

Помоги ему!

Интимные проблемы у мужчины – вещь крайне деликатная. Но в этой ситуации многое зависит от тебя!



Евгений КУЛЬГАВЧУК
Врач-сексолог,
психиатр,
психотерапевт,
www.kulgavchuk.ru

Так называемые «осечки» происходят в жизни каждого мужчины. И ничего криминального в этом нет. Плохо другое – когда, «не справившись», мужчина не желает проявлять фантазию, ведь есть множество способов удовлетворить женщину! И все же каковы причины «неприятностей» и, главное, как помочь любимому?



ФОТО: SHUTTERSTOCK

Даже если что-то пошло не так, можно просто поваляться, сказав: «Ничего страшного, зайчик просто устал»

РАЗБИРАЕМСЯ В ПРИЧИНАХ: СЛИШКОМ УМНЫЙ ИЛИ МАЛОВАТО ТЕСТОСТЕРОНА?

*** Доступность женщины.** Для мужчины так важно хотя бы немного почувствовать себя охотником! Раньше ему приходилось тратить очень много усилий, чтобы завоевать женщину, сегодня – значительно меньше, а легко добытое его расслабляет.

*** Слишком много мыслей.** Умный мужчина – это замечательно, но чем выше у него интеллект, тем, увы, больше проблем в постели. Такие люди привык-

ли все просчитывать, а происходит это за счет снижения эмоциональности. И вот такой мыслитель вместо наслаждения пребывает в раздумьях: сможет он или нет. Единственный выход – научиться хоть иногда, но терять голову!

*** Увлечение мастурбацией.** При навязчивой мастурбации, так же как и при просмотре порнографии, у мужчины закладываются неправильные стереотипы поведения. Со временем мозг привыкает

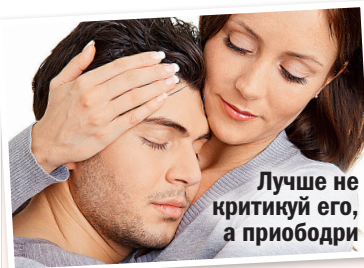
к специфическим механизмам «запуска», но ведь в постели другие движения и другие героини. Здесь он и сталкивается с проблемой.

*** Возраст и здоровье.** Конечно, недомогания и болезни влияют на сексуальную функцию. Кроме того, гормон тестостерон начинает снижаться после 30 лет. Но все-таки, обобщая случаи из моей практики, могу сказать: до 50 лет проблемы в постели в основном психического происхождения.

ЧТО С НИМИ ПРОИСХОДИТ?

*** Снижение влечения.** Постоянный стресс – не лучший друг мужчины. Его последствие – большое количество гормона пролактина, который, в свою очередь, снижает уровень тестостерона. А дальше по цепочке происходит нарушение по всем стадиям цикла – от эрекции до эякуляции.

*** Расстройства эякуляции.** Преждевременная эякуляция встречается и у молодых мужчин, не живущих регулярной половой жизнью. Запоздалая нередко говорит об усталости, неготовности или психологической дисгармонии.



Лучше не критикуй его, а приободри

ТЫ МОЖЕШЬ ОЧЕНЬ МНОГО!

*** Следи за ним.** Чаше напоминай, что всех денег не зарабатывать. Не перекармливай мужчину, иначе вместо «полового разбойника» в твоём доме поселится плюшевый медвежонок с пультом от телевизора.

*** Относись с пониманием.** Помни, твой партнер – не секс-машина и не может быть всегда готовым. Обижаясь на него в случаях фиаско («Ты меня не хочешь, значит, не любишь!»), ты лишь усугубляешь проблему.

*** Умей подстраиваться.** Если тебе кажется, что он специально затягивает ставший уже утомительным половой акт, скажи, что любишь его страстным и стремительным. А если гусар слишком быстр, возьми инициативу на себя. Лучший выход – позиция наездницы.

Масла для вас двоих



РОЗА ДАМАССКАЯ
Мощный афродизиак не только усиливает желание, но и улучшает состояние кожи, делая ее нежной и свежей.

ИЛАНГ-ИЛАНГ

Благотворно действует на сердечно-сосудистую систему, снижает высокое давление, придает коже упругость.



НЕРОЛИ
«Масло цариц и куртизанок», сильный афродизиак, имеющий эффект лифтинга. Помогает справиться с негативными эмоциями.