные поллюции. Во время прогулки, а особенно когда они прохаживаются по плохой дороге, такие люди чувствуют одышку, слабость, тяжесть в голове и шум в ушах.

### **2. Анонимный автор. Англия, 1715 г. «Онания, или отвратительный грех саморазрушения»**

Вред онанизма для общества вскоре станет очевидным, так как это *препятствует заключению браков, разрушает супружеские чувства, извращает половое влечение и снижает рождаемость*. Среди причин укоренения порока можно выделить развратные книги, плохие компании, любовные истории, а также невежество молодежи, незнание последствий мануального блуда, праздность и одиночество. Если бы люди знали заранее о телесных последствиях самоосквернения, то никогда бы не отважились на это. Правда, есть некоторые грубые, невежественные люди, воображающие, что это всего лишь глупая практика, и в ней нет вреда для здоровья.

Любовь к чувственным удовольствиям несовместима с духовными радостями. Рукоблудцы не испытывают радости от простого общения, чтение и медитация для них скучны и неприятны. Как только онанизм овладевает сердцем, мысли о нем начинают преследовать человека повсюду. Даже во время важных дел и молитвы он то и дело обнаруживает, что его обуревают похотливые мысли и желания, от которых трудно избавиться. К этому добавляются чувство вины и угрызения совести, возникающие каждый раз после этого неестественного акта.

### **3. Самюэль Тиссо. Швейцария, 1760 г. «Онанизм. Рассуждение о болезнях, происходящих от малакии»**

Общее истощение всего организма, ослабление всех телесных чувств и способностей души, потеря воображения и памяти, слабоумие; нарушение, приостановка или мучительное выполнение всех жизненных задач; долгие и парадоксальные болезни; все недуги старости в пору молодости и бодрости; неприспособленность ко всем тем занятиям, для которых человек рожден; мерзкий характер – быть бесполезным грузом на земле; отвращение ко всем достойным удовольствиям; тоскливая меланхолия; отвращение к обществу и, следовательно, к самому себе; ужас перед жизнью, страх перед ежеминутным искушением к самоубийству; страдание хуже боли, угрызения совести хуже мук.

Это бесстыдство не успеет еще покорить сердце, а уже следует повсюду за преступником. Оно владеет им и занимает его во всякое время и во всяком месте. Даже при выполнении важ-

ных дел он бывает добычею похоти и любовных мыслей, которые ни на минуту его не оставляют.

Ничто не приводит в такую слабость, как беспрестанное напряжение духа, всегда занятым одним и тем же предметом. Измученные постоянной усталостью, эти жалкие существа испытывают душевные расстройства. Больные эти, будучи ослаблены от беспрестанного изнурения, испытывают понижение уровня интеллекта. Хотя способности онанистов не совсем истреблены, но использование их приносит мало пользы.

К любому делу, к которому они приставлены, они никак не могут привыкнуть из-за нехватки внимания, что является следствием малакии. Среди тех, кто не занят никаким делом (коих число гораздо больше), находятся такие, которые ни к чему не способны. Отвлекаемость, замешательство и уныние делают их только празднотлюбцами. Неспособность быть внимательным, соединенная с низкими способностями к чему-либо, многих привела к невозможности находиться в обществе.

Как скоро усилился навык, то душа и тело всегда побуждают на это беззаконие. Душа, будучи обладаема непотребными мыслями, возбуждает похотливые движения, и если она на несколько минут и бывает отвлечена другими мыслями, то жидкости, возбуждающие детородные органы, вдруг возвращают ее на эту скверноту.

Первое искушение сопровождается другим, и по мере того, как похоть будет умножаться, разум, долженствующий прервать их, ослабевает, и в короткое время погрузятся онанисты в море бедствий, не имея, может быть, надежды избавиться от них. Если же начинающиеся слабости устрашат их на некоторое время, то слабоумие и похоть вновь подтолкнут их к малакии.

Постоянные мысли об одном предмете лишают способности заниматься другими делами. Органы, будучи беспрестанно возбуждаемы, получают болезненное расположение, хотя и не возбуждаются внешней причиною. Случаются болезни в мочеиспускательных частях, которые возбуждают повышенное мочеотделение. Частое возбуждение детородных органов производит в них таковые же болезни. Сколь ужасна должна быть мысль эта для тех, кто еще имеет некоторые следы рассудка и стыда! Всякая часть, неумеренно напряженная, производит ущерб в силах. Жизненный дух в великом количестве стекается туда, и там рассыпаясь, приводит человека в слабость.

#### **4. Тесе Пуйе. Франция, 1877 г. «Онанизм у женщин»**

Признаки, по которым удастся определить онанирующего человека, можно разделить на моральные, физические отдаленные и местные.

К *моральным* признакам относятся: задумчивость, трусливость, скрытность, стремление к уединению, лживость, страсть к поцелуям.

К *физическим*: бледность покровов, мутность глаз, быстрое похудение без видимых причин при хорошем аппетите, шаткая походка, слабость координации движений, дрожание конечностей, чувство холода, ночной пот, расположение рук во сне вблизи половых частей, нервность, одышка, головные боли, плохой сон.

К *местным*: различные изменения в половой системе.

#### **5. Лев Файнгольд. СССР, 1927 г. «Онанизм. Его причины, последствия и меры борьбы с ним»**

Онанизм есть противоестественный половой акт, совершаемый человеком над самим собой путем раздражения своих половых органов рукой или каким-нибудь предметом до появления сладострастного чувства извержения семени (у мужчины). Во время этого акта лицо онаниста обнаруживает сильное возбуждение, разгорается, руки дрожат, пульс, сердечная деятельность и дыхание учащаются. После извержения семени появляется состояние высокой степени расслабления, заканчивающееся полным упадком сил. После акта онанисты чувствуют себя слабыми, утомленными, сонными, вялыми, неспособными ни к какой физической или умственной работе.

У взрослых встречается онанизм без нужды еще при добровольном отказе от нормальной половой жизни или одновременно с ней. Эти люди не могут отказаться от старых привычек даже в браке. В этом случае надо считать, что мы имеем дело с легко возбудимой фантазией или с психопатической натурой, поскольку онанизм особенно распространен среди психических больных и проституток. Так как последние продаются за деньги каждому без влечения, то нормальный половой акт перестает их удовлетворять, и они ищут удовлетворения полового чувства неестественным путем.

#### **6. Герман Роледер. Германия, 1927 г. «Онанизм. Причины, явления болезни, предупредительные меры, лечение»**

Последствия онанизма сказываются на индивидууме и психически, и физически. И здесь речь идет не об упадке сил или нарушении питания, а об общей подавленности, утомлении и полной дезорганизации органического состояния человека, в зависимости от стажа онанизма.

Я уверен, что большинство юношей, бледных и худощавых, обязаны состоянием своего организма этому изнуряющему пороку. Если кто-либо из врачей не разделяет моей точки зрения, то я это отношу за счет недостаточного изучения онанизма в медицинской литературе. Я прилагаю в данном случае метод не столько медицинский, сколько психологический: если больной страдает чахоткой, малокровием, диабетом, болезнью почек, общим упадком сил, и притом еще онанирует, то порок этот способствует еще более значительному понижению сил и нарушению состояния организма. Я знал людей, с весьма крепким телосложением, у которых онанизм подорвал общее состояние здоровья, и если мне укажут на то, что есть случаи, когда онанизм никак не сказался на организме человека, то я отнесу это к случаям исключительным и маловероятным.

Следы онанизма на здоровье человека остаются в виде нервного нарушения пищеварительных органов либо других явлений, влекущих за собой полную упадочность и сил, и настроения. Так или иначе, последствия онанизма сказываются, и никакая критика этого взгляда не убедит меня в обратном.

При этом наблюдается расстройство походки, ограниченность в подвижности, беге и ослабление мышечной системы. Если при наблюдении за юношами с бледными лицами, страдающими апатией и усталостью, мы не можем распознать истинной причины их состояния, то, без всяких сомнений, причина лежит в половых излишествах, вне зависимости оттого, было ли это естественным совокуплением или онанизмом.

Онанисты часто страдают бессонницей, а если им удастся на некоторое время заснуть, то сон их бывает чуткий и беспокойный. Все эти явления гонят их к врачу, но от него они уходят по большей части разочарованными. Врач определяет болезнь желудка, нервность, малокровие и зачастую истинной причины заболевания он не распознает, которую пациент к тому же скрывает, так как чувство стыда и неловкости овладевают им. Начинается полный душевный разлад, неудовлетворенность, и пациент впадает в отчаяние. Перечисленные же мною явления настолько симптоматичны, что безошибочный диагноз может принести больному спасение.

Допустим случай, когда лицо, занимающееся онанизмом, одарено великолепным физическим здоровьем, полным умственным расцветом и никак не страдает от своего порока, к тому же оно еще пользуется гигиеническими условиями жизни. Тем не менее у меня нет оснований полагать, что серьезных последствий при указанных условиях от онанизма не возникнет. Безусловно, будет происходить процесс постепенного ослабления здоровья, как физического, так и морального, будет понижаться степень сопротивления воли, и пациент сделается рабом своего порока.

Человечество обычно начинает свою половую деятельность с онанизма, и если порок этот, начавшийся с юных лет, не приостановился вовремя, то он влечет за собою хроническое, а бы сказал, эпидемическое продолжение мастурбации. Ниже я опишу стадии развития болезни:

1. Стадия физического и психического аморального состояния больного.

2. Стадия нервных заболеваний.

3. Стадия наступательных психозов.

Конечно, я не устанавливаю здесь стадий обязательных для каждого онаниста, я только указываю на прогресс болезни и на те последствия, которые могут возникнуть у пациентов при безостановочном развитии порока.

**В первой стадии**, то есть при физическом и психическом аморальном состоянии, у больного мы замечаем тупой взор, потухшие глаза, апатию, усталость, бледность лица, малокровие. Под впалыми глазами расположены синие круги. Движения вялые, апатичные, словом, человек резко меняется во внешности, которая приобретает вид «пожившего лица». К этой физической пониженности прибавляется еще и психическая: умственные способности притупляются, ослабевает память, появляется рассеянность, и утрачивается вера в самого себя. Вспыльчивость, раздражительность, уединение, сугубое ощущение одиночества – все это уничтожает личность, ввергая человека в ужас. Требуется правильное воспитание, чтобы больного вернуть к нормальному состоянию, возбудив в нем те жизненные силы, которые обеспечивают опору и веру в свое будущее.

В эту пору необходимо пресечь болезнь самым решительным образом, пока не задета еще вся центральная нервная система. Когда же появляется у онаниста внутреннее заболевание, заболевание центральной нервной системы, то мы имеем здесь налицо вторую стадию заболевания.

