

Những điểm nhạy cảm của đàn ông và phụ nữ không chỉ tập trung ở vùng kín. Bạn có thể đã bỏ lỡ rất nhiều khu vực khác để khơi gợi ham muốn tình dục của nhau. Hãy cùng vén bức màn bí mật về các điểm nhạy cảm này để cả hai có một cuộc yêu nóng bỏng nhé!

Bên cạnh thông tin về 7 điểm kích thích khiến chàng phát điên, bài viết cũng sẽ gợi ý cho bạn 5 điểm nhạy cảm của nữ giới để nàng lên đỉnh. Hơn nữa, những điểm nhạy cảm với kích thích tình dục của cả nam và nữ ít người biết cũng sẽ được đề cập.

Những điểm nhạy cảm dễ kích thích của nam và nữ

Có thể nói, vùng nhạy cảm nhất khi làm chuyện ấy chính là vùng kín. Thế nhưng, những điểm nhạy cảm của đàn ông và phụ nữ cũng có thể biến thành một mê hồn trận khiến bạn không biết chạm vào đâu mới thích!

Thay vì phó mặc cho sự ngẫu nhiên, bạn có thể tăng cơ hội đạt khoái cảm cho cả hai khi biết chính xác vị trí của các điểm nhạy cảm trên cơ thể. Hãy cùng khám phá bí ẩn của những điểm nhạy cảm có thể khiến cho cuộc yêu của bạn dễ lên đỉnh hơn.

>> Hãy đọc thêm: Hướng dẫn các tư thế khi quan hệ lần đầu

7 điểm kích thích khiến chàng phát điên



Điểm G của đàn ông nằm ở đâu? Những điểm nhạy cảm nhất của đàn ông (hay điểm G của nam giới) bao gồm: đầu dương vật, bao quy đầu, dây hãm bao quy đầu, bìu và tinh hoàn, đáy chậu và tuyến tiền liệt.

1. Điểm nhạy cảm ở nam giới: Đầu dương vật

Đàn ông thích phụ nữ sờ vào đâu? Đầu dương vật là một trong những điểm G của chàng. Nhờ có 4.000 đầu dây thần kinh, đây cũng chính là phần nhạy cảm nhất của dương vật.

Bí quyết cho bạn: Nếu chưa sẵn sàng thực hiện cách kích thích con trai bằng miệng, bạn vẫn có thể khiến chàng sung sướng với đôi tay khéo léo. Hãy mân mê đầu cậu bé khi bạn đang hôn chàng, khoái cảm sẽ nhân đôi đấy.

2. Điểm G của nam giới: Bao quy đầu

Điểm nhạy cảm của nam cũng là bao quy đầu chứa đầy các đầu dây thần kinh giúp tăng khoái cảm cho những người không cắt bao quy đầu. Lớp da mỏng này mang đến cơ hội trộn lẫn những cảm giác khác nhau khi được kích thích bằng tay hoặc bằng miệng. Đây là câu trả lời khá thú vị khi bạn nữ tìm hiểu xem điểm G đàn ông ở đâu.

Bí quyết kích thích bao quy đầu: Bạn có thể đơn giản trón bao quy đầu qua đầu “cậu bé” hoặc kéo xuống để kích thích điểm nhạy cảm một cách mãnh liệt hơn. Hãy thực hiện các thao tác nhẹ nhàng và kết hợp đầu bôi trơn nếu anh ấy thích.

>>> Hãy đọc thêm: Đàn ông thích gì khi quan hệ? Cách đơn giản kích thích điểm nhạy cảm của chàng

3. Điểm G đàn ông: Dây hãm bao quy đầu

Chỗ nhạy cảm của con trai nằm ở đâu? Một trong những điểm nhạy cảm này của đàn ông là dây hãm bao quy đầu, tác nhân chính gây ra cực khoái. Đây là mảnh da đàn hồi ở mặt dưới của dương vật và kết nối với bao quy đầu. Đi

Bạn có thể dùng tay hoặc miệng để kích thích điểm này. Hãy dùng bàn tay ôm nhẹ “cậu bé” và trượt lên xuống trực dương vật. Nếu dùng lưỡi, bạn đừng quên lướt qua điểm nóng này nhé. Tuy nhiên, bạn nên lưu ý nhẹ nhàng với bộ phận này để tránh tình trạng đứt dây hãm bao quy đầu.

4. Điểm nhạy cảm của nam giới: Bìu và tinh hoàn

Đàn ông thích phụ nữ sờ vào đâu? Bìu là nơi có những dây thần kinh siêu nhạy cảm luôn chờ đợi bạn vuốt ve. Bạn có thể nhẹ nhàng xoa bóp hai “hòn ngọc” (tinh hoàn) bằng tay hoặc hôn bằng miệng.

