

Sex k životu na vozíku patří

Věra Schmidová: Nejsme vozíčkáři, ale muži a ženy na vozíku

Je sex na vozíku tabuizován právem? Určitě ne. Vždyť sex jako takový patří mezi základní pudy dané nám matkou přírodou (pud sebezáchovy, pud obživy a rozmnožovací pud). Jsou situace – např. těžký stres, nemoc či úraz –, kdy se může některý z pudů částečně utlumit. Člověk je třeba v důsledku velkého stresu schopen spáchat sebevraždu.

Rozmnožovací pud, potřeba sexu, se také může utlumit třeba v důsledku úrazu nebo vážné nemoci. Člověk nemá na sex chuť ani myšlenky. Alespoň z počátku.

Zamýšlím se nad tím, proč je sex lidí na vozíku něčím, o čem se nemluví, nepíše, co se nemedializuje? Snad je to částečně i proto, že vozíčkář je brán jako „člověk na vozíku“, a ne jako žena na vozíku nebo muž na vozíku. A to je velká chyba! Spousta zdravých lidí si také myslí, že člověk na vozíku je vždy i mentálně postižený. Jistě jste se sami setkali s tím, že zdravý člověk při kontaktu s vozíčkářem buď mluví na jeho doprovod, nebo začne mluvit hlasitěji, pomaleji s výraznou artikulací... Ne vždy, ale často se to stává, a to dokonce i ve zdravotnických zařízeních od personálu.

Nebojme se projevit chuť do života

Možná si za to někdy můžeme sami. Sedíme ve vozíku schoulení, uhýbáme pohledem. Nebojme se narovnat, sebevědomě se podívat každému do očí, usmát se na svět kolem! Ženy, nebojme se malovat, navonět, nosit sukně, výstřihy nebo přiléhavá trička. Nebojme se i na vozíku být trochu sexy, vyzývavé, ukazovat okolí, že jsme ženy! Co na tom, že na vozíku? I tak můžu být krásná, žádoucí, plná energie a chuti do života. Do života se vším všudy, tedy i s partnerem a se svou sexualitou.

Dále se o sexu lidí na vozíku částečně nemluví i proto, že my, vozíčkáři, sami často říkáme: jsme normální lidé, pouze nemůžeme chodit. A spousta lidí kolem nás si to vysvětlí tak, že jinak teda nemáme vůbec žádný problém a trápit nás nemůže nic jiného než to, že nemůžeme chodit. A tím pádem na nic jiného ani nemyslíme.

Na co potřebuješ chlapa...?

Je zajímavé, že pro lidi kolem nás je normální, že když máme hlad, musíme se najíst, ale když máme potřebu lásky



a sexu, to už normální není.

Sama se často setkávám s otázkami typu: „Na co potřebuješ chlapa?“ a „Proč se chceš vdávat?“ nebo „Proč chcete bydlet spolu? To nemůžete myslet vážně?!“... A bylo jich mnohem víc.

K vozíčkářovi z pohledu zdravých lidí prostě patří pouze rodiče a pečovatelka. Když partner, tak přece jenom proto, aby se o něho staral nebo si s ním povídal apod. Ale sex? Proč se nemluví o lásce a o sexu v souvislosti s člověkem na vozíku? Možná taky proto, že si to nikdo neumí představit.

Zkuste si klíčová slova zadat do vyhledávače a nic moc tam nenajdete. Pokud máte hodně trpělivosti a času, klikáte, zkoušíte, ale nic. Když vám dobrý kámoš poradí, dopracujete se třeba k diskusi na

téma sex na vozíku na Vozejkově, na Adaptii nebo na YouTube k videím. Ale pokud je mi známo, pouze v jednom rehabilitačním ústavu takové video svým vozíčkářům pouštěli. A právě takové „instruktační“ video by bylo pro mnoho lidí, nejen na vozíku, přínosem. Ocenili by to i jejich partneři, rodina či známí. Kdyby ho měli možnost zhlédnout zdraví lidé, hodně by pochopili a možná by se tak nebáli vztahu s vozíčkářem, možná by pochopili, že i sex k životu na vozíku patří.