**Вторая стадия** приводит к ослаблению мышц, и нетрудно представить себе состояние человека, у которого к общему расстройству всего организма и угнетенности духа присоединяется еще расстройство мышц. Появляется головокружение, перед глазами возникают световые явления, вся нервная система напряжена, брюшные органы подвержены непонятным для пациента изменениям и сокращениям. Пульс учащается, дыхание затруднено (хотя в органах кровообращения и дыхательных путях патологических явлений не наблюдается). Если же больной переживает период роста, то наступает одновременно процесс хлороза. Аппетит исчезает, и пациент вне зависимости от степени своей интеллигентности и развития превращается в тупого, мало соображающего человека.

Если к этому присоединить еще болезненную потерю семени, вагинизм у женщин и половое бессилие у мужчин, то нетрудно будет представить себе больного и душевное состояние его. Первый период заболевания не нарушает почти нормальных отправления половой сферы; однако во втором периоде у больного наступает затруднительный процесс: эрекция замедляется, и пациенту приходится прибегать к помощи фантазии, чтобы добиться полового возбуждения. У этих людей после полового возбуждения и наступления эрекции немедленно появляется семяизвержение. Это функциональное расстройство ведет к невралгии в области половых органов, бедер и поясничных позвонков. Картина дополняется поражением мочевых путей, недержанием или задержанием мочи, болью и резью при мочеиспускании.

Физическое развитие болезни у лиц женского пола влечет за собою малокровие, бледную немочь и общий упадок сил. Заболевания яичников у молодых девиц в некоторой степени происходят тоже вследствие частой мастурбации. Для большей убедительности, что это так, укажу на случай, когда у многих девиц после замужества боли эти совершенно прекращались.

Умственное же развитие выражается у них в ослаблении памяти, тупоумии, забывчивости, повышенной восприимчивости, легко возбуждающей фантазию.

**Третья стадия** – стадия наступательных психозов – выражается в ослаблении всех умственных способностей, подавляющих мозговую деятельность человека и лишаящих его самообладания. В этих случаях у пациентов возникают легкие психозы: благородные склонности исчезают, возникают угрызения совести, процесс душевного угнетения продолжается, и если к тому еще пациент одержим нервным предрасположением, то он доходит до глубочайшей внутренней трагедии.

Понижение нравственных качеств человека, то есть нравственных принципов его и нарушение характера – несомненные последствия онанизма; в первую очередь необходимо развить в человеке понятие о добре и зле, о чистосердечности и истине. Словом, необходимо поднять нравственное состояние человека на такую высоту, которая позволяла бы ему смотреть на свой порок, как на поступок безнравственный, разум должен возвысить свой голос и заставить человека поработать над собой.

При иных условиях онанист становится бесхарактерным, его поступки совершенно произвольны, он не отвечает за свои действия, проявляет тупость, и почти все темы его вращаются вокруг вопросов пола. Я наблюдал случаи, когда у людей на почве злоупотребления онанизмом появлялась вдруг ипохондрия.

Таков этот порок. Сотни тысяч детей скошены извращенностью, как весенняя трава к осени. Когда мне доводилось читать поэтическое описание садов, парков, зеленых всходов, я каждый раз мысленно останавливался на процессе роста и развития детей и мысленно подводил печальные итоги их существованию. Вдумайтесь в то, что вам сообщает человек, на чьих глазах увяла и потухла не одна молодая жизнь.

### **7. Людвиг Якобзон. СССР, 1928 г. «Онанизм у мужчины и женщины»**

Аутоэротическая область очень обширна. Она простирается от случайных сладострастных мечтаний наяву, при которых субъект остается пассивным, до бесстыдных постоянных попыток к самоудовлетворению, наблюдаемых часто у душевнобольных. Типичной формой аутоэротизма является повышенное половое возбуждение во сне. Среди аутоэротических явлений онанизм представляет собою лишь подвид, которому врачи посвящали много внимания, игнорируя при этом остальные проявления аутоэротизма.

#### **Аутоэротизм состоит:**

1. *Фантазии* – неотменная форма аутоэротизма, которая в большинстве случаев является первой стадией онанизма. Разбираемое явление является патологическим и никогда не бывает полезно, если практикуется чрезмерно, к чему имеется склонность у молодых людей с художественными влечениями.

2. *Эротические сны*. Дело в том, что у человека с нормальным половым чувством обыкновенно бывают и нормальные эротические сновидения; у субъектов же с извращенными стремлениями нередко и в сновидениях появляются извращенные представления.

3. *Нарциссизм*. Крайней формой аутоэротизма является склонность находить половое удовлетворение в любовании собою – частично или полностью. Эта склонность символизируется любованием собственного отражения в зеркале. Встречается в слабой степени у некоторых мужчин, бывает резко выражена у женщин, обыкновенно в связи с притягательной силой их для других лиц. Типичным проявлением этого отклонения являются случаи аутоиррумации. Подобное состояние бывает редко, за исключением случаев у душевнобольных.

4. *Онанизм*. Бывает физический (классический, с фрикциями) и психический онанизм (фантазии без рукоприкладства). Психический онанизм с последующей эякуляцией наблюдается реже и возможен лишь при ненормально повышенной возбудимости эякуляционного центра в спинном мозге. Обе формы онанизма включают инстинктивное признание противоестественности этого полового наслаждения.

Биологический момент прекращения онанизма в периоде полового созревания заключается в необходимости выбора объекта в целях сохранения вида. Однако условия культуры не дают подростку возможности избрать половой объект, поэтому нужно сделать последний искусственно доступным.

Но встречаются случаи, где онанизм из-за болезненного предрасположения переходит в патологическую страсть, и часто сопровождается еще какими-либо извращениями. У таких парней половое чувство усилено, воля ослаблена, борьба сознания с инстинктивным влечением непривычна, утомительна, быстро истощает их энергию и ведет к победе этого влечения над

разумом, что еще более усиливает наступающее отчаяние и разочарование в своих силах. Так же, по мнению ряда авторов, онанизм, начатый в детском и подростковом возрасте, тормозит дальнейшее развитие организма.

## **Мнение современных честных врачей об онанизме**

Несмотря на множество трудов врачей прошлого, посвященных проблематике онанизма, позиция медицины в этом вопросе после сексуальной революции изменилась на 180 градусов. Современные последователи Гиппократов продвигают идею не только о безвредности мастурбации, но и о ее пользе. Например, ведущая Елена Малышева неоднократно высказывалась о пользе мастурбации в эфире передачи «Жить здорово», вещающей с Первого канала на всю страну.

Сегодня можно услышать мнение обывателей о том, что врачи просто ошибаются, когда говорят о благотворном влиянии онанизма на организм. Так ли это – об этом будет сказано в последующих главах. Сейчас же рассмотрим доводы и статьи современных *честных* врачей относительно мастурбации.

## 1. Р. Беледа. Об онанизме

*Ростислав Васильевич Беледа – врач-сексопатолог, профессор, кандидат медицинских наук, руководитель Московского центра сексопатологии.*

Занимался лечением половых расстройств у мужчин и женщин. Автор более 50 научных трудов и статей. Работу начал в Центральном авиационном госпитале, где проходили обследования все первые космонавты СССР. Там он познакомился с Юрием Гагариным и Германом Титовым. На память остался снимок.

В звании полковника медицинской службы Ростислав Васильевич ушел на гражданскую работу. Выступал с лекциями по стране, писал книги, а главное – вылечил тысячи людей. Половые недуги из разряда особых. Сексуальная сфера человека всегда была под запретом политики, стыда или пренебрежения. Поэтому сексопатологов мало, настоящих – единицы.

### **Об онанизме**

Под онанизмом (синонимы: рукоблудие, мастурбация, ипсация, карманный бильярд) подразумевается всякое искусственное раздражение половых органов и возбуждение психики без полового контакта до появления оргазма.

Различают периферический онанизм и психический.

Первый (периферический) совершается исключительно путем механического раздражения половых органов, второй (психический) – при активном сосредоточении внимания на воображаемых моментах сексуального содержания.

Чаще всего психический онанизм наблюдается у лиц с богатой фантазией и повышенной половой возбудимостью. Эта разновидность онанизма чрезвычайно вредна потому, что нервная система и без того перевозбуждена, а при психическом онанизме наступает еще большее возбуждение и истощение, к тому же при этом онанизме после продолжительных эрекций не наступает эякуляция и оргазм, что приводит к застойным явлениям, асептическому колликулиту и конгестивному простатиту.

Следует отметить, что деление онанизма на два вида является весьма условным, поскольку в обыденной жизни наблюдается сочетание механического и психического онанизма, характеризующегося тем, что онанист во время механического раздражения своих половых органов вызывает у себя представления о половом акте.

Значение онанизма, как причины психической импотенции, заключается и в том, что когда им занимаются долго, с ранних лет, происходит неправильное формирование условно-рефлекторных связей сексуального характера. Вследствие этого нормальные сексуальные раздражители являются для первичного мастурбанта недостаточным раздражителем и не вызывают у него полового возбуждения.

На приеме одна молодая женщина с возмущением мне рассказывала: «Доктор, со мной у мужа ничего не получается. А я подсмотрела: он идет в ванную комнату и там онанирует». В данном случае, уже пребывание в ванной комнате является сексуальным раздражителем.

К «извращениям» онанизма – относится *затягиваемый* онанизм, когда посредством отвлечения внимания или путем прекращения манипуляций онанистический акт затягивается. Онанизм может быть прерываемым (неполный онанизм), когда онанистический акт умышленно прерывается раньше наступления оргазма. При этом семенной бугорок, простатическая часть уретры, железы Купера и Литтре отекают. В них образуются застойные явления, что предрасполагает к их воспалению.

Онанизм в 80-90% случаев вызывает у лиц с этой патологией общее невротическое состояние, раздражительность, подавленность, ощущение своей неполноценности и т. д.

## 2. М. Венёвцев. Еще раз о вреде онанизма

*Михаил Михайлович Венёвцев – врач-дерматовенеролог.*

Некоторые специалисты ошибочно считают, что онанизм не только безвреден, но и полезен для здоровья. Однако это в корне неправильное мнение. При онанизме вслед за оргазмом, какое бы облегчение он ни приносил, следует в дальнейшем подавленность, угнетенное состояние, разбитость. Занимающийся онанизмом зачастую понимает, что страдает пороком и вредит своему здоровью. Он испытывает угрызения совести и душевные переживания, но ничего не может с собой поделать.

Люди, привыкшие к самоудовлетворению, нередко вырастают эгоистами. Так как при начале половой жизни они не испытывают ожидаемого наслаждения, то считают виновником этого своего партнера или партнершу, и для получения истинного удовольствия ищут новых встреч. Однако каждая новая встреча быстро их разочаровывает, и такие мужчины становятся донжуанами (считается, что донжуаны рано становятся импотентами) или, разочаровавшись в любви и жизни, заканчивают свою жизнь старыми холостяками – без детей, друзей и близкого человека.

**Нервная система.** Половое возбуждение есть стресс для организма. Как и во время любого другого стресса, во время полового возбуждения онаниста из-за порнографии или фантазий в кровь выделяется всем известный гормон адреналин. Он оказывает стимулирующее воздействие на ЦНС: повышает уровень бодрствования, психическую энергию и активность, вызывает психическую мобилизацию, реакцию ориентировки и ощущение тревоги, беспокойства или напряжения. Дрожь во время сильного полового возбуждения также вызвана адреналином.

