

## العلاقات الجنسية.. نشوة مؤقتة وأمراض قاتلة

2015-03-16 عيد الامير رويح

الصحة الجنسية تعد من القضايا المهمة والأساسية في وقتنا الحاضر، إذ يجب ان يوليها الجميع اهتماما خاصا ويجعلها على رأس قائمة الأولويات، خصوصا مع ازدياد نسبة المصابين بالأمراض المنقولة جنسياً والتي تصيب النساء والرجال على السواء، وتعد الأمراض والالتهابات المنقولة جنسياً كما تشير المصادر، من الأمراض شديدة العدوى، وهي أمراض منقولة غالباً عن طريق ممارسة الجنس بأسلوب ما، عادةً الجنس المهبلية، والقموي والشرجي. وسوائل الجسم هي السوائل التي تنقل أغلب أنواع العدوى، كالسائل المنوي.

هذه الأمراض متعددة ومتنوعة قد تصيب الجهاز التناسلي وما جاوره أو تظهر لها أعراض ومضاعفات أخرى بعيدة عن المنطقة التناسلية. ومن أكثرها انتشاراً الإيدز، الهربس التناسلي، التعقيبة (السيلان)، السفلس، الكلاميديا، السيدا، التهاب الإحليل، قمل العانة، ثآليل الأعضاء التناسلية وغيرها من الأمراض الأخرى، كما أن هذه الأمراض قد تنتقل جراثيمها عن طريق الدورة الدموية إلى أماكن أخرى من جسم المصاب نفسه أو إلى الجنين، كما هو الحال في مرض الزهري ومرض الهربس بالحوامل أو عن طريق الجهاز اللمفاوي، وفي هذه الحالات تؤدي إلى مضاعفات خطيرة وتشوهات أو عاهات وأحيانا إلى الوفاة.

ويرى بعض الخبراء ان العلاقات الجنسية خارج إطار الزوجية من أخطر الأسباب للإصابة بالأمراض المنقولة جنسياً، والعلاقات الجنسية الشاذة تقع في مقدمة الأسباب التي تفضي الى الإصابة بالأمراض الجنسية القاتلة وخصوصا بين الشباب والمراهقين، وكما تشير المصادر فقد ازداد قلق الخبراء بالأمراض الجنسية على وجه الخصوص نتيجة لانتشار مرض السيلان الذي يعد من أكثر الأمراض الجنسية انتشاراً حيث تشير الكثير من التقارير بأن نسبة الإصابة به في ازدياد مضطرد وخاصة في جنوب شرق آسيا ومناطق متعددة من العالم. وقال الخبراء إن ذلك يرجع إلى ظهور سلالة متطورة جديدة من المرض لا يمكن معالجتها بسهولة عبر المضادات الحيوية.

## أزمة كبرى للأمراض مستعصية

وفي هذا الشأن فقد قال مسؤولو منظمة الصحة العالمية، إن أزمة صحية عامة كبرى على وشك الظهور، في شكل مرض ينتقل بالاتصال الجنسي لكنه لا يستجيب للمضادات الحيوية. ويعتبر مرض السيلان واحدا من الإصابات الأكثر شيوعا والتي تنتقل بالاتصال الجنسي، إذ يمكن أن ينتقل عن طريق الجنس الفموي، أو المهبلي، أو الجنس عن طريق الشرج، بينما هناك نحو 106 ملايين شخص حول العالم، يصابون به كل عام.

وقال الدكتور مانجولا لوستي ناراسيمهان العالم في دائرة البحوث الإنجابية بمنظمة الصحة العالمية إن فيروس ذلك المرض "يطور مقاومة للمضادات الحيوية التي تعامل معها قبل ذلك، وعندما يحصل هذا الأمر، فلا يمكننا فعل شيء للمريض." وأصدرت المنظمة خطة عمل عالمية لتشجيع زيادة الوعي، والبحوث، وزيادة جهود الوقاية والمراقبة من فشل علاج السيلان. وتشابه إرشادات الوقاية من مرض السيلان تلك الواجب إتباعها لتجنب فيروس نقص المناعة البشرية "أيدز"، وهي ممارسة الجنس الآمن، والاستخدام الصحيح للواقي الذكري، والحد من عدد الشركاء الجنسيين.