K lásce patří sex

Ale pozor – není vozíčkář jako vozíčkář. Záleží na diagnóze, jestli jde třeba o některou formu obrny nebo svalové dystrofie, popř. o úraz (tady ještě záleží

na tom, jestli je to para nebo tetra, který obratel je poraněný, jestli došlo k úplnému přerušení míchy, úplné ztrátě citlivosti, jestli je to plegik nebo spastik atd.)

Co vozíčkář, to jiná omezení, jiné možnosti. Pak se stane, že jdeme pro rozumy a rady ke kamarádovi – taky vozíčkářovi – a jsme zklamní, když je to vše úplně jinak, než nám poradil.

Když člověk zůstane na vozíku, tápe, hledá, zkouší... Pokud má ovšem s kým, protože i navazování vztahů u lidí na vozíku je trochu jiné, problematičtější. Vozíčkář možná trochu častěji slýchá slova: jsi fajn kámoš, ale... Ale! Ten druhý neví, netuší, do čeho by šel, co by mohl čekat a co zas ne. Velká neznámá.

A vozíčkář zase zápasí s otázkou: říct tomu druhému o své inkontinenci, o svých problémech v sexuální oblasti, o omezeních (třeba v množství poloh, které vozíčkář zvládne), jak to říct? A kdy? Jak to ten druhý přijme? A přijme to vůbec? Neztrapní se? No jistě – nesnadná komunikace, co jiného? Otázek a problémů je víc než dost.

Myslím, že právě ti vozíčkáři, kteří už mají něco za sebou, by o tomto problému měli mluvit a psát. A tím naznačit cestu druhým, kteří netuší nebo prostě jen nemají fantazii, bojí se či se stydí. Kdo jiný o tom musí začít a rozhýbat stojaté vody než sám vozíčkář? Že se bojíme? Že se stydíme? Bát se? Čeho a proč? Vždyť nebyť sexu, nejsme tady ani my ani ti ostatní. Dělalí to naši rodiče, naši staří rodiče, dělají to naši sousedé, přátelé, známí, tak proč ne my?

A stydět se? Že se nám vysmějí, že nás odsoudí? Takových lidí se zeptejte – a vy to neděláte? Vy jste to nikdy nedělali? Vaši rodiče to nikdy nedělali? Jak jste se tady teda ocitli na tomto světě?

Rozhodla jsem se jít příkladem a zepat se několika vozíčkářů na jejich pocity



a problémy související se sexuálním životem. Byla jsem překvapená, jak byli sdílní. Anketa je samozřejmě anonymní, pouze s uvedením věku respondenta a jeho diagnózy.

ANKETA

■ MUŽ (37) – obrna

Já jsem měl vždy největší problém dostat holku do postele. Ne sbalit ji, strávit s ní hezké večery, povídat si s ní třeba i celé hodiny, líbat se s ní, mazlit se s ní... To ne. Ale potom se holky začaly vymlouvat a končívalo to slovy „jsi moc fajn, mám tě moc ráda, ale...“ Ale! Viděly ve mně jenom kamaráda a chtěly, aby to tak i zůstalo. Maximálně ještě tak na randění či mazlení. A ne snad proto, že bych nevěděl, kam sáhnout, kde pohladit, kam políbit, kde a jak polaskat jazykem.... Měl jsem co nabídnout. Viděly to, cítily to, věděly to. Přede hry byly dlouhé a krásné pro obě strany. Holky vzdychaly, vlnily se... Když ale přišla řeč na přesun do postele, dostaly strach, ony nevěděly jak dál, co bude a toho se bály. Myslím, že spíš zdraví lidé by potřebovali články, diskuse a videa o sexu vozíčkářů, ne my.

■ ŽENA (52 let) – po úraze hlavy – tetraparéza

Já měla vždy problémy s tím, jak a kdy říct partnerovi o své inkontinenci a problémech s tím spojených. Na tom vlastně ztroskotal každý můj vztah se zdravým klukem ještě dřív, než začal. Prostě jsem nevěděla, jak to říct a co vlastně říct, ale hlavně jsem se strašně styděla. Tak jsem raději vždy hned vykouvala a vztah ukončila. I když začínal hezky a nadějně. Nedala jsem zdravým klukům ani šanci ukázat, jestli by to pochopili, jestli by se s tím poprali, vyrovnali. Vína byla na mojí straně.