Для того, чтобы он не нанес ущерб организму, его необходимо «сжечь», то есть необходима физическая нагрузка. Во время занятий сексом человек хотя бы частично сжигает адреналин. Но во время мастурбации организм не получает физической нагрузки. Частый стресс нарушает основные нервные процессы – возбуждения и торможения. Отсюда тревожность, агрессивность, беспокойство онаниста, которые при дальнейшем злоупотреблении мастурбацией могут привести к развитию невроза, вегетососудистой дистонии.

Адреналин высвобождает большое количество глюкозы, которая из-за отсутствия физической нагрузки остается не превращенной в энергию, что вызывает необходимость утилизировать ее обратно. Происходит лишняя нагрузка на поджелудочную железу, с возможным развитием еще одного заболевания-спутника стресса – диабета. Адреналин усиливает распад жиров и белков. Отсюда худоба и трудный набор веса у многих онанистов.

Часто приходится слышать, что онанизм снимает стресс. На самом деле единственным способом снятия стресса, то есть сжигания адреналина, является физическая нагрузка. Других способов не существует. Онанизм, секс, алкоголь создают лишь иллюзию снятия стресса. В первые минуты после акта мастурбации онанист испытывает душевный подъем, удовлетворение, желание действовать, вызванные адреналином и «гормонами счастья». Но уже через несколько минут наступает упадок, изможденный стрессом организм начинает клонить сон, появляется чувство голода.

Особенно вредна ночная мастурбация, так как во время ночного бодрствования организм вынужден подбадривать себя выделением адреналина в кровь. Обследование онанистов показало, что от 23% до 50% опрошенных страдают бессонницей, вегетососудистой дистонией, депрессией. Кроме того, хронический стресс подрывает иммунитет, что снижает сопротивляемость организма к инфекционным заболеваниям.

**Предстательная железа.** Часто приходится слышать о том, что онанизм полезен для предстательной железы, снижает риск простатита и аденомы. Об этом говорят и врачи, про-

писывая для лечения и профилактики простатита секс либо мастурбацию. Они говорят, что простатит происходит вследствие застоя в простате, делая вывод о необходимости постоянно опустошать железу.

*Невозможно представить более вредного заблуждения.* Известно, что чем меньше тревожишь воспаление, тем быстрее оно проходит. Если вы будете постоянно терзать воспаленную рану, то она никогда не заживет. Мастурбация – это постоянное раздражение воспаленной предстательной железы, принуждение к работе органа, которому срочно нужен отдых.

*Прописывать мастурбацию при простатите – то же самое, что рекомендовать дыхательные упражнения при пневмонии.* Воспаленной простате нужен покой, онанизм беспокоит ее, держит в увеличенном состоянии. При воздержании больной простатитом испытывает боль в предстательной железе, из чего он делает вывод о необходимости ежедневных актов мастурбации. Но, снимая боль таким образом, он лишь усугубляет положение.

Это же и составляет главную заботу медицины – снять боль. Однако эта боль – закономерная расплата за сексуальные излишества, онанизм, и ее надо перетерпеть. При необходимости организм с помощью поллюций избавится от излишков секрета. Но человек желает поскорее избавиться от боли, продолжая заниматься сексом и онанизмом, что приводит к превращению заболевания из острого в хроническое с дальнейшей импотенцией, бесплодием и аденомой.

Простатит – чаще всего инфекционное заболевание. Как правило, инфекция проникает в простату через уретру во время полового акта, но может также попасть в нее с током крови из отдаленных воспалительных очагов, например, при гриппе, ангине, пневмонии.

Словосочетание «застойный простатит» лишено смысла для человека, не занимающегося онанизмом, так как при нормальной половой жизни в железах не может быть застоя – они вырабатывают ровно столько секрета и гормонов, сколько нужно организму. Если под словами «застойный простатит» подразумевается застой крови, то необходимость мастурбации – тоже обман, так как это означает, что в крови находится инфекция и ее необходимо лечить, а семя и секрет здесь ни при чем. Застоявшуюся кровь нужно разгонять физическими упражнениями, а отнюдь не мастурбацией.

Благодаря частым онанистическим актам у лиц, занимающихся онанизмом, происходит ослабление тонуса мышц простаты. Железа в этих случаях становится атоничной и дряблой, может образоваться в связи с этим и конгестивный простатит. Возникновение асептического, катарального или конгестивного простатита, а также поражение железистых протоков простаты в результате онанизма обусловлено частыми приливами крови и наличием постоянных застойных явлений. Кроме того, длительный и упорный онанизм способствует поражению спинномозговых центров эрекции и эякуляции.

При частой мастурбации предстательная железа постоянно находится в увеличенном состоянии, через нее проходит большое количество крови, таким образом она становится более открытой для инфекции. Во время воздержания же (при отсутствии возбуждений – *прим. А. М.*), после некоторого количества ночных поллюций простата уменьшается в размерах, так как нет необходимости вырабатывать большое количество секрета, и становится менее уязвимой для инфекции.

Таким образом, заядлый онанист с постоянно увеличенной предстательной железой может получить простатит вследствие обыкновенной простуды. Профилактикой простатита является не мастурбация, а – воздержание и физическая активность. Если же человек уже заболел простатитом, то это сигнал, что нужно пересматривать всю свою жизнь, образ жизни и мысли, а не стремиться снять поскорее боль и вернуться к своим вредным привычкам, сидячему образу жизни и онанизму.

**Другие органы половой системы.** Легкие формы *варикоцеле* могут быть вызваны особенностями венозной системы, по которой происходит отток крови от семенного канатика, и сосудисто-двигательные раздражения в периоде полового созревания. Но тяжелые формы

(третья-четвертая степень) возникают вследствие застоя крови в половых органах из-за длительного возбуждения, вызванного половыми излишествами или мастурбацией.

Обычно варикоцеле достигает второй степени и дальше не прогрессирует, поэтому при наличии варикоцеле первой-второй степени категорически противопоказана мастурбация, так как развитие дальнейших форм связано с длительным половым возбуждением и эрекцией.

Согласно данным А. И. Васильева, среди урологических больных в 15% случаев причиной *колликулита* (воспаления семенного бугорка) был онанизм. А. П. Коломийцев в процессе обследования обнаружил изменения заднего отдела уретры и семенного бугорка у 13% лиц, занимающихся онанизмом или пользовавшихся прерываемым половым сношением.

Вследствие онанизма может развиваться *парафимоз*, чаще всего при узком отверстии препуциального мешка – крайняя плоть, ущемившая головку члена, приводит к ее отеку и увеличению в объеме.

### 3. А. Попов. Есть ли вред от онанизма

*Альберт Попов – врач-уролог 8-й поликлиники города Минска, доктор медицинских наук. medvestnik.by (Медицинский вестник Беларуси), 2009 г.*

Онанизм – неестественное удовлетворение половых инстинктов. Занимающийся этим заверяет врача, будто получает тот же эффект, как при совокуплении (и в первом, и во втором случаях наивысшее напряжение влечет за собой семяизвержение). Однако онанизм отрицательно влияет на нервную систему, так как искусственно разжигает фантазию и воображение.

Мастурбация широко распространена среди подростков. Считается, что не менее 70% юношей и около 15–20% девушек после 14 лет регулярно занимаются онанизмом. Это обусловлено в основном биосоциальной дисгармонией – пробуждением влечения и половой активности в период, когда индивидуум еще не достиг социальной зрелости.

Чаще онанируют подростки, избалованные обильной пищей, употребляющие острые приправы, соленья, копчености, перепадающие и злоупотребляющие питьем на ночь. Если это совершается изредка, не превращается в систематическую потребность, то опасности для нормального нервно-психического развития нет.

Причиной онанизма может быть несоблюдение элементарных гигиенических правил. Скопление смегмы, остатков мочи и их разложение под крайней плотью полового члена вызывает зуд. Прикосновение к местам раздражения доставляет подростку удовольствие и провоцирует мастурбацию.

Ежедневная мастурбация вызывает застой венозной крови в органах таза, отчего развивается воспалительный процесс в предстательной железе и семенных пузырьках. Неумеренный онанизм быстро приводит к физическому и нервному истощению подростков.

Для профилактики подобных осложнений родители обязаны объяснить ребенку, уже «познакомившемуся» с мастурбацией, смысл и значение половой жизни. Наибольшее значение в профилактике имеет физическое воспитание: занятия физкультурой, физическим трудом, водными процедурами: прохладный душ утром и перед сном.

**Альберт Попов. Фрагменты из интервью корреспонденту Interfax.by.**

Граждан в возрасте от 25 до 50 лет часто тревожит вездливый простатит. В более позднем возрасте мужчины становятся жертвами аденомы предстательной железы.

Хроническое воспаление простаты не обязательно имеет инфекционный характер. Офисным работникам следует быть осторожными, так как неподвижная работа приводит к застою крови в органах малого таза и ухудшению кровоснабжения тканей. «Незаменимые» сотрудники начинают жаловаться на боль и ощущение холода внизу живота. Неприятным «бонусом» является учащенное мочеиспускание, при которой даже половая слабость отходит на второй план.

Гиподинамия провоцирует воспалительный процесс. Сосуды простаты начинают расширяться. *Стойкий простатит возникает и от возделывающего созерцания женских форм. Современные мужчины часто видят пышные груди, которые так и норовят выпрыгнуть из декольте. Могучие или стройные бедра едва не вырываются из трикотажных оков мини-юбок.*

У юнцов и солидных мужчин может не быть постоянных интимных подруг. Они напрасно возбуждаются, взирая на дамское великолепие. Длительное напряжение без разрядки в виде эякуляции нередко приводит к хроническому воспалению предстательной железы. Застойный простатит приближает также *частая мастурбация* и неправильная сексуальная жизнь. Регулярное рукоблудие истощает предстательную железу, которая зарастает соединительной тканью.

*Прерванный половой акт не должен становиться главным способом контрацепции. Принудительное завершение физической любви вызывает неполное сокращение мышц промежности. Часть секрета простаты задерживается в ацинусах – маленьких железках предстательной железы. Содержимое постепенно сгущается, происходит оседание солей кальция. В ацинусах образуются крошечные камешки, которые нарушают кровоток и вызывают болезненность при мочеиспускании.*

## 4. Д. Бешлиев. Простатит, которого могло и не быть

Журнал: «Качество жизни. Профилактика» 2000 г. (№5).

*Джамал Ахмедович Бешлиев – врач-уролог, кандидат медицинских наук, МОНИКИ им. М. Ф. Владимирского.*

Хронический простатит является самым распространенным заболеванием мужской половой системы и одним из самых частых заболеваний у мужчин вообще. По разным данным, до 50% мужчин болеют той или иной формой простатита, так что заболевание приобретает социальную значимость.