ومن بين البلدان التي أبلغت عن حالات مرض السيلان التي لا تستجيب للمضادات الحيوية من نوع "سيفالوسبورين"، كل من أستراليا، وفرنسا، واليابان، والنرويج، والسويد، والمملكة المتحدة. ويعتبر المضاد الحيوي "سيفالوسبورين"، الخيار الأمثل والأحدث لعلاج مرض السيلان، ولقد وضعت تلك الدول أنظمة رعاية صحية جيدة، ما يعني أن الدول الأقل حظا، قد تكون أكثر عرضة للأزمة.

وقال ناراسيمهان: "إذا قاوم الفيروس (المضاد الحيوي)، فنعتقد أننا على وشك أن نشهد أزمة.. إذ أنه في أجزاء أخرى كثيرة من العالم حيث الموارد المالية أقل بكثير، من الصعب جدا أن نعرف البيانات." وتعتبر النتائج المترتبة على وجود عدوى غير معالجة قاسية جدا، فالمرض يمكن ان يسبب العقم لدى الرجل والمرأة على حد سواء، في حين أن ما يصل إلى نصف الأطفال الذين يولدون لأمهات مصابات بالسيلان، معرضين لالتهابات حادة في العين، قد تؤدي إلى العمى. بحسب

CNN.

أما بالنسبة للنساء الحوامل، فإن مرض السيلان قد يسبب الإجهاض العفوي أو الحمل خارج الرحم، وإذا انتقلت البكتيريا إلى أجزاء أخرى من الجسم، فقد تحدث آلام في المفاصل، قد تتطور إلى تورم أو تصلب. ولا تعرف منظمة الصحة العالمية مدى انتشار مرض السيلان المقاوم للعلاج حتى الآن، ويقول ناراسيمهان إن الإصابات لا تبدو لديها المقاومة في الولايات المتحدة كما هو الحال في بعض البلدان الأخرى، ولكن هناك قابلية للزيادة، وهناك حاجة للمزيد من المراقبة على مستوى العالم لإجراء تقييم كامل.

### تصاعد نسبة مرض الزهري

الى جانب ذلك دفعت زيادة كبيرة في عدد حالات مرض الزهري في مدينة بورتلاند الأمريكية خلال السنوات الثلاث الأخيرة مسؤولي الصحة العامة ممن يشعرون بالقلق الى المطالبة بإجراء اختبارات منتظمة على البالغين النشطين جنسيا لعلاج هذا العدوى البكتيرية التناسلية. وتشهد منطقة مترو بورتلاند نحو 240 حالة جديدة من الزهري في المتوسط سنويا منذ عام 2012 ما يمثل أضعاف المعدل الذي كان يرصد سنويا من قبل والذي كان يتراوح بين عشر الى 30 حالة.

وتتزايد حالات الزهري أيضا على مستوى الولايات المتحدة إذ قالت المراكز الامريكية لمكافحة الامراض والوقاية منها العام الماضي إن عدد الاصابات في البلاد قفز بواقع أكثر من عشرة في المئة عام 2013 الى 17535 حالة بالمقارنة بالعام السابق له. وقالت كيم توفس وهي مسؤولة كبيرة لدى إدارة الصحة بمقاطعة مولتنوما "على المستوى القومي ثمة زيادة في تشخيص حالات الزهري إلا ان زيادتنا تجاوزت المستوى القومي".

وأضافت ان مسؤولي الصحة في أكبر مدن أوريجون كانوا قد طلبوا المساعدة من المراكز الامريكية العام الماضي الأمر الذي دفع المراكز الى تجنيد علماء في مجال الاجتماع والسلوك وأيضا أطباء الصحة العامة لدراسة أسباب هذه الزيادة. وقالت إن الفريق وجد ان بعض الجماعات من المثليين وغيرهم قد باتوا أقل حرصا في استخدام الواقي الذكري مع تضاؤل المخاوف بشأن انتقال الايدز ومع اتجاه كثيرين من المصابين بالايدز الى تلقي العلاج بصورة متزايدة للحد من انتقال فيروس الايدز. بحسب رويترز.

