

Недосыпание портит сексуальную жизнь

Утомленные тяжким трудом и плотным графиком деловых встреч, высокооплачиваемые сингапурские менеджеры признаются, что порой впадают в дрему в неподходящий момент, засыпая прямо во время любовных утех. Как показал опрос, проведенный среди специалистов высшего звена, один из 25 опрошенных оказывался в неловком положении, когда его "в разгар" интимной близости будила жена или возлюбленная. Причем чаще всего засыпают в подобной ситуации женатые и обремененные детьми мужчины в возрасте от 30 до 39 лет. Для того, чтобы избежать в будущем подобных щекотливых моментов, медицинские консультанты рекомендовали довести продолжительность сна до 8 часов с 6,6 часа у опрошенных, ложиться спать в одно и то же время и использовать спальню только для сна и секса, а не для приема пищи и работы. Спальная комната, согласно советам врачей, должна быть затемнена, прохладна и звукоизолирована. Перед сном не повредит также принять теплую ванну.

Автор: Артур Скальский © <http://www.ytro.ru/> ОБЩЕСТВО, МИР 👁 1656 23.05.2001, 14:28 📌 197
URL: <https://babr24.com/?ADE=64063> Bytes: 933 / 933 Версия для печати

👍 [Порекомендовать текст](#)

Поделиться в соцсетях:

Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:

- [Телеграм](#)

- [ВКонтакте](#)

Связаться с редакцией Бабра:

newsbabr@gmail.com

НАПИСАТЬ ГЛАВРЕДУ:

Телеграм: [@babr24_link_bot](#)

Эл.почта: newsbabr@gmail.com

ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

эл.почта: bratska.net.net@gmail.com

КОНТАКТЫ

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь

Телеграм: [@bur24_link_bot](#)

эл.почта: bur.babr@gmail.com

Иркутск: Анастасия Суворова

Телеграм: [@irk24_link_bot](#)

эл.почта: irkbabr24@gmail.com

Красноярск: Ирина Манская

Телеграм: [@kras24_link_bot](#)

эл.почта: krasyar.babr@gmail.com

Новосибирск: Алина Обская

Телеграм: [@nsk24_link_bot](#)

эл.почта: nsk.babr@gmail.com

Томск: Николай Ушайкин
Телеграм: @tomsk24_link_bot
эл.почта: tomsk.babr@gmail.com

[Прислать свою новость](#)

ЗАКАЗАТЬ РАЗМЕЩЕНИЕ:

Рекламная группа "Экватор"
Телеграм: @babrobot_bot
эл.почта: equatoria@gmail.com

СТРАТЕГИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО:

эл.почта: babrmarket@gmail.com

[Подробнее о размещении](#)

[Отказ от ответственности](#)

[Правила перепечаток](#)

[Соглашение о франчайзинге](#)

[Что такое Бабр24](#)

[Вакансии](#)

[Статистика сайта](#)

[Архив](#)

[Календарь](#)

[Зеркала сайта](#)