Предстательная железа – непарный железисто-мышечный орган, функционально зависимый от уровня мужских половых гормонов (андрогенов), массой около 25 г, размерами 3,0x4,0x2,5 см, конусообразной формы, расположенный между мочевым пузырем и мочеполовой диафрагмой таза.

Железа окончательно формируется в период полового созревания и регрессирует у мужчин пожилого возраста. При уменьшении уровня андрогенов в крови функциональная активность предстательной железы также снижается.

Секрет предстательной железы составляет до 35% содержимого спермы, увеличивая ее объем, участвует в ее разжижении, оказывает стабилизирующее и ферментативное воздействие на эякулят в целом и активизирует движение сперматозоидов. Так что нормальное функционирование здоровой предстательной железы – немаловажное условие полноценной половой жизни мужчины. Проблемы возникают тогда, когда дисфункция предстательной железы наступает задолго до наступления срока, назначенного природой. Особенно часто эти проблемы связаны с возникновением простатита.

Простатит – это инфекционно-воспалительное заболевание предстательной железы, нередко проявляющееся слабо выраженными симптомами и поэтому трудно поддающееся диагностике, что, в свою очередь, может явиться причиной позднего обращения больного к врачу.

Различают острый и хронический простатиты, последний может возникать как результат острого простатита или развиваться самостоятельно.

В последнее время наблюдается рост заболеваемости простатитом. В местностях с низкими сезонными температурами, со значительными ее перепадами и высокой влажностью он особенно велик и достигает 70%. Поражая мужчин сравнительно молодого возраста (20-50 лет), простатит может приводить к функциональным нарушениям полового акта (преждевременное семяизвержение, ослабление адекватных эрекций, стертость оргазма и т. д.), а нередко является и причиной мужского бесплодия.

*Острый* простатит протекает со следующими симптомами: боли в промежности, над лоном, у корня полового члена, в крестце и в мочеиспускательном канале, высокая температура, нарушения акта мочеиспускания и так далее. Клинические проявления *хронического* простатита варьируют от незначительных, на которые больные не обращают внимания, до резко выраженных проявлений, изнуряющих своим постоянством.

Причиной инфекционных простатитов могут быть различные бактерии, вирусы, хламидии, уреаплазмы, микоплазмы, грибы и другие микроорганизмы. Основными источниками инфицирования простаты являются: бактериальный вагиноз у женщин и другие очаги инфекции в организме (тонзиллиты, гаймориты, фронтиты, перидонтиты, пневмонии, холециститы, проктиты, гнойные заболевания кожи и др.).

Многие врачи считают, что простатиты тесно связаны с застойными явлениями в предстательной железе, приводящими в итоге к переполнению простаты кровью и ее отеку. Они даже выделяют самостоятельную форму простатита, связанного с застоем в простате, называ-

емую конгестивным (застойным) простатитом, когда при всех клинических симптомах этого заболевания отсутствуют воспалительные изменения и инфекция в секрете простаты.

Лежащие в основе неинфекционных простатитов застойные явления в малом тазу и в самой предстательной железе являются хорошим фоном для присоединения той или иной инфекции. При этом предрасполагающими факторами для присоединения инфекции являются холодовой фактор, сосудистые, трофические и морфофункциональные изменения в тазовых органах, иммунодефицитные состояния.

Венозному застою в малом тазу способствуют особенности строения его венозных сплетений и самого окологростатического пространства. К застою в малом тазу могут приводить заболевания прямой кишки и окружающей ее клетчатки (парапроктит), геморрой, трещина заднего прохода, а также употребление алкоголя, прием острой пищи и другое.

Следует отметить неблагоприятное влияние на функциональное состояние предстательной железы малоподвижного образа жизни и профессий, связанных с воздействием вибрации на организм (водители транспортных средств и т. д.). Существует также целый ряд привычек, которые повышают вероятность попадания мужчин в группу риска заболевания простатитом: оральные-генитальные или анальные половые сношения, половые извращения и излишества, нереализованные половые возбуждения, прерванные и преднамеренно затягиваемые половые акты, сексуальная фрустрация. *Следует указать и на вред чрезмерных занятий онанизмом.*

В последнее время, с учетом коммерциализации медицины, успешность лечения от простатита зависит и от финансовых возможностей пациента, так как стоимость лечения высокоэффективными препаратами и методиками существенно превышает среднемесячный уровень заработной платы в стране.

*Профилактику простатита* можно разделить на первичную и вторичную. Под первичной профилактикой подразумеваются мероприятия, направленные на недопустимость возникновения данного заболевания, а под вторичной – профилактика рецидивов заболевания после успешно проведенного курса лечения.

Первичная профилактика хронического простатита заключается в ведении здорового, активного образа жизни; полноценном и разнообразном питании, без избытка острой, раздражающей пищи; ограничении употребления алкоголя; занятии общеукрепляющей гимнастикой или при необходимости (при сидячей работе, например) специальной лечебной физкультурой, направленной на улучшение кровообращения в органах малого таза и укрепление его мышц (приседания, махи и велосипедные движения ногами; напряжение мышц промежности с втягиванием заднего прохода и др.); профилактике и лечении инфекционных (гнойных) заболеваний других органов; ликвидации запоров и заболеваний прямой кишки.

Юношам полезно заниматься такими видами спорта, как легкая атлетика, плавание, лыжи, коньки, бадминтон. Для мужчин необходимо упорядочение половых отношений, исключение случайных половых связей, которые могут быть чреватые многочисленными инфекциями, передаваемыми половым путем и лежащими в основе большинства простатитов.

Вторичная профилактика простатитов направлена на предотвращение рецидивов заболевания; своевременную их диагностику и лечение, особенно клинически не проявляющихся форм болезни. С этой целью показано наблюдение пациента у врача-уролога на фоне проведения мероприятий по первичной профилактике.

В заключение можно подытожить, что сегодня все большую актуальность приобретает профилактика простатита, так как предупредить его легче и дешевле, чем затем годами заниматься лечением без гарантированного результата. Иными словами, понятие здоровья приобретает материальную значимость, позволяя гражданам экономить средства, потраченные на лечение заболеваний, которых могло и не быть.

## 5. Е. Руденок. Консультации

*На вопросы отвечает Евгений Иванович Руденок – врач-уролог.*

*1. Спрашивает: Dmitrij, 08.11.2009, 17:49:35.*

Здравствуйте! Мне 21 год. У меня, когда дело доходит до секса с девушкой, эрекция пропадает через несколько минут. Когда мастурбирую, эрекция нормальная. С чем бы это могло быть связано?

*Ответ.*

Бросайте мастурбировать. Хотя на время обеспечьте половой покой. Затем, попробуйте в интимной обстановке заняться сексом. Если не получится, обращайтесь к сексопатологу.

*2. Спрашивает: Вова, 27.11.2009, 20:22:24.*

Во время предварительных ласк, поцелуев и прочего у меня вялая эрекция. Часто занимался онанизмом, бывало по 2-3 раз в день. Может, дело в частом онанизме? Когда я вижу красивую девушку, у меня даже нет никакой реакции.

*Ответ.*

Да, Вова! Вы, скорее всего, правы – причина в частом онанизме. Попробуйте половой покой на какое-то время, откажитесь от онанизма, заведите постоянную девушку. Со временем попробуйте снова секс.

*3. Спрашивает: Messer666, 27.12.2009, 19:45:22.*

Здравствуйте! Вопрос к урологу. У меня был неудачный опыт секса, не встал пенис. Мне 20 лет, я – девственник. Занимаюсь мастурбацией с раннего детства. Часто делал это с невозбужденным членом. Может ли это повлиять на ухудшение эрекции?

*Ответ.*

Вы правы, заниматься мастурбацией регулярно – вредно. Это ведет к нарушениям в сексуальной сфере. Рекомендую половой покой на максимально больший срок, затем романтический вечер с девушкой.

*4. Спрашивает: Даниил, 20.12.2009, 15:05:50.*

Здравствуйте! Хотел вас спросить: если не мастурбировать, будет ли от этого какой-нибудь вред здоровью? Мне недавно исполнилось 17 лет. Спасибо!

*Ответ.*

Это риторический вопрос. Мастурбировать – это не есть хорошо, часто возникает привычный онанизм, проблемы с сексуальным здоровьем. При частых возбуждениях возникает застой в простате, яичках, что вредно для здоровья. Поэтому вывод такой: пока не подрастешь, не найдешь постоянную девушку, старайся думать и жить не возбуждаясь, что при нашей жизни, конечно, сделать тяжело.

*5. Спрашивает: Константин, 15.04.2010, 18:12:34.*

А разве мастурбация не аналог сексу, не в плане ощущений, а в плане физиологии? Семя и там, и там выбрасывается.

*Ответ.*

Мастурбация не является полноценным аналогом секса ни в плане физиологии, ни в плане ощущений. Семязвержение и мастурбация – это еще не половой акт.

*6. Спрашивает: Дмитрий, 11.03.2010, 16:10:45.*

Мастурбация была у меня частая, и как быть в данной ситуации, если она стала причиной появления болей в яичках? Скажите, сколько раз в неделю можно мастурбировать?

*Ответ.*

Дмитрий, смотрите канал Дискавери и тому подобные, а не порноканалы. Займите себя чем-нибудь: спортом, рыбалкой и т. д. Познакомьтесь с одной, постоянной девушкой.

*7. Спрашивает: Александр, 24.03.2010, 17:06:14.*

Здравствуйте! Подскажите, если заниматься регулярной мастурбацией вместо регулярного секса с девушкой, влияет ли это негативно на предстательную железу или эрекцию?

*Ответ.*

Да, влияет. Займите себя чем-нибудь (спорт, туризм, хобби и т. д.), пока не познакомитесь с постоянной девушкой.

*8. Спрашивает: Макс, 15.04.2010, 15:44:04.*

Здравствуйте! С недавнего времени стали беспокоить неприятные ощущения где-то в промежности, обычно проявляются через 20 минут после мочеиспускания, особенно утреннего, и проходит при наполнении мочевого пузыря. Все анализы в норме: мазки ПЦР, УЗИ простаты, пальпация, анализ мочи. Беспокоит гипервозбудимость, постоянного партнера нет, но в день я могу мастурбировать раз пять. Такое подозрение, что простатит какой-то. Что посоветуете в моей ситуации, может быть, какие-нибудь лекарства попить, физические упражнения?

*Ответ.*

Макс, у вас как минимум абактериальный простатит на почве злоупотребления мастурбацией. Покуда у вас нет девушки, займите себя чем-нибудь (спорт, туризм и т. д.), не смотрите видео и фото эротического характера. Меньше сидите за компьютером, телевизором, ведите активный образ жизни. Ну и старайтесь познакомиться с девушкой для регулярного секса.

## 6. Г. Кочарян. Патогенные влияния мастурбации и их последствия как проблема клинической сексологии

Журнал: «Здоровье мужчины», 2006 г.

