

U Nemocnice 499/2, 128 08 Praha 2
www.vfn.cz

Praha, 3. 9. 2025

TISKOVÁ ZPRÁVA

Nutkavé sexuální chování dokáže zničit osobní i společenský život. Nové Centrum psychosexuální pomoci ve VFN nabízí konzultace i terapie

Časté a neodbytné myšlenky na sex, vytrvalé vyhledávání sexuálních podnětů, sex jako úleva od napětí, zároveň však nastupující pocity viny, stud a narušení běžného života. Až 24 % mužů mělo někdy v životě po dobu alespoň několika měsíců potíže ovládnout intenzivní sexuální touhu. Vyplývá to z dat celonárodního reprezentativního výzkumu sexuálního zdraví a well-beingu (CZECHSEX, intimitavcr.cz), na němž se podílel Národní ústav duševního zdraví i odborníci ze Sexuologického ústavu 1. LF UK a VFN. Řešení potíží nově nabízí Centrum psychosexuální pomoci.

Nejde o klasickou „závislost“

„Kompulzivní sexuální chování je v současnosti chápáno jako porucha regulace sexuálních impulzů, nikoli jako klasická ‚závislost‘,“ uvádí MUDr. Libor Zámečník, Ph.D., FEBU, FECS, MBA, primář Sexuologického ústavu 1. LF UK a VFN. Od roku 2022 je v Mezinárodní klasifikaci nemocí (MKN-11) vedeno jako Compulsive Sexual Behaviour Disorder (CSBD). *„Lidé s touto poruchou například nadměrně konzumují pornografii, mají nutkání provádět často masturbaci, využívají sex jako únik od stresu či nemocí, udržují sexuální kontakty s více partnery,“* dodává MUDr. Zámečník. Na rozvoji kompulzivního sexuálního chování se podílí biologické faktory (např. neurochemie dopaminu a serotoninu), psychologické vlivy (trauma, úzkosti, poruchy nálady) i kulturně-společenský kontext (digitalizace intimity či snadná dostupnost pornografie a sexuální interakce v on-line prostoru).

„Nová definice kompulzivní poruchy sexuálního chování zdůrazňuje, že samotná vysoká sexuální touha či častá sexuální aktivita nejsou nemocí – problémem se stávají tehdy, když člověk ztrácí nad chováním kontrolu, pokračuje navzdory negativním následkům nebo se k němu uchyluje i bez skutečného uspokojení,“ vysvětluje Mgr. Kateřina Klapilová, Ph.D., (ECPS) – vedoucí Centra pro sexuální zdraví a intervence NÚDZ, garant linky SexHelp a konzultant Centra pro psychosexuální zdraví Sexuologického ústavu 1. LF UK a VFN. Oproti předchozí verzi Mezinárodní klasifikace nemocí (MKN-10) se diagnóza přesunula z oblasti sexuálních dysfunkcí do kategorie poruch kontroly impulzů. Současné odborné pojetí také poukazuje na nevhodnost označovat tento stav jako „závislost na sexu“ nebo „závislost na pornografii“ a jeho zařazení mezi poruchy kontroly impulzů lépe vystihuje povahu obtíží a nastiňuje jiné možnosti intervence. *„Cílem je přesněji vymezit, kdy je potřebná odborná pomoc, a předejít nadměrnému patologizování lidské sexuality,“* říká odbornice.

Trendy ovlivňující sexuální život současné generace

Vnímání sexuality ovlivňuje v dnešní době mnoho nových faktorů. *„Došlo k digitalizaci intimity prostřednictvím on-line seznámk, sextingu, virtuálního sexu nebo AI erotických aplikací,“* uvádí příklady MUDr. Zámečník. V řadě západních zemí včetně Česka klesá reálná sexuální aktivita u mladých lidí, což je opět spojováno s rozvojem sociálních sítí, ekonomické nejistoty, úzkostí spojených se sexualitou a odkládáním partnerského života. *„Na druhou stranu zažíváme větší otevřenost k tématům genderu a sexuality, posouváme se také v pojetí sexuálního zdraví, kdy je kladen větší důraz na souhlas, kvalitu prožívání a psychickou pohodu,“* dodává Libor Zámečník. Stejně jako další specialisté na

U Nemocnice 499/2, 128 08 Praha 2
www.vfn.cz

Praha, 3. 9. 2025

TISKOVÁ ZPRÁVA

sexuologii však sleduje narůstající dopad projevů kompulzivního chování. „*Například nutkání neustále sledovat porno vede k tomu, že dotyčný ztrácí čas věnovat se práci i svému osobnímu životu,*“ říká sexuolog.

Z dat průzkumu CZECHSEX vyplynulo, že 3,1 % osob (4,3 % mužů a 1,6 % žen) popsalo, že pornografie je důležitou součástí jejich života, pro dosažení uspokojení museli postupně zvyšovat její spotřebu, pociťovali stres, pokud ji nemohli sledovat, měli potíže se sledování vzdát a kvůli konzumaci pornografie zanedbávali jiné aktivity. Tyto osoby lze považovat za přinejmenším ohrožené CSBD. Mezi mladými také roste časné vystavení pornografii. Ve věkové kategorii 18–25 let 21,5 % respondentů uvedlo, že poprvé viděli pornografii ve věku 12 a méně.