Bạn có thể chơi đùa với “hòn ngọc” khi thực hiện các tư thế quan hệ tình dục như: cowgirl (nữ ngồi trên), blow job (quan hệ bằng miệng), doggy (quan hệ đằng sau).

>> Hãy đọc thêm: 5 cách chơi đùa với “hòn ngọc” khiến chàng thích mê

5. Điểm nhạy cảm của nam giới: Đáy chậu

Đây là khu vực nằm giữa bìu và hậu môn. Bạn có thể tiếp cận điểm nhạy cảm này của đàn ông từ phía sau.

Bí quyết kích thích điểm nhạy cảm ở nam giới: Hãy chạm đến đáy chậu khi quan hệ bằng tay và chà xát nhẹ nhàng. Với lực tác động của ngón tay, bạn có thể đẩy nhanh cơn cực

khoái của chàng lên đến cao trào để chuẩn bị xuất tinh.

Cọ xát đáy chậu là cách kích thích ít thâm nhập hơn vào điểm G đàn ông ở hậu môn. Ngoài ra, bạn có thể tác động trực tiếp vào điểm G của nam ở hậu môn bằng cách đưa ngón tay/đồ chơi vào trực tràng sâu 5 cm.

6. Điểm g của con trai: Tuyến tiền liệt

Chỗ nhạy cảm của con trai nằm ở đâu? Tuyến tiền liệt có kích thước bằng hạt óc chó nằm ở gốc dương vật và có thể dẫn đến cơn cực khoái mãnh liệt. Bạn có thể kích thích tuyến tiền liệt bằng những ngón tay hoặc máy rung.

Để kích thích điểm G của đàn ông, bạn nhẹ nhàng đưa ngón tay hoặc máy rung vào trực tràng, tạo áp lực lên thành trước. Khi bạn đã tìm đúng vị trí, hãy giữ yên ở đó. Bạn có thể vuốt ve hoặc hôn “cậu bé” cùng một lúc để chàng đạt khoái cảm tối đa.

7. Bụng và rốn

Bụng và rốn là những khu vực cơ thể gần với vùng kín. Chàng sẽ cảm thấy kích thích khi được bạn vuốt ve những phần cơ thể này.

Bí quyết kích thích điểm nhạy cảm ở nam giới: Bạn có thể âu yếm bụng và rốn của chàng bằng nhiều cách khác nhau như dùng ngón tay, dùng lưỡi hoặc những vật dụng mềm mại khác. Để tăng phần kích thích, bạn cũng có thể dùng viên đá lạnh xoa nhẹ xung quanh bụng của chàng để tăng trải nghiệm.

5 điểm nhạy cảm trên cơ thể phụ nữ



Điểm nhạy cảm của phụ nữ nằm ở đâu? Những điểm nhạy cảm nhất của phụ nữ mà các đấng mày râu không nên bỏ qua bao gồm: vùng mu, âm vật, điểm A, điểm G và cổ tử cung.

1. Điểm nhạy cảm của nữ giới: Vùng mu

Vùng mu là gò thịt ngay phía trên âm vật, chứa rất nhiều đầu dây thần kinh được kết nối với bộ phận sinh dục. Khi bạn xoa bóp vùng mu theo chuyển động lên và xuống có thể gián tiếp kích thích môi âm hộ và âm vật.

Bí quyết gợi khoái cảm cho nàng: Nếu muốn thực hiện tư thế quan hệ bằng miệng, bạn hãy chuyển sang hôn vùng mu, sau đó dùng lưỡi kích thích điểm G này một cách nhẹ nhàng. Nếu bạn đang “tự sướng”, hãy xoa bóp hoặc dùng máy tạo rung để tăng hứng thú.

2. Điểm kích thích phụ nữ: Âm vật

Âm vật là một trong những điểm nhạy cảm trên cơ thể phụ nữ. Đây là điểm khoái cảm nhỏ xíu chứa đến hơn 8.000 đầu dây thần kinh và được bao bọc bởi một cái mũ tí hon.

Bí quyết kích thích điểm nhạy cảm của phụ nữ: Bạn hãy kẹp âm vật bằng ngón trỏ và ngón giữa và trượt nhẹ nhàng lên xuống. Nếu muốn tăng cường độ, bạn có thể sử dụng ngón tay chà âm vật với bằng áp lực nhẹ. Hãy thử nghiệm với nhiều hướng và nhịp độ khác nhau để mang đến khoái cảm cho nàng. Khi dùng lưỡi, bạn nên bắt đầu chậm rãi và sau đó tăng dần tốc độ và cường độ.