*Гарник Суренович Кочарян – доктор медицинских наук, профессор, академик Российской Академии Естествознания (РАЕ), заслуженный деятель науки и образования (РАЕ).*

Ввиду огромного объема статьи (она больше всех предыдущих вместе взятых) и невозможности выложить ее даже частично проведем краткий анализ содержащейся в ней информации. Данная статья является последней в этой главе неслучайно. Учитывая тот факт, что ее название подразумевает разбор отрицательного воздействия мастурбации, в действительности же материал оказался противоречивым, так как первая половина статьи больше похожа на она-нистическую пропаганду, а первые конкретные упоминания о вреде онанизма представлены лишь в конце. Автор вначале больше концентрировался на технике рукоблудия, фантазиях онанистов, попытках оправдать онанизм и выдавал читателю вот это.

«В литературе для обозначения боязни последствий онанизма используется термин «она-нофобия». Это своего рода укоренившийся штамп, объединяющий совокупность представлений людей о возможном вреде мастурбации... Чувство вины, связанное с мастурбацией, может приводить к возникновению тревоги, депрессии, фобии».

«Отмечает, что первое время при мастурбации вызывал в воображении женский образ, затем же в течение 20 лет онанировал механически, без участия фантазии. Онанировать приходилось чаще всего в уборных. Отмечает, что до последнего времени специфический запах уборной, звук льющейся воды, блестящие унитазы, вид кафельных полов, а также вид обнаженной от крайней плоти головки члена вызывают сильное желание мастурбировать, сопровождающееся выраженными эрекциями».

Что же касается *вреда*, описанного автором, то можно выделить следующие:

1. Из-за фантазий, стимуляции эротикой и механических особенностей акта мастурбации перестает возбуждать жена (половой партнер), или эрекция ухудшается сразу после введения члена во влагалище.

2. Развиваются нарушения сексуального поведения, включая педофилию и гомосексуализм.

3. При намеренной мастурбации без эякуляции возникают застойные явления в простате.

4. Частый и навязчивый онанизм характерен для людей с нарушением психики.

«Данный тип мастурбации сам по себе является следствием психической патологии (шизофрении, ананкастного расстройства личности). Например, описан больной шизофренией, который «должен был» совершать 11 онанистических актов в день, что фиксировал в специально заведенном дневнике.

Г. А. Султанов обследовал 150 больных с диагнозом «шизофрения, простая форма», в анамнезе которых имел место длительный онанизм. Последний отличался «большой частотой, упорным характером, напоминающим навязчивость, кататоническую стереотипию».

5. Извращается разум, что заставляет использовать различные предметы для достижения оргазма с риском для здоровья.

«Врачи наблюдали 48 пациентов с колоректальными инородными телами. В 77% наблюдений данные предметы были введены в прямую кишку для сексуальной стимуляции. Среди них металлическая отвертка, водяной термометр, деревянные и пластмассовые стержни, плоды овощей и фруктов и другие предметы».

«М. И. Давидов наблюдал 15 мужчин в возрасте 22-71 года с инородными телами, оказавшимися в прямой или толстой кишке в результате анальной мастурбации. Это были огурцы,

резиновый фаллоимитатор, баллон с дезодорантом, деревянные, пластмассовые и металлические стержни, ручка от молотка, морковь, еловая шишка и другие предметы».

«У трех женщин инородные предметы были введены во влагалище. Во всех случаях потребовалась медицинская помощь, чтобы удалить эти предметы. Две женщины признались, что предмет был введен для сексуального возбуждения».

## **Последствия онанизма. Редкие сведения**

Сокращения, которые, начиная с этой главы, будут встречаться в скобках по ходу чтения: А – анонимный автор брошюры «Онания», Г – Герман Роледер, К – Борис Камов, Т – Самюэль Тиссо, Ф – Лев Файнгольд, Я – Людвиг Якобзон.

## 1. Нервная система

Почти все исследователи сходятся в одном, что злоупотребление онанизмом ослабляет всю нервную систему. *Нервная система вообще обладает свойством повышать и понижать память, в зависимости от умственного труда, умножать и ослаблять энергию, повышать и понижать состояние духа (настроение).* Эти явления, конечно, могут быть вызваны онанизмом.

Наукой уже доказано, что *нервные субъекты страдают повышенным половым влечением.* При нарушении работы нервных проводящих путей, вследствие ночных кошмаров или иных страданий, больной вначале не замечает своих эрекции и прибегает к мастурбации бессознательно, что и приводит его к длительному хроническому онанизму.

Онанизм вызывает расстройство центральной нервной системы и *половую неврастению*, поэтому онанист нервен, жалуется на лень, неспособность к серьезной умственной работе. К этому состоянию у пациента прибавляются еще меланхолические настроения, апатия, вялость, и по одному взгляду нетрудно определить, что это – жертва ужасного порока.

Чувствительные органы представлены в следующем виде: зрачок расширен, появляются судороги век, обостренность слуха, головные боли, умственная тупость, наконец, повышенная нервная возбудимость. И вслед за этим у больного возникает беспокойство перед угрожающим несчастьем; усиливается сердцебиение при малейшем возбуждении. Есть еще и другие симптомы, характеризующие эту болезнь: неуверенная, шаткая походка, быстрая утомляемость, боли в конечностях, повышенный рефлекс в колене. Онанизм в исключительных случаях может пройти бесследно, но, как общее явление, он дает последствия тяжелого свойства (Р).

**Общая и половая неврастения.** Онанизм является одной из частых причин неврастении.

**1. Немного статистики.** Ж. Маркус опрашивал всех больных, обратившихся к нему с *неврастенией* или половыми болезнями, насчет того, предавались ли они в молодые годы онанизму, и из 210 случаев 196 раз (93%) получил утвердительный ответ.

Крафт-Эбинг выбрал из многих тысяч своих пациентов, больных неврастенией, 250 мужчин и 250 женщин, причины которой были ясно установлены. Оказалось, что онанизм был выявлен у 87 мужчин и 16 женщин.

Еще чаще онанизм бывает причиной *половой неврастении*. Так, у Крафт-Эбинга среди 114 случаев половой неврастении у мужчин было 88 случаев злоупотребления онанизмом, 13 – продолжительного полового возбуждения без последующего удовлетворения, 8 – заднего уретрита, 4 – излишеств в сексе, 1 – прерванного совокупления.

**2. Признаки.** *Половая неврастения* представляет собой неврастению с выраженными расстройствами в половой сфере, прежде всего – с частыми и спонтанными возбуждениями. Отметим главные признаки общей неврастении, характерные и для половой неврастении:

1. Навязчивые мысли (обсессии), в том числе сексуального характера (бесплодное мудрствование, разбор слов по слогам, навязчивый подсчет, мысли и воспоминания, заикленность на половом вопросе).

2. Нервно-мышечная слабость, утомляемость.

3. Повышенная чувствительность к раздражителям (свет, звук, жар, холод, вкус пищи).

4. Агрессивность из-за болезненной раздражительности.

5. Топалгии – беспричинные боли, не вызванные физическим поражением тканей.

6. Тяжесть в голове и конечностях.

7. Бессонница.

**3. Низкий болевой порог.** У неврастеника наблюдается повышенная чувствительность к внешним и внутренним раздражителям (низкий болевой порог), проявляющаяся в постоянном *чувстве неудовольствия*. Раздражения, происходящие от ощущений в собственном теле, в органах, проникают у неврастеника в сознание в виде усиленного чувства неудовольствия, порождая страх и навязчивые мысли.

Иллюстрацией только что сказанному может служить так называемая *однодневная неврастения*. Под этим названием *Ференци* описал расстройство психического и соматического состояния, которое он иногда наблюдал у пациентов на следующий день после онанистического акта. Главные жалобы были таковы: утомляемость и тяжесть в ногах, которая обнаруживается особенно утром; бессонница и расстройство сна; чрезмерная чувствительность к свету и звуку; расстройство желудка. Со стороны психики наблюдается большая раздражительность, плохое настроение, ворчливость, неспособность сосредоточиться. Эти проявления неврастении держатся до полудня и затем понемногу уменьшаются; лишь к вечеру восстанавливается физическое самочувствие, душевный покой и умственная работоспособность.

**4. Взаимосвязь неврастении и психики.** У заядлых онанистов имеется, по *Вентури*, задержка или упадок психики и социального чувства. Многих субъектов наталкивают на постоянный онанизм условия среды или воспитания. Люди, которые делают онанистами в силу патологической причины, с сексуальной точки зрения остановились на том периоде юности, когда любовь бывает фантастической и воображаемой; в отношении нервной системы и интеллекта у них наблюдается остановка развития на юношеском периоде, когда преобладает эмотивность, сосудодвигательные явления (расширение или сужение), живые рефлексy, незрелость воли, не сформировавшийся и потому переменчивый характер, частые страхи, исключительная субъективность, эгоизм, легковёрность, утомляемость мысли и нервной энергии. К возрасту наибольшей энергии (30 лет) такие онанисты подходят сформировавшимися неврастениками.

На основе неврастении укореняются различные проявления слабости, нарушение интеллекта и психические явления, такие как боязливость, застенчивость, неловкость движений в присутствии других людей, которая может доходить до дрожи и расстройства координации. Мышечный тонус у неврастеников уменьшен, отчасти вследствие этого понижено чувство собственного достоинства (Я).

## 2. Психика и интеллект

Эллингер, Гагенбах, Флеминг, Фредрих, Морель и другие считают онанизм непосредственной причиной душевного заболевания. *Эллингер*, например, утверждает, что онанизм в 63 случаях дал симптомы душевных нарушений. Профессор *Эскироль* предполагает, что большинство психических заболеваний, наблюдающихся в аристократических слоях общества, является результатом онанизма. Он пишет следующее: «Онанизм, это убийственное зло людей, является причиной безумия, особенно среди имущего класса». Однако он также добавлял, что онанизм может быть как последствием, так и предвестником душевных болезней. *Гагенбах* установил 69 случаев безумия из 800, где причиной могла быть мастурбация.

На самом деле часто ошибаются те, кто усматривает в мастурбации единственную причину того или иного психического заболевания. Онанизм является скорее симптомом обнаруженного психоза и побудителем ускорения хода заболевания, предрасположенность которого обуславливается наследственностью, невропатической конституцией, нервными заболеваниями и подобными явлениями. Там, где онанизм является будто бы возбудителем психических аномалий, в действительности он только содействует появлению психического заболевания, возбуждая и ослабляя центральную нервную систему.

Почва, благоприятствующая душевным расстройством, создается также мастурбацией и выражается в спинномозговом и половом неврозе, в расслабленности, раздражении спинного мозга, припадках невралгии, а также в легких нарушениях организма, таких как ипохондрия, чрезмерная возбудимость, угнетенность, неверие в себя и т. д. Особенно тяжки общая подавленность, пониженный тонус, терзания совести, оказывающие губительное действие на центральную нервную систему и на всю душу человека.

Такие явления как слуховые галлюцинации, непрерывный обман внешних чувств, слабость воли, безнадежность, не являются характерными симптомами онанизма; все эти признаки наблюдаются и при других видах душевных заболеваний.

