

## عنوان مقاله:

تغذیه و تمایلات جنسی

## محل انتشار:

دومین کنگره سراسری خانواده و مشکلات جنسی (سال: 1384)

تعداد صفحات اصل مقاله: 7

## نویسندگان:

داریوش کوهی کمالی - عضو هیئت علمی گروه تغذیه دانشگاه علوم پزشکی ایران

مریم قادرپناهی - کارشناسارشد تغذیه

## خلاصه مقاله:

ارتباط بین تغذیه و میل جنسی در فرهنگها و جوامع مختلف از هزاران سال پیش مورد توجه بوده است و بعضی از غذاها ( همچون موز، هویج ، سیر و پیاز ... ) را بدون شواهد علمی با تمایلات جنسی مرتبط می دانستند . امروزه ارتباط بین این غذاها و میل جنسی از نظر علمی مشخص شده است . مثلاً مشخص شده است که هویج سرشار از بتا کاروتن می باشد که در کنترل تولید هورمونهای جنسی و ترشحات واژینال نقش دارد . روش پژوهش : در این پژوهش ما به مرور مطالعات مربوط به ارتباط مواد مغذی و غرائز جنسی پرداخته و مواد مغذی را در دو بخش مورد بررسی قرار داده ایم . بخش اول ، مواد مغذی هستند که در ساختن مواد شیمیایی سیستم عصبی و هورمونهای تقویت کننده غرائز جنسی در بدن نقش دارند و بخش دوم ، مواد مغذی که در اعمال و لذت جنسی و ارگاسم تأثیر دارند . تغذیه و تمایلات جنسی چنان رابطه تنگاتنگی با یکدیگر دارند که برای یک زندگی سالم جنسی استفاده از یک رژیم غذایی مناسب ضروری است

## کلمات کلیدی:

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/212329>

