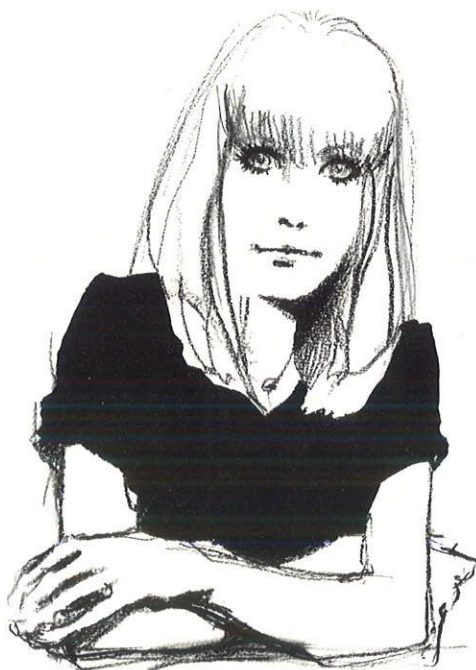


GEZONDE SEKS

Schrijfster/presentatrice Daphne Deckers geeft in VROUW magazine elke week haar kijk op het leven. In deze glossy schijnt ze haar licht op **zinderende zomers**.

In de zomer hebben mensen méér seks dan anders. Dat schijnt iets te maken te hebben met het gevoel van vrijheid, blijheid én met klotsende oksels. Bij warmere temperaturen zweet je namelijk meer, waardoor ook meer feromonen worden uitgescheiden: de mysterieuze seksuele lokstoffen die mensen met onzichtbare draadjes naar elkaar toe trekken. (Niet te verwarren met alcohol, hetgeen ook kan werken als een mysterieuze lokstof, maar dan meer in de zin van dat je 's ochtends met een houten kop wakker wordt en denkt: "Wie is dát?!") Maar volgens mij hebben mensen in de zomer ook meer seks omdat ze simpelweg minder kleding dragen. In de winter moet eerst die knetterende coltrui nog uit, en dan de prikkende maillot, en de gebreide onderbroek... Da's toch een ander gevoel dan dat je alleen maar het strikje van je bikinibroekje hoeft los te maken. Maar weet je wat ik nu zo opvallend vind? Er mag dan veel gesekst worden in de zomer, de daadwerkelijke baby's blijken in de winter te worden gemaakt. Wanneer je kijkt naar de geboortecijfers in Nederland, dan zijn die negen maanden na de kerstdagen het hoogst. Hoe zou dat komen? Misschien zijn we rond de kerst wel in de juiste stemming om Genesis 1:28 (Gaaf heen en vermenigvuldigt u) behoorlijk letterlijk te nemen. Of misschien is iedereen dan bevangen door het 'vrede op aarde'-gevoel; iets wat duidelijk geen rekening houdt met al die schoonmoeders die zich straks met de opvoeding komen bemoeien. In de zomermaanden heeft de Nederlander in ieder geval geen voortplantingsdrift, want juni, juli en augustus zijn de piekmaanden voor de



'Je hoeft alleen
maar het strikje
van je bikinibroekje
los te maken'

verkoop van condoms. Augustus blijkt ook nog eens de minst vruchtbare maand te zijn, gezien een flinke geboortedip in mei. Eén van de redenen hiervoor zou de temperatuur zijn. Zaadcellen houden niet van warmte; daarom bungelen ze ook in hun eigen koelboxje buiten het lichaam.

Maar die 'hitte' lijkt me in Nederland niet zo'n

probleem. Hier durf je zelfs in de zomer nauwelijks een buitenbruiloft te plannen met al die regen. De wisselende weersomstandigheden zijn overigens een prima reden om wat vaker van bil te gaan: seks schijnt erg goed te zijn voor je immuunsysteem. Dus in plaats van vitaminepillen slikken, zou je beter... nee, wacht – laat ik die zin maar niet afmaken. Regelmatige seks is ook goed voor de conditie van je hart. Je slaapt er beter van, je leeft langer en het schijnt zelfs effectief te zijn tegen hoofdpijn. Dat laatste weet ik zo net nog niet, want zeg nou zelf: als je al een bonkend hoofd hebt, dan zit je toch niet te wachten op nog méér gebonk-kebonk? Van sommige wetenschappelijke onderzoekjes weet ik sowieso niet wat ik er van moet vinden. Zo is seks dus goed voor je immuunsysteem, maar te véél seks schijnt dan weer nadelig te zijn voor je afweer. Maar wat is te veel? En valt slechte seks daar ook onder? Want daar kun je ook goed ziek van zijn.

Maar misschien bedoelen ze met te veel seks wel 'gymmen'; het begrip dat Patricia Paay lanceerde in haar biografie *La Paay*. Daarin schreef ze dat de jonge mannen van nu niet zozeer de liefde bedrijven, als wel "een stevig potje gymmen". Au, dat klinkt als iets wat gaat schuren. Wanneer je er talkpoeder bij nodig hebt, is het vast niet goed voor je afweer; ik denk dat dát een goede stelregel zou zijn. Tot slot nog een laatste opsteker: een universiteit in Schotland ontdekte dat mensen die regelmatig seks hebben, zeven tot dertien jaar jonger worden geschat. Dus laat die dure potten met antirimpelcrèmes maar in de winkel staan. Deze zomer laat je de natuur gewoon lekker haar gang gaan! ■