وحث المثليين وغيرهم على توقيع الفحص عليهم كل ثلاثة أشهر للتأكد من خلوهم من الزهري. وأضافت "أما الناس الذين لا يتعرضون لمثل هذا الخطر فعليهم الخضوع للفحص مرة واحدة سنويا على الأقل". ويمكن علاج الزهري بالبنسلين لكن عدم علاجه يمكن ان يسبب العمى وفقدان حاسة السمع وتلف الأعصاب وتشوهات الأجنة. وقالت المراكز الامريكية إن نصف عدد الرجال المصابين بالزهري في البلاد يحملون أيضا عدوى الايدز.

## الجنس الفموي والسرطان

في السياق ذاته كشفت دراسة نشرت على مجلة التايم الأمريكية، أن استخدام الفم في الممارسات الجنسية يسبب ظهور الأورام في الرأس والرقبة، وهي في غالبيتها قد تصبح خبيثة، أو ما يعرف بالسرطانات "HPV". وجاء في الدراسة التي شملت 5579 شخص تتراوح أعمارهم بين 14 و69 عام، أن 10 في المائة من الذكور الذين استخدموا فمهم عند الممارسة الجنسية، يتعرضوا للإصابة بأورام حميدة في منطقتي الرأس والرقبة، أو ما يعرف بـ "HPV" واحتمال تطور الحالة إلى أورام سرطانية خبيثة.

وأشارت الدراسة أن نسبة الإناث المعرضات للإصابة بهذه الأورام الناجمة عن استخدام الفم في الممارسات الجنسية تبلغ 3.6 في المائة، أي أن احتمال إصابتهن أقل من نسبة الذكور. وأكدت الدراسة أن معدلات الإصابة بهذه الأورام ترتفع بصورة كبيرة تصل إلى ثمان أضعاف نسبتها الطبيعية، في الحالات التي يتعدد فيها شركاء الجنس، وخصوصا عند الرجال. بحسب CNN.

وبينت الدراسة إلى أن هذه أورام الـ HPV، غير معدية بشكل مباشر، حيث أن الوسيلة الوحيدة لانتقال العدوى من شخص مصاب إلى آخر سليم تتم من خلال ممارسة الجنس عن طريق الفم، ولا يمكن انتقالها من خلال اللمس أو التقبيل. ونُوه في الدراسة إلى أن العامل العمري يلعب دوراً كبيراً في سهولة الإصابة بهذه الأورام، حيث أن الأرقام تشير إلى أن الأفراد من الفئة العمرية بين 30 و34 عاما تبلغ نسبة إصابتهم 7.3 في المائة بعد ممارسة الجنس باستخدام الفم، في حين ترتفع النسبة عند الأفراد الذي يبلغ متوسط عمرهما بين 60 و 64 عام إلى 11.4 في المائة.

## المستقبل الجنسي لكبار السن

على صعيد متصل أظهرت دراسة تناولت السلوك الجنسي لكبار السن في الغرب نتائج غير متوقعة، إذ أظهرت أن 80 في المائة ممن تتراوح أعمارهم بين 50 و90 سنة يواصلون الحفاظ على نشاطهم الجنسي، الأمر الذي يعني أن هذه الشريحة العمرية ستكون عرضة خلال السنوات المقبلة لانتشار المزيد من الأمراض. وبحسب الدراسة التي نشرتها المجلة الطبية البريطانية، فإن الأمراض المنقولة جنسياً ستزداد خلال العقد المقبل بواقع الضعف بين أفراد هذه الفئة.

وقالت الاخصائية جودي كوريانسكي "لا يوجد سبب يجبر الناس على التقاعد عن ممارسة الجنس، ولكن على كبار السن أخذ الحيطة كما يفعل الشباب في العقد الثاني أو الثالث من العمر." من جانبه، قال آيان كيرنر، المتخصص في العلاجات الجنسية: "أظن أن كبار السن يستمتعون اليوم بحياتهم الجنسية، إذ يمكن للبشر الحفاظ على نشاطهم الجنسي حتى آخر أيام عمرهم."