Nové Centrum psychosexuální pomoci ve VFN

Bezpečné, diskrétní a snadno dostupné místo pro řešení sexuálních potíží, včetně kompulzivního chování. S tímto záměrem bylo zřízeno nové Centrum psychosexuální pomoci při Sexuologickém ústavu 1. LF UK a VFN. Centrum bylo realizováno v rámci Programu podpory v oblasti zdravotnictví hlavního města Prahy pro rok 2025. Nejde tedy o centrum ve smyslu standardního centra definovaného Ministerstvem zdravotnictví, ale o specifickou formu nízkoprahové cílené péče. Jeho vznik je reakcí na akutní potřebu dostupné, specializované podpory pro osoby s problematickou sexualitou a problémy v intimní oblasti, která v současnosti v České republice nemá systematické řešení. „*Jedná se mimo jiné o mladistvé a dospělé s genderovou dysforií, osoby s parafilními preferencemi a rizikem delikventního chování, klienty s kompulzivní nebo jinak rizikovou sexualitou (např. problematické užívání pornografie či on-line chování), osoby v životní či partnerské krizi související s problémy se sexualitou i pro osoby se závažnými poruchami genderové identity. Budeme tu i pro jejich partnery/ky a blízké, kteří rovněž často potřebují odbornou podporu,*“ přibližuje MUDr. Zámečník.

Pro zajištění prvního kontaktu a snadné dostupnosti služeb funguje specifická e-mailová adresa: SexPomoc@vfn.cz. Tato možnost slouží jako první vstupní brána pro klienty, kteří se často nacházejí v psychosexuální krizi a potřebují anonymitu.

Zkušenosti s první terapeutickou skupinou s klienty s CSBD

V Sexuologickém ústavu 1. LF UK a VFN již od loňského roku pracují terapeutické skupiny pro pomoc se zvládáním problematického sexuálního chování. „*Pro klienty s kompulzivní poruchou sexuálního chování (CSBD) jsme od října loňského roku zajistili strukturovaný terapeutický skupinový plán složený z deseti sezení ve frekvenci 1x za 14 dnů a poté tři navazujících (follow-up) sezení ve frekvenci 1x za 30 dnů,*“ říká psycholog Mgr. Filip Šinkner ze Sexuologického ústavu 1. LF UK a VFN. Šlo o dobrovolníky, kteří prošli diagnostickým úvodním rozhovorem, zaměřeným na projevy kompulzivní poruchy sexuálního chování, a vyplnili sebehodnotící škály ohledně svého sexuálního chování a kontroly nad ním.

„*Čtyři z pěti klientů dokončili celý skupinový program a u všech z nich došlo k pozitivnímu posunu v porozumění vlastní sexualitě, přijetí vlastní sexuality, zvládání sexuálních impulzů a spokojenosti se schopností sexuální impulzy zvládat,*“ dokládá psycholog. Všichni klienti také uvedli, že po ukončení

U Nemocnice 499/2, 128 08 Praha 2
www.vfn.cz

Praha, 3. 9. 2025

TISKOVÁ ZPRÁVA

skupinového programu cítí, že jejich sexuální impulzy méně ovlivňují jejich každodenní život. Další běh skupiny je v plánu od nového roku a zájemci o účast se mohou hlásit na e-mail psychosexuologie@vfn.cz a do předmětu e-mailu napsat „Zvládání“.

Světový den sexuálního zdraví klade důraz na sexuální spravedlnost

S datem 4. září je spojen Světový den sexuálního zdraví (World Sexual Health Day), který od roku 2010 vyhláší a celosvětově propaguje World Association for Sexual Health (WAS) – organizace na podporu sexuálního zdraví jako základního lidského práva. Motto pro rok 2025 zní: „*Sexual Justice: What Can We Do?*“ – „*Sexuální spravedlnost: Co pro to můžeme udělat?*“ „Motto vyzývá k zamyšlení i praktickým krokům – od otevřeného dialogu o sexualitě přes podporu rovného přístupu k péči až po ochranu práv zranitelných skupin a vzdělávání o souhlasu a bezpečných vztazích,“ uvádí primář Libor Zámečník. „*Sexuologický ústav VFN se k letošnímu Světovému dni sexuálního zdraví připojuje zveřejněním edukačních materiálů na webu a sociálních sítích, zahájením kampaně k otevření nízkoprahového Centra psychosexuální pomoci a současně i nabídkou bezplatné anonymní on-line konzultace pro nové zájemce během září 2025,*“ informuje primář Zámečník.

O Všeobecné fakultní nemocnici v Praze

Všeobecná fakultní nemocnice v Praze (VFN) patří mezi největší nemocnice v ČR. Poskytuje základní, specializovanou a zvláště specializovanou léčebnou, ošetrovatelskou, ambulantní a diagnostickou péči dětem i dospělým ve všech základních oborech. Zajišťuje také komplexní lékařskou péči, včetně technologicky náročných příprav cytostatik nebo sterilních léčivých přípravků. Je zároveň hlavní výukovou základnou 1. lékařské fakulty Univerzity Karlovy v Praze a největším výzkumným medicínským pracovištěm v ČR.

www.vfn.cz

O 1. lékařské fakultě Univerzity Karlovy

1. lékařská fakulta Univerzity Karlovy je největší z českých lékařských fakult – navštěvuje ji přes 4500 studentů. Základními studijními programy jsou všeobecné a zubní lékařství, kromě nich nabízí fakulta studium dalších zdravotnických oborů, specializační a celoživotní vzdělávání a řadu doktorských programů. Každoročně absolvuje 1. LF UK více než 300 nových lékařů.

www.lf1.cuni.cz

Pro další informace:

Mgr. Marie Heřmánková, MHA, tisková mluvčí VFN v Praze, e-mail: marie.hermankova@vfn.cz, tel.: 224 962 074