

## Kiedy on kończy za wcześnie - PRZEDWCZESNY WYTRYSK



Wielu panów nie widzi lub nie chce widzieć problemu, jakim jest przedwczesny wytrysk, obawiają się bowiem, że tego typu niemoc i kłopot czyni z nich gorszych kochanków. Tymczasem nie powinna być to jakaś cecha wstydliva czy wprawiająca nas w zakłopotanie, bo jest całkiem naturalną kolejną rzeczą u prawie jednej trzeciej męskiego społeczeństwa. Przedwczesny wytrysk dotyczy głównie młodych mężczyzn, który dopiero zaczynają przygodę z seksualnością lub osoby, które nadmiernie się masturbują. W tej drugiej opcji dochodzi do swoistego rozstrojenia organizmu, rozregulowania go i w rezultacie zaniku prawidłowych bodźców reagujących na podniecenie. W wyniku tego organizm reaguje znacznie szybciej, niż powinien i niż sam mężczyzna by chciał.

**Jednak przyczyn przedwczesnego wytrysku jest** więcej: nadwrażliwość żołędzi, stres, niekontrolowane podniecenie i w końcu brak wiedzy o własnych reakcjach. Typowy mężczyzna może bez problemu nauczyć się kontrolować wytrysk, zwłaszcza kiedy jest w stałym i trwałym związku, nienarażonym na jednorazowe przygody seksualne. Ważna w tej sytuacji jest też rola partnerki, która powinna okazać wyrozumiałość i zrozumienie.

**Leczenie przedwczesnego wytrysku** można kierować drogą farmakologiczną (leki typu viagra) lub samemu podjąć odpowiednie ćwiczenia. W niektórych przypadkach pomaga zmiana pozycji seksualnej, w innych konieczne będzie zażycie kilku tabletek, jeszcze w innych wystarczy trening mięśni zwieraczy. Aby uniknąć ingerencji lekarza i konieczności przestawienia się na leki doustne, można też poprosić o pomoc partnerkę albo zastosować specjalne maści i żele opóźniające wytrysk, które czasowo znieczulają wrażliwość żołędzi członka.

---

Należy jednak pamiętać, że problem przedwczesnego wytrysku może dotknąć każdego mężczyznę, nawet takiego, który ma stuprocentowo udane życie seksualne. Ma to związek bowiem z konkretną sytuacją, stresem, depresją, a nawet czasowym zmęczeniem lub rozdrażnieniem.

[Zespół redakcyjny](#)

[Twój Lekarz - poradnik medyczny online](#)