وتشير أرقام مركز السيطرة والوقاية من الأمراض في الولايات المتحدة أن السفلس وداء المتدثرات وأنواع أخرى من الأمراض الجنسية تضاعفت بثلاث مرات تقريباً لدى الذين تتراوح أعمارهم بين 45 و64 سنة خلال العقد الأخير، كما تزايدت معدلات الإصابة بالسيلان بشكل كبير. كما يحذر الأطباء من مشكلة عدم وجود معلومات كافية حول مخاطر الجنس لدى كبار السن، وخاصة لدى النساء اللواتي انقطع عنهن الطمث، إذ تترافق هذه الحالة عادة مع تقلص الغشاء المخاطي في الفرج، إلى جانب انكماش وضييق المهبل وجفاف السوائل المرطبة، ما يجعلهن أكثر عرضة للإصابة بجراح أثناء المجامعة أو التقاط الميكروبات.

وقالت كوريانسكي إن المشكلة تكمن في أن كبار السن يتصرفون حيال الجنس مثل الشباب، بمعنى أنهم يميلون إلى الاعتقاد باستحالة تعرضهم لأمر سلبي جراء ممارسة الجنس، خاصة وأنهم من جيل لم يألّف انتشار الأمراض الجنسية المميتة، مثل الايدز، الذي لم يظهر على نطاق واسع إلا في العقد التاسع من القرن الماضي.

أما كيرنر فلفت إلى أن الذين تجاوزوا العقد الخامس من عمرهم يقبلون بشكل متزايد على مواقع

المواعدة عبر الانترنت، وفي بعض الأحيان يمتنعون عن وصف أنفسهم بأنهم من كبار السن، خاصة وأنهم لا يعانون من المشاكل التي يصادفها الشباب حالياً مثل السعي إلى بناء أسرة وتلبية المتطلبات المالية. بحسب CNN.

ويضيف كيرنر أن التقدم في السن يدفع الرجال إلى رفض استخدام الواقيات الذكرية لأنها تفقدهم المتعة، بينما تهمل النساء المتقدّمات في السن طلب استخدامها من الرجال لأنهن يعتقدن أنهن بعيدات عن خطر الحمل، ما يزيد من انتشار الأمراض الجنسية بين هذه الفئة.

### أدوية العجز الجنسي

من جانب آخر سحبت شركة مصنعة لمكمل لعلاج العجز الجنسي بعدما كشفت اختبارات احتوائه على مكونات قد "تمثل خطراً على صحة مستخدميه." وقالت "دائرة الغذاء والدواء" الأمريكية إن اختبارات أجرتها على "أكس-روك" كشفت عن احتوائه على مقومات مثل "سيلدنافيل" و"هيدوروكستيوموسيلدنافيل، لم ترد الإشارة إليهما كمكونات تدخل في صناعة العقار. وقامت الشركة المصنعة للعقار - أكس روك للصناعات - طوعياً بسحب العقار من الأسواق.

وقالت في بيان: "هذه العناصر غير المصرح بها قد تمثل خطراً لمستخدمي الدواء نظراً لاحتمال تفاعل سيلدنافيل" و"هيدوروكستيوموسيلدنافيل مع نترات تدخل في صناعة بعض العقاقير مثل "نايتروغلسرين" ما قد يخفف ضغط الدم إلى مستويات خطيرة." ويشيع العجز الجنسي بين معظم الرجال المصابين بداء السكري، وارتفاع ضغط الدم والكوليسترول وأمراض القلب، وهي أمراض قد تفرض عليهم استخدام أدوية علاجية تدخل النترات في صناعتها، بحسب الشركة المصنعة للعقار.

وتقول الشركة المصنعة في موقعها الإلكتروني إن العقار، الذي يصنع في الولايات المتحدة، عضوي بالكامل، ويدخل في صناعته العديد من المكونات الطبيعية ويخلو تماماً من المواد الكيماوية. ويعاني قرابة 50 مليون رجل في الولايات المتحدة من درجات متفاوتة من العجز الجنسي، تتراوح أعمارهم نصفهم بين سن 40 إلى 70 عاماً.

الى جانب ذلك أجازت دائرة "الدواء والغذاء" الأمريكية أول عقار جديد للضعف الجنسي، منذ نحو عشر سنوات. ويقول مصنعو العقار "ستيندرا" أو "آفانافيل"، إنه سريع المفعول يبدأ تأثيره بعد ربع ساعة من تناوله. وأوضح د. إيروين غولدشتان، رئيس قسم الطب الجنسي بمستشفى "آلفارادو" في سانت دياغو، والذي شارك في بحث حول العقار الجديد نشر في دورية "الطب الجنسي": " نظرياً يبدأ مفعوله في غضون 15 دقيقة." وأضاف: "يمكنك اعتباره بأنه أول عقار محتمل عند الطلب."

