



Izvor: tportal.hr

Može li Viagra pomoći odgoditi ejakulaciju i time produljiti seksualni odnos? U posljednjem istraživanju objavljenom u magazinu *Sexual Medication* znanstvenici pretpostavljaju da je tako. Naime, znanstvenici su pregledali 14 studija koje su pratile učinke lijekova za erektilnu disfunkciju muškaraca, kao što su Viagra i Levitra, na preranu ejakulaciju. Jedanaest studija pokazalo je kako su ti lijekovi pomogli u produljenju vremena odnosa te odgađanju orgazma, piše *Men's Health*.

Znači li to da su znanstvenici pronašli čarobnu pilulu za odgađanje erekcije te cjelonoćni seks? Ne baš. Znanstvenici ističu, da iako je otkrivena ta korelacija, teško je razlučiti da li su ti lijekovi doista odgovorni za odgađanje ejakulacije s obzirom da većina studija rezultate nije usporedila s placebo efektom.

Ukoliko vas muči preuranjena ejakulacija te biste željeli produljiti trajanje samog odnosa, ne morate odmah posezati za tabletama. Prvo isprobajte određene tehnike koje bi uvelike mogle poboljšati seks i vama i vašoj partnerici.

Tehnika »stani-kreni«

Naučite prepoznati vrhunac uzbuđenja i, naravno, točku nakon koje više nema povratka. Započnite s penetracijom, no čim osjetite da ste preuzbuđeni i nadomak orgazmu, jednostavno se zaustavite i nemojte se micati jedno kraće vrijeme – stručnjaci preporučuju od pet do deset sekundi. Nakon toga nastavite s penetracijom. Ovaj trik možete ponoviti koliko god puta hoćete, a partnerici prethodno najavite kako bi se i ona zaustavila na vrijeme.

Tehnika stiskanja

Čim osjetite da se orgazam približava, zaustavite penetraciju i lagano stisnite područje odmah ispod glave penisa. Pritisak je najbolje usmjeriti na mokraćnu cijev, cijev koja prolazi uzduž donje strane penisa, a to bi učinkovito trebalo potisnuti dolazak ejakulacije. Ovu tehniku jednako tako možete ponavljati koliko želite i tako uživati u duljem seksu.

Tehnika s kondomom

Još jedan poprilično zgodan način za odgađanje ejakulacije svakako je upotreba kondoma koji su malo deblji te smanjuju osjetljivost. Naime, takvi kondomi sadržavaju lubrikant benzocaine koji će omogućiti da nekoliko minuta dulje uživate u čistoj strasti. No nešto treba imati umu: provjerite jeste li dobro okrenuli kondom jer će inače lubrikant završiti u vagini vaše partnerice, a željeni učinak će izostati.