Pak jsem se seznámila s vozíčkářem a tento problém se řešit nemusel. Oba jsme věděli, že ten druhý má problémy velice podobné. Takže v tomto směru vidím ve vztahu dvou vozíčkářů výhodu, že mají hodně problémů podobných, a tím pádem se nestydí o nich mluvit. Naopak – připadá jim to normální. Ale jinak je takovýto vztah mnohem, mnohem těžší a náročnější, a to jak po fyzické, tak po psychické stránce. Je to pořádný záběr pro oba.

Fyzicky si často oba musí sáhnout až na hranice svých možností, třeba i při polohách při styku, zvláště pokud mají oba dost výrazná omezení svalová nebo vůbec při hybnosti. A teď nemyslím na žádnou gymnastiku, i běžné polohy dají pořádně zabrat.

A po stránce psychické – často chcete

tomu druhému vyhovět, vyjít vstříc, pomoci a ono to nejde, protože je to nad vaše síly (teď myslím na samotný sex, i na přede hry či mazlení). Chcete tomu druhému aspoň trochu udělat dobře, něco, co se mu líbí, co by se mu mohlo líbit, a fyzicky to nezvládnete, protože nemáte sílu. A to strašně člověka deptá psychicky. Takže si myslím, že vozíčkáři si toho sexu moc neužívají.

■ ŽENA (25 let) – paraplegie, L3

Jsem na vozíku od dětství, takže jsem se s ním doslova sžila. Mojí výhodou je, že mám silné a zdravé ruce a na horní polovinu těla plnou citlivost. Takže mazlení, hlazení, líbání, sání a kousání – to vše cítím, je to super, líbí se mi to a vzrušuje mě to.

Sex je běžnou součástí mého života a k životu ho potřebuji. Nikdy jsem s tím žádný problém neměla. Stálého partnera nemám, ne že by nebyl zájem, ale zatím se nechci vázat. Když chci chlapa, zajedu si do baru, nějakého sbalím a jde se na věc. Jestli prožívám orgasmus? Asi ano, já nevím, co cítí a co a jak prožívají zdravé holky, ale mně se to, co prožívám, líbí moc.

Po skončení aktu se vrátím do svého bytu, do svého klidu. Kluci s mým vozíkem většinou problémy nemají, možná proto, že je dopředu nažhavím natolik, že jim potom už nevadí vůbec nic.

Co se týče partnerů, vždy jsem měla jenom zdravé kluky – je to výhoda, pomůžou mi, přizpůsobí se, já se nemusím nijak omezovat, můžu myslet jenom na sebe a krásně si to užívat. Když se mi to s někým moc líbí, domluvíme se a zopakujeme to. Bez nějakých závazků. Zatím mi to tak vyhovuje.

Co se týče poloh – hybnost mám výbornou. Když mi kluk pomůže, přidrží mě, nazvedne mě, necítím se nějak omezená. A co se týče chuti, četnosti styků, já mám chuť často.

■ MUŽ (55 let) – kvadruple, C5

Úraz se mi stal v 16 letech a zkušenosti se sexem už jsem v tom čase měl, začínal jsem hodně brzy. Po úrazu nám v rehabilitačním ústavu pustili instruktážní video, po kterém nám mladý doktor řekl, že sval, který se nepoužívá, zakrní. A že tak je to i s penisem, že ho musíme trénovat a cvičit a záleží jen na nás, jak pevně to vezmeme do svých rukou. Tak jsem byl připraven, věděl jsem, co mě čeká. První sexuální zkušenosti už jsem tedy sbíral tam, v rehabilitačním ústavu.

Seznámit se s holkou a dostat ji do postele zpočátku problém nebyl. Dlouho a dobře jsem si je připravoval, tak šly

rády. Samozřejmě, že ne všechny. Některé dostaly strach a ucukly.

S přibývajícím věkem ale problémy začaly – stávalo se mi stále častěji, že hlava chtěla, ale tělo ne. Objevily se problémy se ztopořením. A taky s močovým měchýřem – když po mě holka chvíli poskákala, začal se měchýř ozývat. A přerušovaná soulož kvůli močení ... nic moc.