ويتوقع العلماء التهافت على العقار من قبل الرجال ممن يعانون ضعفاً في الانتصاب لم يستجيب لعقاقير أخرى مطروحة للضعف الجنسي مثل "الفياغرا" و"كياليس" و"ليفيترا". وقال غولدشتان، الذي قام بتأليف أكثر من 300 دراسة في مجال العجز الجنسي، أن البيانات الأولية تشير إلى أن "ستيندرا" سريع الفعالية مقارنة بالأدوية الأخرى المتوفرة حالياً، إلا أن إثبات ذلك مرهون باستخدامه على نطاق أوسع.

وشملت الدراسة، التي أجراها العالم وفريق باحثيه، 1267 رجلاً تناولوا جرعات مختلفة تراوحت بين 50 و100، و200 ملليغرام من العقار الجديد وآخر وهمي. وشرح غولدشتان بقوله: "للبعض بدأ مفعوله خلال ربع ساعة، وأستغرق وقتاً أطول بالنسبة لآخرين." ومن جانبه، صرح الدكتور لورانس ليفين، أستاذ جراحة المسالك البولية في كلية الطب في "جامعة رش" بشيكاغو، وهو لم يشارك في دراسة العقار الجديد: "ما من عقار يقال إنه الأفضل.. إستجابة كل المريض لدواء قد تجعله الأفضل من الآخر.. هناك مزايا وعيوب لجميع هذه العقاقير." بحسب CNN.

ويذكر أن عينة صغيرة من المشاركين في دراسة العقار الجديد عانوا من أعراض جانبية طفيفة عقب تناوله منها الإصابة بالصداع، احتقان بالأنف، أو الآلام الظهر. وعموماً، ينبغي على مستخدمي عقاقير الضعف الجنسي أن يكونوا على بينة بالأعراض الجانبية التي قد ترافق استخدام هذه النوع من الأدوية، ومنها فقدان السمع أو النظر، وفقاً لدائرة "الدواء والغذاء."

رغبة النساء معقدة

على صعيد متصل وجدت إحدى الدراسات والتي نشرت في مجلة علم الغدد الصماء والأبيض، أن



رغبة المرأة في ممارسة الجنس تعتبر معقدة، وليست مرتبطة بالهرمونات بحد ذاتها، بطريقة مشابهة للرجال. وبدلاً من ذلك، تحتاج النساء إلى ما هو أبعد من ذلك، للإستجابة إلى الرغبة الجنسية. وقال مؤلف الدراسة وأستاذ الأمراض النسائية والتوليد في جامعة ميشيغان الدكتور جون راندولف إن "رغبة المرأة في الجنس، يعتبر أمراً معقداً للغاية."

ولا يوجد أي علاجات بالعقاقير المتاحة في الولايات المتحدة الأمريكية لزيادة الدافع الجنسي للإناث، في ظل معاناة ثلث النساء، من رغبة منخفضة في ممارسة الجنس بحسب ما أشارت إليه دراسة صدرت في العام 2002. وتوصل بعض الأطباء إلى فكرة إعطاء جرعات منخفضة من هرمون التستوستيرون لمساعدة نساء في تحفيز رغبتهم الجنسية، ولكن، هذا الأمر قد يساعد في حالة الانتصاب لدى الرجال فقط.

وأوضح راندولف أن العلماء اقتنعوا بعدم فعالية العلاج لدى النساء، بسبب الكثير من الأسباب. وأظهرت الدراسة أن هرمون التستوستيرون يؤدي دوراً بسيطاً في تحفيز ميل المرأة إلى ممارسة الجنس، ولكن، العامل الأهم الذي يؤثر فعالياً في تحفيز الرغبة الجنسية لدى المرأة يرتبط بالرفاهية العاطفية.

وحصل راندولف وشركائه في الدراسة، على هذه النتيجة من خلال تحليل بيانات تابعة لـ 3 آلاف و302 امرأة، واللواتي كن جزءاً من مشروع استمر لفترة عشر سنوات لدراسة صحة المرأة. وخضعت النساء لفحوصات الدم لمعرفة معدلات هرمون التستوستيرون والهرمونات التناسلية الأخرى، خصوصاً لدى النساء اللواتي يعانين من عوارض انقطاع الطمث.

