

Nếu làm “chuyện ấy” trong thời gian quá nhiều sẽ gây cảm giác mệt mỏi, uể oải, ảnh hưởng đến sức khỏe và công việc của cả hai người.

Chào bác sĩ. Em năm nay 27 tuổi đã có một con gái hai tuổi. Em đang lên kế hoạch thời gian tới mang bầu trở lại. Tuy nhiên thời gian này mỗi lần “sinh hoạt vợ chồng” em thấy rất mệt và cảm thấy kiệt sức, bởi chồng em quan hệ rất lâu và cứ kéo dài thời gian. Em không biết “quan hệ” dài như thế có ảnh hưởng đến sức khỏe không? Và “quan hệ” như thế nào phù hợp? Mong bác sĩ tư vấn giúp em. Em xin cảm ơn! (Nguyễn Diệu Hân)

Trả lời

Diệu Hân thân mến!

Tình dục kéo dài thường cũng là giải pháp cho các cặp vợ chồng ít có cơ hội được ở gần nhau vì điều kiện bắt buộc. Nhưng quan hệ tình dục nếu thực hiện quá nhiều lần hoặc kéo dài có thể gây tác động tiêu cực. Hậu quả của nó cũng tùy vào sức khỏe của mỗi người.

Trong quá trình giao hợp, việc cố kéo dài thời gian yêu, nín nhịn không xuất tinh, tinh dịch buộc phải đi theo đường khác. Cụ thể, chúng sẽ đi lên trên và chui vào bàng quang, hình thành xuất tinh ngược chiều, lâu dần hình thành phản xạ có điều kiện, dẫn đến vô sinh.



Mệt mỏi vì yêu quá dài ảnh hưởng đến cuộc sống (Ảnh minh họa)

Ngoài ra những việc thường xuyên kéo dài thời gian yêu, nín nhịn không xuất tinh dẫn đến các phản ứng sinh lí, chức năng vỏ đại não rối loạn, chức năng phóng tinh bị ức chế, lâu dần sẽ mắc bệnh không xuất tinh.

Trong những cuộc “yêu” quá dài và quá lâu dẫn đến bị đau ở cột sống. Để tránh làm ảnh hưởng đến cột sống, hãy thử các tư thế quan hệ mà không yêu cầu “độ khó cao” hoặc chuyển động quá tích cực. Massage hoặc tắm ấm có thể giúp giảm đau lưng do quan hệ tình dục.

“Yêu” quá dài sẽ gây khó chịu và đau đớn cho các cơ quan sinh dục, và phụ nữ thường gặp nhiều hơn. Sự ma sát của “cậu nhỏ” trên thành âm đạo quá lâu sẽ làm chất bôi trơn ít đi và có thể gây ra những vết trầy xước nhỏ trong các mô da ở âm đạo. Ngoài cơn đau, cũng thường xảy ra cảm giác bỏng rát. Để loại bỏ tình trạng này, bạn nên sử dụng một chất lỏng hoặc chất bôi trơn.

Bên cạnh đó sinh hoạt vợ chồng quá nhiều sẽ gây cảm giác mệt mỏi, uể oải, thiếu ngủ, ngáp vặt, khuôn mặt bơ phờ, thiếu tỉnh táo khi làm việc ảnh hưởng đến sức khỏe và công việc của cả hai người. Vì vậy, cần phải sinh hoạt phòng the một cách vừa phải, phù hợp với tuổi tác và thể trạng”.

Để có đời sống phòng the lành mạnh, viên mãn cần phải trung thực và cởi mở với bạn đời về mức độ làm “chuyện ấy” mà bản thân mong muốn và cảm thấy thỏa mãn.

Theo BS Hoa Hồng / Trí Thức Trẻ