Психиатр *Дэвид Скае* говорил о том, что есть особый вид «онанистического безумия», сопровождающийся блуждающим взглядом, общей немощностью, угнетенностью, неловкостью, склонностью к самоубийству и т. д.

Выдающийся психиатр *Чарльз Эдвард Шницка* утверждает, что у онанистов появляется общая сонливость, мрачность мыслей неожиданно сменяется приподнятостью, общей просветленностью; упадок духа находится в прямой зависимости от частоты мастурбации. Болезнь проявляется в возрасте от 13 до 20 лет; раньше 13 лет умственное заболевание встречается крайне редко, и в этом случае мы имеем дело с обыкновенным тупоумием.

*Крафт-Эбинг* придерживается мнения, что онанистического психоза не существует, но он утверждает, что онанизм может способствовать проявлению ипохондрии, меланхолии, истерии и эпилепсии, иными словами, онанизм может вызвать те скрытые недуги, которые уже заложены в душевном организме каждого человека.

Есть мнение, что онанизм влечет за собою идиотизм, но это не так. Не было случая, когда онанизм являлся бы единственной причиной идиотизма; психиатрическая же наука устанавливает обратное явление, что идиотизм вызывает склонность к онанизму. Онанистические возбуждения представляют собою сильные психические и физические раздражения, которые способны вывести нервную систему из ее нормального состояния. Это, конечно, усугубляется, если у субъекта есть предрасположение к заболеванию. Извращенное воспитание, которое влечет за собой чрезмерное умственное напряжение, безусловно, подготавливает почву для истерии.

Половые излишества вообще тесно связаны с душевным миром человека, и если эти излишества не вызывают моментальных мозговых заболеваний, то со временем последствия

все же появятся. На это обратил внимание *Гойслен*, который доказывает, что онанизм и душевные болезни тесно переплетены, и что большинство душевнобольных становится онанистами. По его статистике, дело доходило до того, что пациенты, продолжая мастурбировать, не осознавали даже, что занимаются онанизмом. Таким образом, мы устанавливаем, что душевнобольные проделывают этот акт чисто машинально, автоматически.

Как известно, душевные заболевания наступают не сразу; мужчины, подвергнутые этим заболеваниям, начинают проявлять склонность к сексуальным извращениям, вовлекая своих жен в процесс взаимной ненормальной связи.

Половые процессы для развития истерии также не проходят бесследно. У женщин, например, истерия тесно связана с половыми аффектами, которые наступают из-за нимфомании и других половых излишеств, а после онанизма возможны истерические припадки.

Онанизм наносит вред умственным способностям, разуму, ослабляя память и затрудняя развитие мышления. Онанизм может вызвать также легкие психозы (меланхолию, истерию, расположение к мистицизму), но обязательно при наличии наследственности. К тяжелым психозам онанизм никогда не ведет и не может вызвать ни умопомешательства, ни самоубийства, ни прогрессивного паралича (Р).

Ум ослабевает, память теряется, мысли спутываются, иногда больные впадают в некоторое безумие, они внутренне всегда не спокойны и мучимы угрызениями совести. Сон их тревожный и часто прерывается кошмарами. *Фридрих Гофман* заметил, что молодые люди, предававшиеся постыдному рукоблудию, потеряли все свои душевные способности, а особенно – память, сделавшись совершенно неспособными к учению. Следствием малакии может быть ипохондрия, при которой больной подозревает в себе наличие болезней, которыми он на самом деле не страдает. Такие онанисты теряют все свои умственные способности и делаются безумными (Т).

В прежние времена принято было считать онанизм причиной всех душевных болезней. Так, *В. Эллис* (1838) приписывал онанизму болезнь большей части умалишенных, находившихся в заведениях для душевнобольных. Напротив, другие авторы, как *Гислайн*, приводили для онанизма в своих этиологических таблицах ничтожные цифры. *Эллингер* (1845) на основании тщательных наблюдений принимал онанизм как содействующее обстоятельство у 1/5 больных.

*Гризингер* (1867) признает, что онанизм может быть как причиной, так и следствием возникшего сумасшествия, при котором больные проявляют повышенное половое стремление, выражаемое в постоянном онанизме и посещении публичных домов. На развитие душевных болезней сказывается частая потеря семени и воздействие раздражения половых органов на головной и спинной мозг.

Борьба против стремления, уже слишком усилившегося, и постоянная уступка ему, скрытый антагонизм между раскаянием, стыдом, хорошими намерениями и потребностью раздражения является, на мой взгляд, вторым фактором, влияющим на развитие сумасшествия.

Какое участие принимают оба эти влияния в каждом отдельном случае – решить нельзя, но действие онанизма, по-видимому, тем сильнее, чем в более раннем возрасте оно расстроило организм и произвело анемию, чем тяжелее сопровождающие его душевные движения и чем сильнее происходящие отсюда местные болезни половых органов (Я).

### **Исследования о корреляции мастурбации и психических проблем**

1. Интроверсия и депрессия демонстрируют значимую корреляцию с онанизмом у мужчин, но не с гетеросексуальной активностью [PI: PSY, 20, США, 1974], <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/1275690/>

2. Мастурбация положительно коррелирует с продолжительной рецидивирующей депрессией у женщин [PI: PSY, 914, США, 2003], <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/15483368/>

3. Мастурбация положительно коррелирует с депрессией у женщин [PI: PSY, 47, США, 2010], <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/12545415/>

### 3. Душевнобольные и онанизм

**Частота актов.** Онанизм особенно распространен среди психических больных, истеричных, неврастеников, а также среди проституток (Ф).

Среди 180 обитательниц публичных домов в Генуе, Турине, Венеции, Акви, Анконе и 23 итальянских содержанок не нашлось ни одной, которая могла бы сказать, что она свободна от онанизма. Из них 113 уверяли, что они ничего иного и не желали и предпочитают онанизм обычному сексу. Очень распространен среди них взаимный онанизм: по *Моллю*, взаимно онанируют 25% всех проституток; по *Таксиллю*, среди парижских проституток эта цифра поднимается до 50%.

По *Робинзону*, частота онанизма у женщин бывает иногда совершенно невероятна, но при исследовании все такие женщины оказываются нимфоманками. К нему на прием однажды пришла «нормальная» женщина в состоянии сильного невроза, которая могла мастурбировать до 10 раз в день.

По *Мораглия*, продолжаясь недолго у нормальных субъектов, онанизм почти всегда длится в течение всей жизни у лиц безнравственных и проституток.

*Тауск* считает, что онанизм включает в себе три разрушительных фактора для человеческого общества:

1. вследствие фиксирования аутоэротизма и ослабления уважения к себе он уменьшает энергию мужчины в жизненной борьбе;
2. вследствие удержания навсегда психического инфантилизма он принижает высокое положение мужчины в общественной жизни и в семье;
3. понижая половую силу, что вызывается слишком ранним и слишком частым онанизмом, последний вызывает обеднение любовной жизни и доставляет женщинам разочарования.

По *Тарновскому*, онанизм редко делается привычным у здоровых от рождения и правильно развивающихся юношей. У них мастурбация обычно длится недолго, совершается без определенных интервалов и при первой возможности заменяется совокуплением с женщиной. Нужно влияние неблагоприятных условий для того, чтобы из подобного юноши вырос привычный онанист.

*Бинзвангер* считает, что часто чрезмерный онанизм является лишь следствием нервных расстройств. Преждевременное половое развитие и чрезмерное возбуждение – лишь начало невропатических и психопатических состояний. Однако онанистические эксцессы встречаются иногда и у первоначально здоровых молодых людей, происходящих от здоровых родителей (Я).

Пациенты, страдающие шизофренией, мастурбируют чаще, чем здоровые люди из контрольной группы [PI: BIO + PSY, N/A, США, 2009], <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19453927/>

**Скрытый онанизм.** Встречаются люди, чаще всего неврастеники, которые, если можно так выразиться, почти всю жизнь непрерывно, хотя и бессознательно, онанируют. Если это мужчины, то они постоянно держат руки в карманах брюк, и можно заметить по движениям их рук и пальцев, что они при этом теребят, жмут или трут свой член. Они при этом не думают «ни о чем дурном»; напротив, они могут быть глубоко погружены в какие-либо мысли. Однако *Ференци* считает, что эта умственная работа не приковывает целиком их внимания, и что в бессознательной глубине души они заняты *эротической фантазией и доставляют себе коротким, почти сомнамбулическим путем, желательное удовлетворение.*

И даже *Фрейд* говорил, что многие истерические припадки воспроизводят онанистический акт в скрытом виде, после того как индивидуум отказался от этого способа самоудовлетворения; многие симптомы навязчивого невроза стремятся, по Фрейду, заменить и повторить этот когда-то запрещенный вид самоудовлетворения (Я).

**Когда онанизм не причина, а следствие и усилитель природных душевных недугов.** Психиатр *Эмиль Крепелин* подчеркивает, что чрезмерный онанизм особенно часто встречается у лиц нервных и психически неуравновешенных, страдающих ранним слабоумием. Однако он склонен видеть в онанизме скорее признак болезни, чем причину ее.

Онанизм чаще причиняет вред болезненной от рождения нервной системе. В большинстве случаев психозов детского возраста имеется шизофрения или истерия, при которых надо смотреть на онанизм как на следствие, а не как на причину.

В одном из сборных руководств по детским болезням (1912) *Эмиль Феер* указывает, что онанизм в чрезмерной степени наблюдается у большинства слабоумных и невропатических детей, но не является причиной этих болезней, а следствием их, потому, быть может, слабость воли и преждевременная раздражительность половой сферы ведут к чрезмерному развитию онанизма.

*Циммерман* знал одного молодого человека, у которого происходил эпилептический припадок после каждого онанистического акта. *Крафт-Эбинг* упоминает о фетишисте, у которого бывали эпилептические припадки после онанистических актов и после прикосновения к ботинкам, принадлежавшим женщинам, которым он служивал. Однако современная медицина считает, что при эпилепсии усиленный онанизм бывает лишь следствием болезни, а не причиной ее (Я).

## 4. Половая система

### 1. Простатит

Застойный простатит возникает, главным образом, из-за частых возбуждений, фантазирования без последующей эякуляции, а также вследствие частого и длительного онанизма. Первые признаки атонии (ослабления мышц) предстательной железы: вытекание секрета из мочеиспускательного канала, частые поллюции, недержание мочи и частые позывы к мочеиспусканию, в дальнейшем – ослабление эрекции и преждевременное семяизвержение. Частые позывы к мочеиспусканию вызваны тем, что простата участвует в замыкании мышц мочевого пузыря, и если она атонична, то не может препятствовать вытеканию мочи (Я).

### 2. Импотенция

Онанизм ослабляет потенцию, и многие молодые джентльмены были морально опустошены этим фактом, если занимались им с малых лет, став впоследствии импотентами (А).

Мысль о будущем вожделии влечет такое повышение половой возбудимости, что нормальное течение рефлексорного процесса изменяется, а перед самым актом совокупления половая напряженность падает. Большинство лиц, впервые совокупляющиеся, если они до этого занимались онанизмом, отправляются на брачное ложе с чувством ужаса и неуверенности в положительности акта. Здесь мы наблюдаем все симптомы психической импотенции.