ورأى الباحثون من خلال البحث في البيانات، أن النساء اللواتي لديهن زيادة في مستويات هرمون التستوستيرون في الدم، لديهن رغبة جنسية أكثر قليلاً مقارنة بالنساء اللواتي لديهن مستويات أقل. وأشار راندولف إلى أن "الفرق في مستويات الهرمون ليس كبيراً، ما يعني أن إعطاء المرأة جرعة صغيرة من هرمون التستوستيرون لن يؤدي إلى تحفيز الرغبة الجنسية لديها.

وأوضحت البيانات أن النساء اللواتي عبرن عن مزاجهن الجيد، وشعورهن براحة عاطفية في العلاقة



مع الشريك، كان لديهم رغبة جنسية أكبر، مقارنة بالنساء اللواتي لا يتمتعن بتلك الرفاهية العاطفية. وفي هذا السياق، أكد راندولف أن "المزاج الجيد والشعور العام بالصحة والرفاهية هو مفتاح الرغبة لدى للنساء"، مشدداً على أن "الرغبة الجنسية لدى النساء، تعتبر موضوع معقد للغاية ويتشابك مع عدة أمور عاطفية أخرى".

في السياق ذاته أفادت دراسة أمريكية أن هرمونة "التستوستيرون" وغيرها من الهرمونات المسؤولة عن الإنجاب تلعب دوراً في شعور المرأة بالرغبة الجنسية بعد انقطاع الطمث. لكنه على الأرجح دور صغير. وقاد الدراسة الدكتور جون إف. راندولف من جامعة ميشيغان للأنظمة الصحية بمدينة آن آر بور الأمريكية، وأكد أن هناك عوامل أخرى أكثر أهمية لحياة المرأة الجنسية في هذه المرحلة العمرية مثل المشاعر العاطفية ونوعية العلاقة الحميمة.

وقال راندولف "الشيء المهم الذي تبين من هذه الدراسة هو أنه كان يفترض لفترة طويلة أن الهرمونات تلعب دوراً كبيراً... الهرمونات تلعب بالقطع دوراً لكنه ليس كبيراً." ودرس الباحثون بيانات من أكثر من 3000 سيدة في منتصف العمر شاركن طيلة فترة عشر سنوات على الأقل في دراسة مستمرة شملت أسئلة طرحت عليهن سنوياً عن الحياة الجنسية واختبارات الدم لقياس مستوى الهرمونات.

وكانت أعمار السيدات تتراوح بين 42 و52 عاماً لدى بدء الدراسة. وبحلول السنة العاشرة كانت 77 بالمائة منهن في مرحلة انقطاع الطمث وكانت سبعة بالمائة يستخدمن علاجاً تكملياً بالهرمونات. وكان من الأسئلة المطروحة سنوياً تدور حول عدد المرات التي شعرت فيها المرأة بالرغبة في ممارسة أي نشاط جنسي خلال الأشهر الستة السابقة وأيضا مستوى استثارتها والقدرة على بلوغ ذروة الاستمتاع وإن كان هناك شعور بالألم خلال العلاقة. بحسب فرانس برس.

وبدا من الدراسة أن الهرمونات لا صلة لها بالشعور بالألم خلال العلاقة. وقال راندولف إن الهرمونات لعبت دوراً محدوداً فيما يتعلق بالأمور الأخرى. فالنساء الأقل معاناة من المزاج السيئ والأكثر شعوراً بالرضا في علاقاتهن العاطفية مع الطرف الآخر يكن عادة أفضل أداء. وقال راندولف "أداء المرأة الجنسي معقد جداً ومن السذاجة افتراض أن عاملاً واحداً فقط هو المؤثر." وتابع "أظهر

عملنا أن هناك أشياء أخرى كثيرة مؤثرة أبرزها العلاقة مع الشريك والحالة المزاجية."

