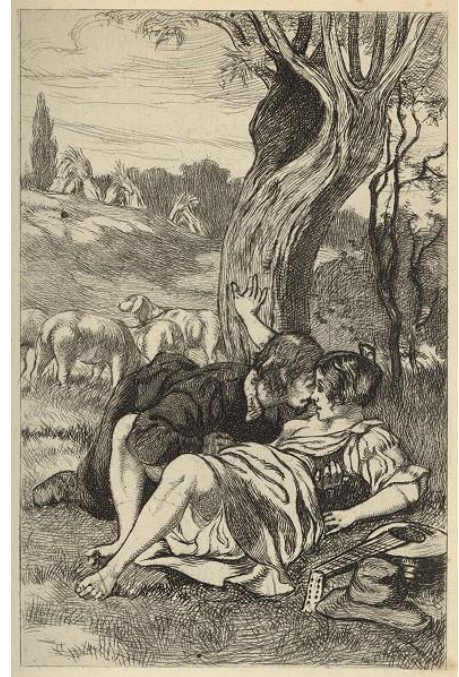


## Alkohol och sexuella prestationer

Att ett för högt intag av alkohol har många negativa sidor och är direkt onyttigt vet ju alla, och kanske även också det faktum att ett måttligt bruk istället snarare är nyttigt. Samma sak gäller faktiskt också när det gäller hur alkoholen påverkar oss när det gäller sex och sexuella prestationer.

Alkohol i blodet påverkar (och minskar) sociala hämningar, ökar riskbenägenhet (oskyddad sex, otrohet, etc), och inte minst vidgar preferensfönstret för vilka man kan tänka sig att ha intima övningar med. Dessutom påverkas både prestationsförmågan och den sexuella njutningen.

*"A Qualitative Study of the Relationship Between Alcohol Consumption and Risky Sex in Adolescents"* (Archives of Sexual Behavior, Vol. 34, No. 6, December 2005, pp. 649–661) beskriver alkoholets förmåga att påverka uppfattningen av andras "sexighet" som den viktigaste orsaken till att man tenderar att ha mer riskfyllda sexuella beteenden och att denna orsak är viktigare än alkoholens förmåga att minska hämningarna.



En artikel som påvisar just alkoholens förmåga att vidga preferensmönstret är *"An explanation for enhanced perceptions of attractiveness after alcohol consumption"* (Alcohol, Volume 44, Issue 4, June 2010, Pages 307–313) där man dels visar att alkohol gör att vi upplever att fler människor i vår omgivning attraktiva och dels att detta bl.a. beror på att alkohol minskar vår förmåga att registrera ansiktsasymmetri. *"Barely legal: Is attraction and estimated age of young female faces disrupted by alcohol use, make up, and the sex of the observer?"* (British Journal of Psychology 100 (2): 415–27) finner, på samma tema, att män upplever äldre kvinnor mer attraktiva efter konsumtion av alkohol.

När det gäller både prestationsförmågan och den sexuella njutningen så påverkas män negativt, såtillvida att båda minskar, medan generellt det motsatta gäller för kvinnor. *"Relationship of alcohol use and risky sexual behavior: A review and analysis of findings"* (Journal of Adolescent Health 19 (5): 331–6) visar, när det gäller män, att såväl den sexuella upphetsningen som lättheten att få orgasm minskar med alkohol i kroppen. För kvinnor däremot, vilket *"Women, alcohol, and sexuality"* (Recent Developments in Alcoholism 12: 267–85) visar, så ökar såväl den sexuella upphetsningen som själva njutningen (orgasmen) med konsumtion av alkohol.