

האם אני יכולה להיות שמנה ומינית ?

ד"ר ירון בוקר

משקל הגוף הינו אחד הגורמים המעסיקים בצורה משמעותית, בעיקר את בנות המין היפה. ההשמנה או הרזון תלויים בגורמים רבים, בעיקר נטיה גנטית. האהבה לשמנים או לרזים, היא בעיקר נגזרת של התרבות. בעבר הרחוק נשים מליאות היו נשים שנחשקו מינית. גם היום בחלק מהתרבויות הדבר עדיין כך. עם השנים הופיעה האהבה לרזון ולעיתים נדמה שרק לנשים שנראות על גבול האנורקסיה יש סכוי למצוא גבר ראוי. כאמור, הענין התרבותי משמעותי מבחינת ההעדפה לשמנים או רזים, אך האם יש קשר בין ההתנהגות המינית והמיניות שלנו כתלות במשקל ? בשנים האחרונות נושא זה מעסיק גם חוקרים רבים.

האם משפיעה ההשמנה על הביטחון העצמי ?

חוקרים צרפתיים שביקשו לבדוק את הקשר בין משקל יתר, השמנה, מיניות וביטחון עצמי, ערכו סקר מיוחד בנושא. לפני הסקר, החוקרים שיערו שאנשים הסובלים מעודף משקל והשמנת יתר, עלולים לסבול מהשפעה שלילית על חיי המין שלהם. הסקר, שעל אודותיו פורסם לראשונה בכתב העת BMJ התבסס על נתונים שנאספו מ-5,535 נשים ו-4,635 גברים בגילאים 18 עד 69. החוקרים אספו נתונים מ-1,010 נשים ו-1,488 גברים שסבלו מעודף משקל וכן מ-411 נשים ו-350 גברים שסבלו מהשמנת יתר.

איך הגדירו עודף משקל והשמנת יתר?

עודף משקל BMI = מ-25 עד 30.

השמנת יתר BMI = מ-30 ומעלה.

ואלה תוצאות המחקר אצל הנשים

לנשים עם השמנת יתר יש סיכוי נמוך יותר למצוא פרטנר מיני כלשהו, וזאת בהשוואה לנשים שמשקל הגוף שלהן תקין. החוקרים לא מצאו קשר בין רמת ההשמנה לבין פגיעה בתפקוד המיני. עם זאת, בקבוצת השמנות היה סיכוי גבוה פי ארבעה להריונות לא רצויים, בהשוואה לנשים במשקל גוף תקין. בני ובנות הזוג של גברים ונשים הסובלים מהשמנת יתר היו בעלי סיכוי גבוה יותר לסבול מהשמנה בעצמם.

מה קורה אצל הגברים השמנים ?

במחקר נמצא כי לגברים עם השמנת יתר היה סיכוי נמוך יותר לדווח על יותר מפרטנרית מינית אחד בשנה החולפת בהשוואה לגברים במשקל גוף תקין. לגברים עם השמנת יתר נצפה סיכוי גבוה יותר להפרעה בתפקוד הזקפה, בהשוואה לגברים במשקל גוף תקין.

מה קורה בקרב נערות מתבגרות ?

ה-ACOG - American Congress of Obstetricians and Gynecologists הוא אחד המוסדות הרפואיים הנחשבים והמצוטטים ביותר. בכנס השנתי ה-58 של ה-ACOG הוצג מחקר נרחב שנערך בקשר להתנהגות המינית בקרב מתבגרות. המחקר הראה שבנערות בעלות עודף משקל נצפה סיכוי גבוה יותר להתנהגות מינית בסיכון גבוה, בהשוואה לנערות במשקל גוף תקין.

במחקרים קודמים נמצא כי השמנת יתר קשורה לתדמית גוף גרועה, וכי הערכה עצמית נמוכה קשורה להתנהגות מינית בסיכון גבוה. לפיכך שיערו החוקרים כי למתבגרות עם עודף משקל או השמנת יתר יש סיכוי גבוה יותר לעסוק בהתנהגות מינית בסיכון גבוה. החוקרים בדקו נתונים על 21,773 נערות. הסקר נערך בין תלמידות כיתות ט-י"ב. הגדרות עודף המשקל נקבעו בהתאם לקריטריונים מקובלים.