Jako mladý vozíčkář jsem se i oženil, ženě to mnoho let vyhovovalo, pokaždé byla spokojena i uspokojena. I když je to i pro ženu něco úplně jiného, takový sex s vozíčkářem. Ale orgasmus dosáhla vždy. I dvě děti jsme zplodili.

Co se mě týče, uspokojil mě pohled na ni, jak si to užívá, jak to prožívá. To je taky všechno, co z toho sexu mám já. Uspokojilo mě vědomí, že ona je uspokojena. Absolutně nic totiž necítím od krku dolů. Od úrazu jsem ale extrémně citlivý na krk a na tvář, vzruší mě i masáže krku a kousání uší. Vzruší, ale neuspokojí.

■ ŽENA (48 let) – paraplegie, L5

Sex jako takový mi nikdy nic neříkal a po úraze obzvlášť. Ale miluji a potřebuji cítit chlapeckou vůni, jejich blízkost, doteky jejich rukou, jejich sílu, živočišnost. To mě vzrušuje. Nemusejí se mě dotýkat na intimních místech, to ne. To ke spokojenosti nepotřebuji. Mně stačí, když se mě dotýkají kdekoli na mém těle. A když jsou blízko a můžu nasát jejich vůni.

Vyřešila jsem to velice jednoduše a elegantně – vyhlídnou si hezkého, silného, mladého maséra a jdu si nechat promasírovat celé tělo. Spojím příjemné s užitečným a je to krása! A navíc to prospěje mojí psychice i mému tělu.

■ MUŽ (37 let) – osteogenesis imperfecta

Vždy jsem měl strach, obavy z toho, jestli mě holka přijme takového, jaký jsem. Mám teď na mysli moje tělesné postižení. Přece jenom tělo mám trochu jiné než zdraví muži. Takže strach, jestli mě dívka bude mít ráda takového, jaký jsem. Až současná partnerka mě takto bere. Říká, že moje postižení vůbec nevnímá, že si to ani neuvědomuje. Měl jsem na ni štěstí, vím to. Všichni kamarádi i rodina mě od toho vztahu odrazovali. Často se totiž stává, že jakmile si holka uvědomí, že ten vozík u kluka a všechna ta jeho omezení jsou tady pořád, i za rok, za dva, za deset let, lekne se a chce mě pouze jako „fajn kámoše“.

Dnes už sex na vozíku není problém, osobně bych to ani jako tabu neviděl – jsou knihy, videa... Jenom musí mít člověk trpělivost a hledat, klikat, ptát se...

Moc se o sexu vozíčkářů neví, nemluví. Možná by to chtělo víc pustit na inter-

net, do knihkupectví, trochu to rozšířit mezi lidi. I zdraví lidi. Zvláště mezi ně. Vždy totiž záleží na tom druhém, na partnerovi. Musí mít rád sex, nesmí se vztahu s vozíčkářem bát. Jít do toho kvůli sexu a ne proto, že mu je toho vozíčkáře líto. Nebo proto, že se s ním dobře povídá.

Vzhledem k mé zvýšené lámovosti kostí je počet poloh u mě značně omezen, ale to je asi jediné omezení, co mám. Co se týče ztopoření, četnosti, chuti na sex – vše je jako u normálního muže. Spíš já uháním partnerku.

■ ŽENA (30 let) – spina bifi-da

Protože jsem na vozíku od dětství, nikdy mi v ničem nepřekážel, byl mou součástí, teda ani v seznamování mi nevadil. Dostat chlapa do postele taky nikdy nebyl problém. V čem mám problém, je to, kdy a jak partnerovi říct, že mám vývod a že z toho důvodu ani nesmím mít děti, i když po nich toužím.

Citlivost mám na celém těle kromě dolní části nohou úplně v pořádku a hybnost, díky tomu že neustále cvičím, taky. Takže pokud mám zdravého partnera, zvládnou v posteli téměř všechno. Samozřejmě kromě některých až gymnastických poloh. Vše ale záleží na partnerovi – když mi pomůže, přidrží mě, není problém.