Если психическая импотенция развивается после вступления в брак, то здесь налицо признаки предшествовавшего онанизма и прерванного совокупления, практикующегося годами. Еще с древних времен болезни половой области у мужчин, в частности импотенция, объясняются как последствия мастурбации. По наблюдениям *Фюрбрингера*, около 30% страдающих нервной импотенцией, обязаны своей болезнью исключительно онанизму (Р).

Многие авторы (Куршман, Пейер, Фюрбрингер, Гурковехки, Робинзон и др.) приписывают онанизму главную роль в этиологии полового бессилия. Я на основании моих многочисленных наблюдений подтверждаю этот факт. Онанизм также может ослаблять потенцию через посредство вызываемой им половой неврастения и благодаря вызываемому им иногда простатиту и колликулиту. Отсюда неудивительно, что женщины обращаются к врачу по поводу последствий мастурбации реже, чем мужчины, так как у них отсутствует главный повод, заставляющий мужчин обращаться к врачу, а именно вызванное онанизмом половое бессилие. Однако у них некоторые авторы отмечают недоразвитие внутренних половых органов вследствие онанизма (Я).

### 3. Учащенное мочеиспускание

1) Частые позывы к мочеиспусканию вызваны тем, что простата участвует в замыкании мышц мочевого пузыря, и если она ослаблена частыми возбуждениями, то не может препятствовать вытеканию мочи. Сам процесс этот также изменяется – вместо энергичного выделения последней порции мочи сильной струей она медленно выделяется по каплям (Я).

2) Но не только состояние простаты влияет на возникновение этой проблемы.

Явление состоит в страданиях, которые появляются в области лобковой кости, возникающие при мочеиспускании или после него. Кроме того, невроз влечет за собою учащенный позыв к мочеиспусканию, и при этом моча исходит каплями, а по цвету и составу она совершенно нормальна. Это можно объяснить ненормальной иннервацией мышц, которые запирают мочевой пузырь (Р).

Слова Роледера о неврозе и иннервации мышц мочевого пузыря современная медицина трактует так: учащенное мочеиспускание может быть вызвано проблемами с нервной системой, в частности неврастением и стрессами. При неврастении возможны частые позывы к мочеиспусканию, которые появляются при волнении и проходят в состоянии покоя.

3) Также учащенное мочеиспускание может быть симптомом невроза мочевого пузыря, который возникает из-за дисфункции вегетативной регуляции мочевого пузыря после стресса, на фоне невротических расстройств, эмоционального или физического возбуждения, *в том числе после мастурбации.*

Иными словами, частые позывы к мочеиспусканию обусловлены тремя причинами:

– ослабленной простатой;

– неврастенией и стрессами;

– неспособностью мышц мочевого пузыря нормально смыкаться на фоне нервных расстройств и онанизма.

#### **4. Качество спермы**

Онанизм, выполняемый в любой момент и извлекающий семя в неограниченном количестве, постепенно уменьшает количество живчиков (сперматозоидов), наступает постепенное истощение самих зародышевых клеток, то есть не только количественно, но и качественно они меняются. Сама сперма становится водянистее, прозрачнее, жиже (Р).

В результате частого онанизма семя не свертывается более; оно делается жиже, однороднее, характерный запах его слабеет; сперматозоиды уменьшаются в числе, становятся менее развитыми, движение их совершается медленнее и скорее прекращается. *Чем чаще повторяется мастурбация, тем хуже качество семени (Я).*

Повреждение детородной жидкости делает почти всех онанистов бесплодными (Т).

Онанисты, даже если и вступают в брак, остаются слабыми духом, а семя их – бесплодным, что делает их непригодными для продолжения рода. Как земля делается бедной из-за частого сбора урожая, так и семя от частого расходования становится обедненным. Если с величайшей помощью природы у онанистов рождаются дети, то это слабые и болезненные малыши. (А – стоит отдать должное анонимному автору, который пришел к этому выводу при низком уровне медицины 18 века, то есть за два века до Роледера и Якобсона).

#### **5. Прочие недуги**

Из-за многолетнего чрезмерного раздражения половых органов онанизмом или прерываемым совокуплением предстательная часть уретры и обслуживающие ее нервы, вся слизистая оболочка мочеиспускательного канала и железы Купера и Литтре могут прийти в хронически воспалительное состояние. По *Тарновскому*, онанизм провоцирует возникновение парафимоза, баланопостита, колликулита и уретрита.

*Колликулит* выражается в покраснении и увеличении семенного бугорка. По данным *Александра Васильева* и *Людвига Якобсона*, 15% случаев возникновения недуга непосредственно связано с онанизмом. Он развивается под влиянием онанизма очень медленно. Раздражение спинномозговых центров усиливается постепенно, течение процесса затягивается на многие годы.

Почему онанизм в одних случаях вызывает колликулит, в других нет? *Орловский* придает здесь главное значение раннему началу рукоблудия и его частоты. Таковы случаи, где онанизм был начат на 8-10-м году и производился ежедневно или через день в течение ряда лет. Им можно противопоставить те случаи, где онанизм был начат на 14-16-м году и производился по одному разу в неделю. В первой группе случаев, при частых актах, продолжительность которых притом все увеличивается, последствием их может быть уменьшение тонуса и расширение сосудов семенного бугорка.

Отодвигание крайней плоти назад за головку во время онанистического акта может при узком препуциальном отверстии обуславливать ущемление головки. Появляется так называемая удавка – *парафимоз*. По *Тарновскому*, парафимоз есть одно из наиболее частых явлений, наблюдаемых у онанистов, особенно молодых, не достигших половой зрелости и недавно занимающихся мастурбацией.

Раздражение трением нежного покрова головки и внутреннего листка крайней плоти может в некоторых случаях обусловить воспаление вышеупомянутых частей и развитие *катарального баланопостита*.

Онанизм иногда может привести к воспалению мочеиспускательного канала – *уретриту*. Разумеется, что этот уретрит не гонококковый. Здесь имеется покраснение и незначительная припухлость наружного отверстия мочеиспускательного канала, сопровождаемые зудом и учащенными позывами к мочеиспусканию (Я).

Мастурбация положительно коррелирует с эректильной дисфункцией, повышенным риском возникновения варикоцеле и аномальной (увеличенной или мягкой) простатой при пальцевом ректальном исследовании, а также с более высокой частотой внебрачных связей [PI: BIO + PSY, 2786, Италия, 2009], <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19758284/>

## **6. Половые сношения**

*Тиссо* свидетельствует, что онанисты утрачивают понятие о естественных наслаждениях при совокуплении (это явление он чаще наблюдал среди женщин). Естественные наслаждения любви вызывают, по мнению *Руссо*, полное равнодушие у онанистов, и они предпочитают до самого брачного ложа предаваться этому пороку, нежели жить нормальным актом совокупления. Следовательно, можно прийти к выводу, что онанизм удерживает многих в положении вечных холостяков.

Природа указывает правильные пути, по которым человечество должно следовать в половых взаимоотношениях. Онанизм же является противоестественным актом и приносит обществу вред уже тем, что подрывает и физическое, и умственное здоровье, мешая тем самым его формированию как члена общества и семьи (Р).

Психическое бессилие онанистов может быть обусловлено возникновением извращений и ложных идеалов. При таких условиях в фантазии возникает переоценка женщины, которая не соответствует действительности. Следовательно, занятия онанизмом могут ослабить влечение к женщине, сделав ее в глазах онаниста менее привлекательной. Переоценка женщины и ее прелестей в реальной жизни может привести к разочарованию, исчезновению появившейся эрекции.

Мастурбация влияет на характер ощущений, испытываемых при коитусе. Впрочем, мужчина, благодаря своей активной роли при совокуплении, находится здесь в лучших условиях, чем женщина-онанистка. Какой бы формы онанизма мужчина в былое время ни придерживался, он, благодаря своей активности, может копировать при половом сношении свою форму онанизма в ритме, такте и силе. Он идет по своему изученному пути ощущений.

Если девушка до замужества предавалась онанизму, то она, выйдя замуж, может в брачной жизни не найти привычного ей удовлетворения, так как она при совокуплении лишена возможности копировать свою форму онанизма в ритме, такте и силы. Поэтому она иногда вновь прибегает к прежнему способу полового удовлетворения, в результате чего может произойти охлаждение супружеских отношений, ведущее к отдалению супругов друг от друга, а иногда и к разводу.

По *Адлеру*, онанизм является наиболее частой причиной недостаточного полового ощущения у женщины или даже неприятных ощущений – *диспареунии*. Таковы особые случаи, где имеются изменения слизистой оболочки половых органов, вызванные онанизмом, вследствие чего понижается чувствительность заложенных в слизистой оболочке нервных окончаний и потому усиливается диспареуния.

Весной 1919 года ко мне явилась дама 26 лет, служащая в банке, с жалобой на отсутствие полового ощущения при коитусе. Пациентка замужем четыре месяца за человеком с нормальной половой способностью. При ее расспросе удалось выяснить, что в юности она занималась онанизмом. Надо сказать, что особенно часто это бывает с женщинами, которые до брака занимались онанизмом. Им коитус не только не может заменить того удовольствия, которое достав-

лял им онанизм, но и вовсе может вызывать у них отвращение. Мне пришлось наблюдать много случаев, где прежние онанистки жаловались на отсутствие оргазма при совокуплении (Я).

Среди женщин мастурбация была более вероятна среди тех, кто сообщал о большем репертуаре сексуальной активности (например, об оральном и анальном сексе) и о большем количестве сексуальных партнеров в течение последнего года. Как мужчины, так и женщины, сообщившие о наличии однополых партнеров, значительно чаще сообщали о мастурбации [PI: PSY, 4762 + 6399, Великобритания, 2008], <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/17333329/>

## 5. Прочие зафиксированные проявления

### 1. Боли в спине

Спинальные явления связаны со стороны головного мозга и с другими центрами. Тут выступают на арену слабость, усталость, появление боли в поясничной области и в конечностях. Чрезмерные онанирования вызывают чаще всего мозговую неврастению. Поясничная часть спинного мозга подчинена большому полушарию мозга, и отсюда идут все отправления и приказания, которые распространяются и на половую сферу. *Левенфельд* доказывает, что онанисты, занимающиеся продолжительным умственным трудом, страдают чаще всего мозговой неврастенией и мозговой слабостью, и, наоборот, онанисты, которые предаются физическому труду, подвержены скорее заболеванию спинного мозга (Р).

*Герман Бургав* наблюдал за одним онанистом, у которого последствия включали бессилие и слабость во всем теле, а особенно около поясницы. *Ван Свитен* пытался излечить онаниста, испытывавшего неприятные ощущения в области поясницы (Т).

