

TÌNH DỤC TRONG CƠN MÊ

Nếu bạn cho rằng không thể "yêu" trong khi ngủ thì hãy nghĩ lại. Có ít nhất 11 kiểu rối loạn giấc ngủ liên quan tới sex, gọi chung là *sexsomnia*. Chúng ảnh hưởng tới những người hoàn toàn khỏe mạnh về tâm lý - khiến họ tham gia vào những hành

Nếu bạn cho rằng không thể "yêu" trong khi ngủ thì hãy nghĩ lại. Có ít nhất 11 kiểu rối loạn giấc ngủ liên quan tới sex, gọi chung là *sexsomnia*. Chúng ảnh hưởng tới những người hoàn toàn khỏe mạnh về tâm lý - khiến họ tham gia vào những hành vi tình dục mà không hề hay biết vào ban đêm.

Carlos Schenck, chuyên gia tâm thần học tại Trung tâm rối loạn giấc ngủ khu vực Minnesota, Mỹ, và cộng sự đã nghiên cứu một loạt rối loạn hành vi liên quan tới giấc ngủ. "Bất cứ bản năng cơ bản nào cũng có thể xảy ra trong tình trạng ngủ say", Schenck nói.

Nhóm đã tìm kiếm các nghiên cứu liên quan đến giấc ngủ và hành vi tình dục từ năm 1950 đến 2006. Họ cũng thu thập dữ liệu từ một cuộc khảo sát Internet trên 219 người, trong đó 92% từng bị *sexsomnia*.

Kết quả cho thấy mọi người, hầu hết là đàn ông, đôi khi thủ dâm, gợi ý chuyện ấy với bạn đời và đạt cực khoái trong khi ngủ. Những người này thường không nhớ một tí gì về những gì mình đã làm khi tỉnh dậy và chỉ được biết nhờ bạn đời kể lại. Một số hành vi để lại hậu quả nghiêm trọng, chẳng hạn như khơi mào chuyện ấy với người bạn cùng phòng.

Những ai mắc phải các chứng rối loạn giấc ngủ, như mộng du, thì cũng dễ lâm vào tình trạng làm tình trong khi ngủ hơn. Tuy rằng hành động có thể gây xấu hổ nhưng nó không ám chỉ người đó gặp trục trặc về tâm lý; căn bệnh cũng dễ dàng điều trị bằng thuốc. Tuy nhiên, nếu ai đó nhận ra vấn đề mà không đi điều trị thì sẽ gặp nguy cơ lớn hơn, phát triển một trục trặc tâm lý khác như trầm cảm.

M.T.