Partnera jsem měla vždy zdravého, i v tom sexu je to pro mě s ním lehčí. Akorát zdraví kluci moc na trvalý vztah s holkou na vozíku nejsou (výjimka potvrzuje pravidlo). Rádi si zkusí, jaké to je, jestli je to jiné než se zdravou holkou, a pak utečou. Ale jak říkám – ne všichni jsou stejní. S nynějším partnerem už spolu žijeme delší dobu a výborně nám to klapě. I v tom sexu – náramně si ho užíváme oba, lítám od orgasmu k orgasmu, ale je fakt, že oproti vozíčkářům po úraze mám výhodu.

■ MUŽ (58 let) – paraplegie, Th 10

Od prsou dolů absolutně nic necítím. Že bych byl citlivější na té horní části těla, kterou cítím, říct nemůžu.

Kdysi jsem zkoušel všechno možné, prášky i injekce, ale zážitky a prožitky se rovnaly nule. Tak jsem to vzdal. Nenačítám v ničem skutečné vzrušení a uspokojení. Ke skutečnému sexu patří ztopoření a výstřik. Pokud k tomu nedochází, celé to stojí za houby a o skutečný sex se nejedná. A nějaké jiné metody (jako třeba orál...), ne. U mě nedochází ani ke ztopoření, nikdy z toho nic nemám, nic necítím. Proto jsem s celým sexem raději po několika marných pokusech skončil.

Mám kamarádky, je mi dobře v jejich přítomnosti, chodíme na procházky, ně-

kam si sednout, rád se s nimi pobavím, někdy možná nějaká pusa, pohlazení, ale to je tak všechno. Takto mi to stačí, takto mi to vyhovuje.

■ MUŽ (34) – kvadruparéza, C7

Měl jsem obrovské štěstí, že i když došlo k rozdrčení mého sedmého krčního obratle, k úplnému přerušení míchy nedošlo, částečně hýbu nohama i rukama. I citlivost mám zachovanou.

Jsem ženatý už pět let, máme děti. Manželku mám hodnou, chápající, trpělivou. O sex nebo spíš o nějaký styk jsme se začali pokoušet poměrně brzy po úraze, bylo mi to doporučeno ještě v rehabilitačním ústavu. Ve výběru poloh jsem značně omezen, no s manželkou to pomalu zkoušíme dál a dál, nevzdáváme to. Manželka mě zaručeně vzruší vždy, bez problémů. Co se týče ejakulace, tu nemám, ale k určitému uspokojení u mě dochází. Ani nevím, jak bych to popsal, ale je to velice krásný a příjemný pocit. Myslím celý ten sex a hlavně vidět manželku, jak to prožívá, jak si to užívá.

Žádné prášky, ani nic jiného jsem nezkoušel, nebylo to zapotřebí, takto nám to oběma stačí a vyhovuje. I výdrž je vcelku dobrá. A co se četnosti styků týče – ani s tím nemám problém. A kdyby problém byl, chlap má přece ještě prsty a jazyk, ne? S žádnou jinou partnerkou jsem to po úraze nezkoušel a ani nechci – manželku nade vše miluji.

*Text napsala a anketu připravila
Věra Schmidová*

*Neoznačené foto: Antonia Deutsch,
Senzuální masáž, 1991*

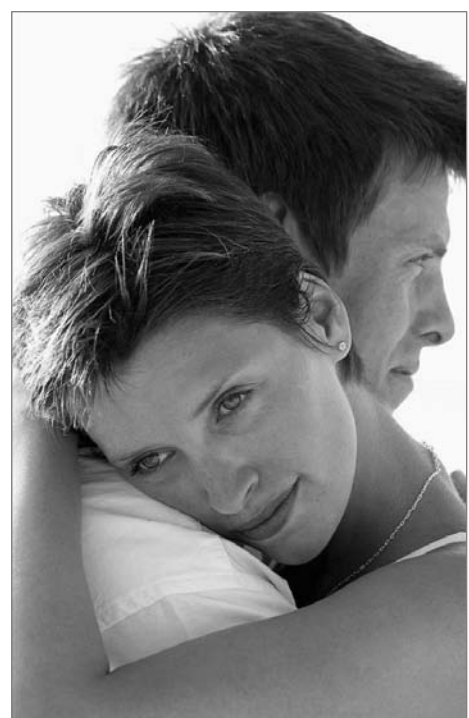


Foto: Microsoft Office