25 دولار في العام

الى جانب ذلك ذكر تقرير للإم المتحدة أن انفاق 25 دولار في العام على الصحة الجنسية للمرأة سيقفل بشكل كبير وفيات الامهات والرضع وسيمنح المرأة خيار بناء أسر صغيرة تتمتع بصحة أكبر وقدرة على الانتاج. وأشار التقرير الذي أعده صندوق السكان التابع للمنظمة الدولية ومعهد جوماتشر إلى وجود "نقص مذهل في الخدمات الصحية المرتبطة بالصحة الجنسية والإنجابية في البلدان النامية" وهو ما يعني أن 225 مليون سيدة يرغبن في تجنب الحمل لا يحصلن على وسائل منع الحمل الحديثة.

وذكر أن عشرات الملايين من السيدات لا يحظين خلال الحمل والولادة بالعناية الأساسية المطلوبة لحماية صحتهن وصحة مواليدهن. وحث باباتوندي أو شوتيمين المدير التنفيذي للصندوق كل الحكومات على وضع حق المرأة في اختيار عدد اطفالها وموعد انجابها من بين الخدمات الصحية القومية.

وقال في إفادة في لندن "نعلم ما نقوم به وكيف نقوم به. هذه الاستثمارات تنقذ الارواح وتحقق تمكين المرأة والفتاة وتحسن الأنظمة الصحية ولها تأثير كبير ودائم على التنمية." وبعد تحليل بيانات من أفريقيا وآسيا وأمريكا اللاتينية ومنطقة الكاريبي قال التقرير إن 25 دولارا في المتوسط للسيدة بين عمر 15 و49 عاما وهو ضعف المستوى الحالي من الانفاق سيوفر الخدمات الصحية الجنسية الضرورية لكل النساء في البلدان النامية كل عام. بحسب رويترز.

وقال التقرير إنه بتوفير الخدمات الصحية سالفه الذكر لكل النساء المحتاجات لها بالبلدان النامية سيكون له تأثير كبير ويخفض حالات الحمل غير المقصودة بواقع 70 في المئة وعمليات الإجهاض غير الآمنة بنسبة 74 في المئة ويقلل ايضا بنسبة كبيرة وفيات الامهات والرضع ويقضي من الناحية الفعلية على انتقال فيروس اتشآي في المسبب للإيدز.

## ممارسة الففوف

من جهة أخرى كشفت دراسة نشرتها مجلة التائم الأمريكية، أن ممارسة رياضة الففوف التأملفة بصورة دورفة تحفز الأداء الجنسي لدف الفرد، وبصورة خاصة عند النساء. وجاء فف الدراسة أن التنفس السرفع عند ممارسة الرياضات بشكل عام ففحفز الأعضاء التناسلفة عند كلا الجنسفن، وتأتي رياضة الففوف لتضفف عنصراً هاماً ففتمثل بقوة التركيز والتأمل، الأمر الذي مع الوقت والممارسة ففساعد رفف مستوى الأداء الجنسي، والتحكم بتقدفم أو تأخفر النشوفة الجنسية.

الدراسة التي جاءت لتؤكد ما كان شائعاً عن ممارسة رياضة الففوف وتأثيرها المباشر على الحفافة الجنسية للأفراد، أكدت أن هناك عناصر أثارة تؤثر بشكل مباشر على الرغبة الجنسية عند ممارسف هذه الرياضة، ففث أن الأوضاع التي ففتم اتخاذها أثناء ممارسة الرياضة، بالإضافة إلى نقل الجسد من وضففة إلى أخرى، والجو العام داخل صالات الففوف الجماعفة، كلها عوامل تحفز الغرائز الجنسية.

وأشارت الدراسة إلى أن الأفراد الذين تقل عندهم الرغبة الجنسية، وهو أمر شائع فف الولايات المتحدة والذي ففسبب فف غالب الأحيان إلى خلافات زوجفة، ففصحوا بممارسة رياضة الففوف، التي ستنمف الغرائز فف العقل الباطنفل واللواعف، الأمر الذي ففظهر تبعاته على الحفافة الجنسية للفرد مع مرور الوقت. بحسب CNN.

ومن الأمور الغرففة التي كشفت عنها الدراسة، أن ممارسف رياضة الففوف لوقت طويل وخصوصاً النساء منهم، لدفهم القدرة على التحكم بأوقات النشوفة، لحد فمكنهم من الحصول على النشوفة الجنسية من خلال التأمل فقط، دون الحاجة إلى القفام بأي ممارسات جنسفة.