

Trong khi đó, sự kích thích liên tục sẽ kích hoạt hồi hải mã, nơi quản lý ký ức của chúng ta. Trong khi quan hệ tình dục, điều này có thể có nghĩa là liên tưởng đến cảnh và mùi với những lần quan hệ tình dục trong quá khứ, hoặc tưởng tượng về những cuộc gặp gỡ tuyệt vời nhất để cố gắng kích thích.

Tình dục ảnh hưởng đến hoạt động não của chúng ta theo những cách có thể tác động đến cảm xúc, độ nhạy cảm với cơn đau và thậm chí cả giấc ngủ. Quan hệ tình dục có thể mang lại niềm vui và sự phấn khích ngọt ngào, giảm bớt căng thẳng, lo lắng.

Đối với cả nam và nữ, kích thích và thỏa mãn tình dục đã được chứng minh là làm tăng hoạt động của mạng lưới não liên quan đến cảm giác đau và trạng thái cảm xúc.

Trong khi cơ thể đang được kích thích, não cũng vậy. Có một luồng hoạt động liên tục đến và đi từ bộ phận sinh dục và não, bao gồm cả việc giải phóng chất dẫn truyền thần kinh như dopamine và oxytocin.

Dưới đây là những gì đang xảy ra trong não của bạn, theo từng giai đoạn, từ giai đoạn trước khi kích thích (màn dạo đầu) cho đến sau khi ôm nhau.

1. Điều gì xảy ra ở não trong màn dạo đầu?



Tình dục làm tăng hoạt động của trí não.

Trước khi mọi thứ bắt đầu thực sự nóng lên, bộ não và cơ thể đã trực tuyến. Vỏ não cảm giác sinh dục, khu vực não chịu trách nhiệm giao tiếp qua lại với bộ phận sinh dục của bạn, bắt đầu hoạt động.

Ở phụ nữ, âm vật, âm đạo và cổ tử cung kích hoạt các phần não hơi khác nhau, Vùng đáy chậu (bẹn) cũng được kích thích trong quá trình kích thích âm vật, âm đạo hoặc cổ tử cung.

Vì mỗi bộ phận này có thể tự dẫn đến cực khoái, nên việc kết hợp kích thích ở nhiều hơn một trong những khu vực này có thể dẫn đến cực khoái mãnh liệt hơn. Đàn ông chỉ có thể đạt được cực khoái từ dương vật, có nghĩa là cũng có ít vùng não bị ảnh hưởng hơn ở phụ nữ.

2. Điều gì xảy ra trong não của bạn khi kích thích?

Khi mọi thứ bắt đầu trở nên nóng hơn và nặng nề hơn, và sự chạm vào dẫn đến kích thích, thùy trung gian phía trước của não sẽ bật lên. Đây là phần não chịu trách nhiệm khởi xướng hành vi tình dục.

Trong khi đó, sự kích thích liên tục sẽ kích hoạt hồi hải mã, nơi quản lý ký ức của chúng ta. Trong khi quan hệ tình dục, điều này có thể có nghĩa là liên tưởng đến cảnh và mùi với những lần quan hệ tình dục trong quá khứ, hoặc tưởng tượng về những cuộc gặp gỡ tuyệt vời nhất để cố gắng kích thích.

Các hạch hạnh nhân chi phối ham muốn tình dục của con người, bắt đầu thực sự tham gia khi một người trở nên kích thích hơn. Nó cũng hoạt động như một trung tâm kiểm soát tình dục, một khi các kích thích được chỉ định liên quan đến cảm xúc, chúng sau đó sẽ được truyền đạt đến vỏ não trước trán, nơi điều chỉnh ham muốn tình dục.

Trên thực tế, hạch hạnh nhân rất quan trọng đối với ham muốn tình dục, nên những tổn thương trên nó, chẳng hạn như trong hội chứng Kluver-Bucy, dẫn đến trạng thái bất thường, cuồng dâm.

3. Ngay trước khi đạt cực khoái...



Ảnh minh họa.

Khi bạn đạt đến cực khoái, không chỉ có bộ phận sinh dục của bạn đang hoạt động. Tiểu não - phần não kiểm soát chuyển động của cơ thể - gửi tín hiệu đến đùi, hông và cơ bụng để bắt đầu căng.

Chính sự căng cơ này sẽ góp phần tạo nên cực khoái bằng cách tăng lượng máu đến khu vực đó và tăng hoạt động của dây thần kinh. Ngược lại, sự căng thẳng này sẽ gửi tín hiệu trở lại não để được kích thích.