>> Đọc ngay: Âm vật là gì? Vị trí điểm kích thích âm vật ở nữ giới

3. Điểm nhạy cảm của nữ giới: Điểm A

Chỗ nhạy cảm của con gái nằm ở đâu? Vị trí của điểm A nằm ở phía dưới của cửa âm đạo và cũng chứa các đầu dây thần kinh nhạy cảm. Khi tiếp cận điểm A, bạn có thể dùng đầu ngón tay hoặc dương vật để thâm nhập vào âm đạo và tập trung áp lực vào thành trước trong khi trượt vào và ra.

4. Những điểm nhạy cảm trên cơ thể phụ nữ: Điểm G

Điểm G là một điểm nhạy cảm mà khi được kích thích có thể khiến phụ nữ đạt cực khoái. Bạn chỉ cần dùng đầu ngón tay hoặc một máy rung dạng cong để tiếp cận điểm G.

Bí quyết kích thích điểm G của phụ nữ: Bạn có thể xoay máy rung hoặc ngón tay của bạn hướng lên phía rốn và di chuyển xung quanh điểm G. Để cuộc yêu “trôi chảy” hơn, bạn có thể dùng chất bôi trơn.

>> Tìm hiểu thêm: Vị trí điểm G của phụ nữ nằm ở đâu? Cách tìm điểm G đưa nàng lên đỉnh

5. Vùng nhạy cảm trên cơ thể phụ nữ: Cổ tử cung

Một người cần được kích thích đầy đủ để tận hưởng cảm giác kích thích cổ tử cung, vì vậy mà bạn không nên bỏ qua màn dạo đầu.

Bất kỳ tư thế quan hệ tình dục nào thâm nhập sâu đều có thể tiếp cận vùng nhạy cảm này. Bạn có thể thử tư thế doggy để kích thích dễ hơn. Cảm giác cực khoái cổ tử cung cũng tương tự như cực khoái toàn thân khi quan hệ tình dục.

Tổng hợp điểm nhạy cảm của nam và nữ

7 điểm kích thích khiến chàng phát điên gồm có:

1. Bao quy đầu
2. Bao quy đầu
3. Dây hãm bao quy đầu
4. Bìu và tinh hoàn
5. Đáy chậu
6. Tuyến tiền liệt
7. Bụng và rốn

5 điểm kích thích khiến nàng mê mên lên đỉnh gồm có:

1. Vùng mu
2. Âm vật
3. Điểm A
4. Điểm G
5. Cổ tử cung

Những điểm nhạy cảm ở nam và nữ thường bị lãng quên

Những điểm nhạy cảm ở nữ và nam có thể tỏa rộng thành nhiều khu vực. Dưới đây là một số vùng nhạy cảm thường bị bỏ lỡ mà có thể bạn không hề biết.

1. Da đầu



Da đầu là nơi chứa đầy đủ các dây thần kinh, thậm chí động tác luồn các ngón tay nhẹ nhàng vào tóc cũng có thể khơi gợi cảm xúc. Đây là một cách giúp bạn gửi tín hiệu muốn làm chuyện ấy khi cả hai đang tâm tình.

Bí quyết quan hệ: Bạn có thể lướt đầu ngón tay của bạn trên da đầu đối phương, xoa nhẹ vùng phía sau tai và ngay trên cổ. Bạn cũng có thể dịu dàng kéo mái tóc để kích thích làn sóng khoái cảm trong cơ thể.

2. Vành tai

Với làn da nhạy cảm ở bên ngoài và hàng trăm thụ thể cảm giác ở bên trong, tai có thể đứng đầu danh sách những điểm nhạy cảm mà ít người biết.

Bí quyết quan hệ: Bước vào màn dạo đầu, bạn hãy thử nhẹ nhàng hôn, dùng lưỡi kích thích, hoặc cắn nhẹ vành tai của đối phương. Bạn cũng có thể thì thầm những lời nói yêu

thương hoặc thổi vào tai bạn đòi một cách nghịch ngợm.

>> Bạn có thể tìm hiểu thêm: Bạn nên nói gì khi làm chuyện ấy?

3. Cánh tay và nách



Những điểm kích thích thường bị bỏ lỡ

Bạn cho rằng vùng nách không thể gọi cảm? Nếu vậy thì bạn đã bỏ lỡ một trong những điểm nhạy cảm trên cơ thể đàn ông và phụ nữ rồi đấy!

Bạn có thể vuốt ve hoặc hôn nhẹ nhàng từ vùng trong cánh tay lên đến vùng nách của đối phương. Cách khơi gợi này rất dễ gây nhột nên sẽ khiến đối phương bật cười, sau đó là cảm giác cơ thể nóng dần lên theo cuộc yêu.