Поскольку за возникновение эрекции отвечают головной мозг и поясничный отдел спинного мозга, то длительное возбуждение, вследствие, например, долгого просмотра порно, вполне может привести к болям в спине. Однако может ли эта проблема возникать у людей с полностью здоровой спиной или только у тех, у кого боли в пояснице возникали и ранее (не из-за возбуждения) – вопрос остается открытым.

### 2. Дыхание и кровообращение

*Альфред Фурнье* свидетельствует, что онанисты по большей части страдают недоразвитием грудной клетки, затрудненным дыханием, поражением легких и хроническим катаром (Р).

Частое половое возбуждение угнетает нервную систему, а затем нарушается и кровообращение. Как результат: холодные конечности (руки, ноги), недостаточное питание кровью и кислородом головного мозга, кальций из-за слабого тока крови не достигает зубной ткани, покидая пределы организма с мочой, а часть его оседает во внутренних органах.

### 3. Зрение

Окулист *Герман Кон* писал, что онанизм должен практиковаться в чрезмерной степени для того, чтобы он мог вызвать поражение глаз. Чаще всего это проявляется в появлении *светобоязни*, когда онанисты отмечают ощущение, будто бы они ослеплены бликами, отражающимися от стекла или водной глади. И пусть причины возникновения недугов могут быть различными, прекращение занятий онанизмом положительно сказывалось на функциональном состоянии глаз.

Дрожание век при закрытых глазах свидетельствует о наличии неврастении, появление которой может быть как связано с мастурбацией, так и нет. Расстройство нервной системы и психики может спровоцировать появление «боязни чужого взгляда», при которой взгляд посторонних людей вызывает у таких субъектов своеобразные неприятные ощущения в области глаз. Онанизм является для описанного состояния лишь дополнительным поводом, так как само состояние развивается на почве наследственного отягощения (Я).

### 3. Мышцы

Онанизм ослабляет мышечную систему, вот почему после каждого акта мастурбации, наряду с понижением умственной деятельности и легкой физической усталостью, наблюдается ослабление походки, быстрая утомляемость, а иногда и боли в конечностях. Пациенты часто жалуются на ощущение тяжести во всем теле (Р).

### 4. Пищеварение

Желудок – часть нашего организма, которая повреждается первая от всех причин, ослабляющих тело, потому что действия его требуют совершенства в органах. Он из всех телес-

ных частей имеет наибольшее число нервов, в которых через то самое находится большее количество жизненных соков. Все то, что расслабляет действие одних и уменьшает количество и качество других, то должно уменьшить работоспособность кишечника, что случается при излишествах любовных удовольствий. Функция желудка, при плохом его состоянии, приводит и все прочее в беспорядок. Потому что здоровое сложение желудка укрепляет все члены, слабое же все разрушает.

Из-за ухудшения пищеварения у некоторых онанистов наблюдается потеря аппетита, у других, наоборот – обжорство. Желудок совершенно расстраивается, и некоторые больные жалуются на диарею. *Гофман* упоминает одного человека, который каждый раз во время акта онанизма был угнетаем поносом (Т).

*Фурнье* наблюдал пациента, у которого после каждого онанистического акта появлялись колики, сопровождаемые с поносом (Я).

### **5. Акне**

На лице, в носу, на груди, возникают точечные волдыри и прыщи (Т).

Из свидетельств многих онанистов приходилось слышать о возникновении большого количества прыщей на теле (в том числе глубоких, «подкожных»), которые исчезали после прекращения занятий онанизмом. Этот феномен связан с нарушением работы нервной системы, пищеварения и гормональными встрясками во время полового возбуждения.

### **6. Фантазии**

Разгорячая свою фантазию, люди представляют себе извращенные позы знакомых и даже близких, вызывают в своем воображении порнографические представления и доводят чувственное раздражение до высокой степени возбуждаемости и, бывает, семяизлияние происходит вне манипуляций руками. Нетрудно представить себе, какую большую работу должна совершать человеческая фантазия, обременяя мозг и нервные ткани колоссальной тратой энергии. Такие больные, вовлеченные в эту область фантастики, каждый раз требуют все большего напряжения, ибо порнографические изображения вчерашнего дня не удовлетворяют его сегодня, а изобразительность сегодняшнего дня недостаточно действенна завтра. И когда воображаемые картины перестают возбуждать, субъект пытается присоединить к этому мастурбацию, поэтому у заядлых фантазеров отмечается исключительная слабость как психическая, так и умственная (Р).

Последствия приумножаются от похоти, к которой потом привыкает душа и тело. Непростойные фантазии преследуют онанистов даже во сне. Тело, привыкшее к сладострастному возбуждению, при каждом удобном случае бурно возбуждается, а количество восстановленной семенной жидкости, будь оно хоть малое, постоянно вызывает беспокойство и готово вырваться из своих расслабленных хранилищ при любом малейшем усилии (Т).

### **7. Извращения**

Инструментальный онанизм наблюдается большей частью у лиц, настолько рафинированных, что для них руки и прочие части тела, которыми они пользовались для поднятия своей чувствительности, перестали играть роль. Каталог используемых мужчинами инструментов должен быть удешевлен при перечислении инородных тел, вводимых женщинами в половую область (Р).

### **8. Лживость**

У многих молодых субъектов обоего пола, у которых замечалась поразительная, почти патологическая лживость, при внимательном изучении их половой жизни можно было обнаружить онанизм, начатый в раннем детстве и почти непрерывно продолжаемый, притом в чрезмерной степени, до половой зрелости. Онанизм сопровождался сильными угрызениями совести и вел к жестокой оборонительной борьбе с ним. Не без оснований можно было бы предположить, что выполнение «позорного» полового действия в течение ряда лет в строгой тайне способно приучить к обману и неискренности (Я).

## Интересные истории онанистов

1. «Много требуется труда для истребления привычки, постоянно в нас возобновляющейся. Я признаюсь вам со стыдом, что при воззрении на женщину, какая бы она ни была, всегда рождается во мне похоть, оскверненная моя душа беспрестанно силится представлять мне предметы похотливости. Правда, никогда не восплаляется во мне страсть, когда я вспоминаю все ваши советы. Я борюсь с этой страстью, но эта борьба более меня истощает. Если бы вы могли сыскать средство, чтобы отвратить мои мысли от этого предмета, то я надеюсь, что излечение мое удачнее бы последовало» (Т).

2. «Я имел несчастье с молодых лет (между 8 и 10 годами) получить эту пагубную привычку, которая прежде времени расстроила все мое сложение. Я теперь в крайнем унынии, нервы чрезвычайно слабы, руки бессильны, все они дрожат и в беспрестанном поту. Чувствую сильные боли в желудке, плечах и ногах, а иногда в печени и груди. Хотя много ем, но всегда сух и всегда имею тощее лицо» (Т).

3. «Я получил с малолетства привычку, которая расстроила мое здоровье. Я чувствую тяжесть и кружение головы, имею стесненную грудь и, следовательно, трудное дыхание. Часто бываю болен желудком и попеременно чувствую боли почти во всем теле. День для меня беспокоен, во время ночи сон прерывается и возмущается, и нимало не укрепляет меня. Глаза у меня ослабевшие и болезненные, лицо бледное» (Т).

4. «Я не могу пройти 200 шагов без одышки. Слабость моя чрезвычайна. Чувствую беспрестанные боли во всем теле, а особенно в желудке» (Т).

5. «Если я прочту одну или две страницы, то глаза мои наполняются слезами и после рождается в них ломота. Часто вздыхаю без всяких к тому побуждений. Мой детородный уд не способен ни к какому возбуждению» (Т).

6. «Я жил для одной тоски, внутреннего беспокойства, жесткого возмущения, сильного стеснения и нерасторопности. Когда люди заговаривали со мной, то я слышал только звук слов, не соединяя с ними никакого понятия. Чувствовал я боли в голове и оцепенение во всем теле» (Т).

7. «Когда я оставался один у себя в комнате, и мне почему-либо приходило в голову, что я мог бы теперь доставить себе «маленькое удовольствие», я при одной мысли об этом начинал чувствовать, как постепенно терял самообладание и способность сознательно отнестись к тому, что я собирался делать. Точно туман покрывал и обволакивал мое «я». Я чувствовал, как неодолимое влечение, появившись откуда-то, росло и овладевало мною. Я чувствовал, как мое физическое «я» выходило из-под моей воли. Я терял власть над моим собственным телом, и оно, повинувшись уже не мне, а охватывающему влечению, послушно, как автомат, выполняло его веления. Я еще где-то в душе говорил себе: «Этого не надо», а все-таки, не торопясь и прислушиваясь к шагам, запирали дверь на ключ и уже окончательно отдавался влечению. Сердце мое билось усиленно, лицо горело, и все предметы обволакивались дымкой. Это состояние быстро усиливалось, и я впадал в какое-то восторженное настроение. Теперь я уже не рассуждал, не думал и не боролся, а, наоборот, торопился получить знакомое ощущение... И только после того, как все было кончено, вдруг сразу пробуждалась подавленная способность рассуждать, и меня охватывало мучительное раскаяние, стыд и отчаяние, доходившее до физической боли. Я давал себе клятву, что это более не повторится, и в то же время знал, что придет соответствующая минута, и будет опять то же самое» (Я).

## Отличия секса и онанизма

### По Тиссо

*Санкторий*

в своих «Наблюдениях» сообщил нам разницу между онанизмом и половым сношением: «Умеренное сообщение полезно, если оно возбуждаемо бывает природою, но когда оно возбуждаемо воображением, тогда ослабляет все способности души, а особенно памяти».

Причину этого понять нетрудно. Природа при здоровом состоянии возбуждает эти желания только тогда, когда семенные сосуды наполнены жидкостью. Но возбуждение половой системы может возникать не от количества семени в организме, а из-за грязного воображения. Детородные органы, как и все прочие, тогда только нормально функционируют, когда возбуждаемы бывают природой. Голод и жажда показывают нужду принимать пищу и питье. Если же принимают их более, чем нужно для поддержания сил организма, то излишество вредит и расслабляет тело.

Вредная же привычка способна нарушить природный закон – выделять столько жидкости, сколько требует физиология организма. При искусственном нарушении этого закона наблюдаются негативные последствия. Воображение и привычка, а не природа возбуждает онанистов. Они у природы отнимают то, что ей нужно, а через то приближают ее к разрушению. Наконец, в силу этих животных законов тела, согласно которым влажности стремятся туда, где есть раздражение, так что через некоторое время формируется постоянный приток соков к раздраженным частям для воспроизводства утраченного семени.

Здесь можно заметить, что малакия особенное действие производит на молодых людей, не вышедших еще из отрочества. Множество причин может помешать сношению и общению между людьми, но уединенное распутство не находит препоны и нет имеет границ.

## **По Роледеру**

Под словом онанизм мы понимаем неестественное удовлетворение половых инстинктов. Эта противоестественность как будто бы дает аналогичный эффект, как при совокуплении: и в первом, и во втором случае наивысшее напряжение влечет за собою семяизвержение; но онанизм оказывает на нервную систему более тяжелое действие, так как непосредственно связан с искусственным разжиганием фантазии и воображения.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.