Vỏ não trước cũng tham gia vào cuộc vui trước khi đạt cực khoái. Phần não này, liên quan đến việc lập kế hoạch và suy nghĩ trừu tượng hơn, có thể chịu trách nhiệm khiến tâm trí bạn đi lang thang với những tưởng tượng về tình dục ngay trước khi bạn đạt cực khoái.

Cuối cùng, vỏ não trước, được cho là có liên quan đến việc điều chỉnh cơn đau, bật lên. Vai trò cực khoái của nó là ức chế cơn đau, để tất cả những gì bạn cảm thấy là khoái cảm.

4. Những gì xảy ra trong não trong và sau khi đạt cực khoái?

Nhưng khi quan hệ tình dục diễn ra đúng giờ, một số chất dẫn truyền thần kinh và vùng não khác sẽ tham gia nhóm. Vùng dưới đồi tiết ra oxytocin, chất gây ra các cơn co thắt tử cung ở nữ giới.

Oxytocin (hormone tạo cảm giác tốt) được tạo ra trong các tuyến yên của não khi quan hệ tình dục và sau đó được giải phóng ở vùng dưới đồi.

Ở nam giới, phần vùng dưới đồi liên quan đến ham muốn tình dục lớn hơn 2,5 lần so với ở nữ giới, đó là lý do tại sao nam giới quan hệ tình dục trên não nhiều hơn phụ nữ.

Vai trò của tuyến này bao gồm giải phóng các hormone khác, chẳng hạn như dopamine mà nó sẽ tiết ra vào thời điểm này. Nó cũng điều chỉnh nhiệt độ cơ thể (quan trọng khi mọi thứ trở nên nóng và nặng) và quản lý các hành vi tình dục. Dopamine cũng được giải phóng trong quá trình cực khoái, từ khu vực tegmental, giao tiếp với các phần khác của não để đánh giá mức độ thỏa mãn nhu cầu của con người.

Liên quan đến khoái cảm và ham muốn, việc giải phóng hormone tạo cảm giác dễ chịu này sẽ tác động lên hệ thống khen thưởng trong não - cùng một khu vực liên quan đến chứng nghiện ma túy và phản ứng của người Pavlovian. Đây là lý do tại sao chỉ cần nhìn thấy đối tác của bạn, hoặc một cử động nhất định có thể dẫn đến cực khoái. Bởi vì cơ thể có điều kiện để biết điều gì tiếp theo và muốn nó.

Nếu bạn đã từng cảm thấy mất kiểm soát trong khi đạt cực khoái, thì đó là do việc lên đỉnh đã tắt phần của vỏ não trước chịu trách nhiệm ra quyết định. Điều này có thể dẫn đến những cảm giác dường như không tự chủ như la hét to hơn dự định vào thời điểm cao trào hoặc chỉ cảm thấy táo bạo hơn trên giường.

Trong khi cả nam giới và phụ nữ đều có hormone vasopressin, có liên quan đến việc điều chỉnh động lực tình dục, mức độ của nó tăng đột ngột trong quá trình cương cứng và kích thích tình dục nam, dẫn đến tăng ham muốn nam giới tiếp tục tham gia vào hoạt động tình dục. Sau khi xuất tinh, các mức này giảm trở lại mức ban đầu. Vasopressin cũng có thể chịu trách nhiệm về bất kỳ cảm giác chiếm hữu nào mà chúng ta cảm thấy sau khi quan hệ tình dục - chức năng sinh học của nó là phát triển sự gắn bó.



Cả nam giới và phụ nữ đều có hormone vasopressin.

Sau khi đạt cực khoái: Ở cả nam và nữ, cực khoái báo hiệu hệ thống thần kinh đối giao cảm bắt đầu điều hòa/làm dịu cơ thể. Não bộ cũng tiết ra serotonin, chất giúp tạo ra tâm trạng tốt, thư giãn và cơn buồn ngủ.

Cả nam giới và phụ nữ đều có thể giải phóng oxytocin, mặc dù phụ nữ thường tiết ra nhiều hormone kết nối cảm giác tốt hơn. Nó cũng có thể giảm đau, có khả năng giúp giảm đau đầu sau khi quan hệ tình dục hoặc bất kỳ cơn đau nào do quan hệ tình dục thô bạo hơn (đồng ý).

Liệu chồng tôi có giả vờ lên đỉnh?

EvyShop - Nghi ngờ chồng giả vờ lên đỉnh khiến tôi cảm thấy hoang mang. Có cách nào phát hiện?