

## **Đàn ông và phụ nữ đều bị suy giảm ham muốn tình dục theo thời gian. Tuy nhiên, hai giới có sự khác biệt về khả năng làm “chuyện ấy” khi đã về già.**

Ở phụ nữ, “chuyện ấy” ít được đề cập tới khi đã đến tuổi mãn kinh, với đàn ông, dường như “hạn sử dụng” trong chuyện chăn gối lại lâu hơn, thậm chí không có hạn.

### **Phụ nữ có thể quan hệ tình dục đến khi nào?**

TS.BS Nguyễn Phương Hồng, nguyên Giám đốc Trung tâm Nam học, Bệnh viện Hữu nghị Việt Đức, cho hay nam giới và nữ giới đều bị suy giảm ham muốn tình dục theo thời gian (tuổi già đi). Tuy nhiên, ở hai giới có sự khác biệt.

Ở phụ nữ, khi bước vào thời kỳ mãn kinh, các thay đổi ở trục nội tiết vùng dưới đồi - tuyến yên - buồng trứng xảy ra đột ngột, với biên độ lớn. Lúc này, các nội tiết tố sinh dục nữ sụt giảm đột ngột. Biểu hiện bên ngoài của hiện tượng này là người phụ nữ không còn kinh nguyệt.

Sau khi mãn kinh, người phụ nữ không thể sinh con và chức năng sinh lý (bao gồm ham muốn tình dục, khả năng giao hợp) không còn.

Tuy nhiên, để chiều và giữ chồng, chị em vẫn có thể quan hệ. Lúc này, họ phải dùng liệu pháp bổ sung nội tiết tố sinh dục nữ và các kem bôi trơn.



TS.BS Nguyễn Phương Hồng, nguyên Giám đốc Trung tâm Nam học, Bệnh viện Hữu nghị Việt Đức. Ảnh: BSCC.

### **Nam giới có khả năng 'yêu' vô hạn?**

TS.BS Hồng cho hay từ xa xưa, người ta đã nói một cách hình tượng: “Khi cắt vào đầu gối, còn thấy chảy máu, thì người đàn ông còn có ham muốn tình dục”.

Lý giải điều này, TS Hồng cho biết đối với nam giới, trong thời kỳ mãn dục, sự thay đổi ở trục nội tiết vùng dưới đồi - tuyến yên - tinh hoàn diễn ra từ từ, với một biên độ rất thấp. Chính vì vậy, thời kỳ mãn dục ở nam giới diễn ra rất dài, tỷ lệ testosterone trong máu giảm

dần và giảm rất ít.

Ở nhiều người, thời kỳ này có thể kéo dài đến khi chết. Do đó, sau tuổi trung niên, trong thời kỳ mãn dục, người đàn ông vẫn còn ham muốn tình dục, có khả năng quan hệ tình dục thực sự và có thể có con.

Tuy nhiên, theo chuyên gia này, tuổi càng cao, sự suy giảm ham muốn tình dục là điều không thể tránh khỏi. Để cải thiện chứng năng sinh lý cho cả hai giới, TS Hồng khuyến khích mọi người ăn uống khoa học như ít chất bột, ít chất béo, giàu chất đạm, nhiều rau xanh và hoa quả; có chế độ nghỉ ngơi giải trí phù hợp; tham gia tập luyện thể dục thể thao đều đặn, tùy thuộc vào sở thích và lứa tuổi. Người dân nên thực hiện kiểm tra sức khỏe định kỳ đều đặn và khi có các triệu chứng bất thường cần đến khám bác sĩ chuyên khoa.

*Theo Tri thức trực tuyến*