החוקרים ציינו ששה גורמים הקשורים להתנהגות מינית בסיכון - קיום יחסי מין, גיל בעת המגע המיני הראשון, מספר הפרטנרים המיניים, שימוש באלכוהול, שימוש בסמים וכן שימוש באמצעי מניעה.

והתוצאות?

לא נצפה קשר בין עודף משקל ובין ההיסטוריה המינית של הנערה, שימוש באלכוהול או סמים בעת המגע המיני האחרון. החוקרים מצאו סיכוי גבוה יותר למגע מיני ראשון לפני גיל 13 שנים אצל נערות עם השמנת יתר וזאת בהשוואה לנערות במשקל גוף תקין. בנוסף, על פי המחקר, לנערות עם השמנת יתר ועודף משקל היה סיכוי גבוה ב-30 אחוזים לקיים יחסי מין עם יותר משלושה פרטנרים. לנערות עם השמנת יתר היה סיכוי נמוך ב-20 אחוזים להשתמש בקונדום במהלך יחסי המין. שימוש באמצעי מניעה באופן כללי היה שכיח פחות בנערות עם השמנת יתר.

לאור תוצאות המחקר אומרים החוקרים כי נערות עם עודף משקל והשמנת יתר עלולות לעסוק בפעילות מינית בסיכון גבוה, המסכנת אותן במחלות המועברות במגע מיני והריונות לא רצויים. לפיכך, דרושים מחקרים נוספים על מנת לבחון התערבויות אפשריות באוכלוסיה זו.

מה קורה בנשים מבוגרות ?

חוקרים ערכו השוואה בין 64 נשים שמנות ופעילות מינית ובין 27 נשים בריאות ולא-שמנות, תואמות בגיל. הם לא כללו במחקר נשים עם תסמיני מנופאזה, נשים ללא בן-זוג קבוע ליחסי מין, נשים שנטלו תרופות שהשפיעו על ההורמונים או על התפקוד המיני, או נשים עם בעיות גינקולוגיות ידועות.

הנשים דיווחו על תסמיני דיכאון באמצעות שאלון BDI ועל התפקוד המיני באמצעות שאלון FSFI שהם שאלונים מקובלים במחקרים מסוג זה. מדד FSFI של פחות מ-26.5 מעיד על הפרעה בתפקוד המיני.

מתוצאות מחקר שפורסם ב-BJU International עולה כי לא נמצא הבדל מובהק מבחינה סטטיסטית במדדי FSFI בין נשים שמנות ובין קבוצת הביקורת.

המדדים שנמדדו כללו תשוקה מינית, עוררות מינית, לובריקציה, אורגזמה, שביעות רצון כללית מיחסי המין וכאבים בקיום יחסי מין. כאמור לא זוהה הבדל מובהק בין הקבוצות באף אחד מהקריטריונים הנ"ל.

בקרב נשים שמנות תועדו מדדי דיכאון גבוהים בהשוואה לנשים בעלות משקל תקין. החוקרים מסבירים כי ממצאי המחקר הנוכחי מעלים ספק באשר לדעה הרווחת, לפיה השמנת-יתר מלווה בירידה בעניין ביחסי מין, במשיכה וביכולת לפתח מערכת יחסים מינית משביעת רצון, בהשוואה לאנשים רזים.

החוקרים טוענים אם זאת כי יתכן שיש הבדלים בתוצאות בעולם, בהתאם להבדלים תרבותיים או חברתיים בין אוכלוסיות מחקר שונות.

אז האם אני יכולה להיות שמנה ומינית ?

השמנת יתר נגרמת מגורמים רבים וההשמנה גם משפיעה על גורמים רבים אחרים, גופניים ונפשיים. יש נשים שמנות אשר להן חיי אהבה סוערים ולעומתן נשים רזות הנראות יפות אך אין להן חיי זוגיות או אהבה בכלל. אשה המרגישה מלאה באהבה תדע להעביר את אהבתה לגבר בין אם היא שמנה או רזה. אשה השלימה עם עצמה ועם גופה תמצא לבסוף את הגבר שיראה אותה בצורה דומה. המרכיב הגנטי הוא המרכיב המשמעותי ביותר להשמנה הוא אך המרכיב הרגשי הוא המשמעותי ביותר לחיי אהבה ומיניות טובים.