Bí quyết kích thích điểm nhạy cảm: Để tạo nên một cuộc yêu bất ngờ, bạn có thể ôm người ấy từ phía sau. Trong khi mơn man phía sau gáy và cổ, hãy luôn bàn tay của bạn vào bên trong cánh tay đối phương. Nếu thích nghịch ngợm một chút, bạn có thể dùng lưỡi để tăng phần kịch tính.

4. Bên trong cổ tay

Khu vực bên trong cổ tay chứa nhiều mạch máu nên rất nhạy cảm. Đây là một cách gửi tín hiệu yêu tinh tế khi hai bạn đang ngồi trò chuyện cùng nhau.

Bí quyết quan hệ: Bạn có thể bắt đầu bằng cách vuốt nhẹ những ngón tay của đối phương, sau đó tiến dần vào cổ tay trong. Hãy đan xen các ngón tay với nhau khi đang ân ái, bạn sẽ cảm nhận như hai cơ thể hòa quyện lại làm một!

5. Lòng bàn tay và đầu ngón tay

Các đầu ngón tay là những điểm nhạy cảm nhất của đàn ông và phụ nữ. Trước khi cùng nhau lên giường, hầu hết các mối quan hệ đôi lứa đều bắt đầu bằng những cái nắm tay!

Bạn có thể đặt bàn tay của bạn dưới bàn tay của đối phương với lòng bàn tay hướng lên trên. Hãy dùng ngón tay trở khê chạm vào lòng bàn tay người ấy. Nếu muốn tình cảm mặn nồng hơn, bạn nên kết hợp với ánh mắt thật dịu dàng nhé.

Bí quyết kích thích bạn tình: Nếu muốn tăng mức độ “khêu gợi”, bạn có thể thử đưa từng ngón tay của đối phương vào miệng và nhẹ nhàng cắn yêu.

6. Rốn và bụng

Đây là vùng gần bộ phận sinh dục nên sẽ có tác dụng kích thích mạnh mẽ hơn. Đặc biệt rốn là một trong những điểm nhạy cảm nhất trên vùng bụng mà bạn có thể kích thích theo cách riêng của mình.

Bạn có thể dùng ngón tay, lưỡi hoặc chiếc lông để lả lướt thành những vòng xoáy tròn quanh rốn. Hãy hôn khắp vùng bụng trong khi đối phương đang hạnh phúc ngất ngây... Nếu thích cảm giác mới mẻ, bạn có thể chơi đùa một chút với đá lạnh.

Bí quyết quan hệ: Khi muốn “tự sướng” một mình, bạn cũng có thể bắt đầu bằng cách vuốt ve vùng rốn. Trải nghiệm này có thể giúp bạn thư giãn ngay cả khi không có bạn đời hỗ trợ đấy.

7. Lưng dưới

Các dây thần kinh của cột sống ở vùng lưng dưới được kết nối với xương chậu hoặc các điểm nhạy cảm ở phía sau. Điểm nhạy cảm nằm ở khu vực xương cụt (phần cuối của cột sống).

Bí quyết quan hệ: Bạn chỉ cần chạm nhẹ vùng nhạy cảm ở lưng dưới để khơi gợi cảm giác thích thú. Khi đối phương nằm sấp, bạn có thể lả lướt khu vực này bằng đôi môi, lưỡi hoặc chiếc lông mềm mại. Khi muốn táo bạo hơn, bạn có thể sử dụng kết hợp đồ chơi tình dục như máy rung (vibrator), con lăn (pinwheel)

8. Đằng sau đầu gối

Đây là một trong những khu vực thường bị bỏ quên nhất nhưng cực kỳ nhạy cảm khi bạn chạm vào. Đôi lúc, bạn cũng có thể khiến đối phương cảm thấy hơi nhột.

Bí quyết điểm nhạy cảm của nam và nữ giới: Bạn có thể tiếp cận điểm nhạy cảm này bằng cách massage từ hông lan dần xuống khu vực sau đầu gối. Nếu chuẩn bị cho tư thế oral sex, bạn có thể hôn từ chân lên vùng sau đầu gối và đến vùng kín của đối phương.

Chủ đề liên quan

- Điểm G của nam giới ở đâu? Cách kích thích điểm G của đàn ông
- Điểm G của phụ nữ ở đâu? 8 cách chạm đến điểm G ở cơ thể phụ nữ
- 10 cách kích thích núm vú để bạn tình lên đỉnh

Những điểm nhạy cảm quen thuộc trên cơ thể đàn ông

và phụ nữ



Một số điểm nhạy cảm của đàn ông và phụ nữ có thể ai cũng biết. Tuy nhiên, vẫn có một số khu vực nhạy cảm sẽ khiến bạn ngạc nhiên.

1. Chỗ nhạy cảm thường gặp: Vùng cổ

Bạn có thể chạm vào cổ đối phương khi đang trò chuyện. Ngay cả những cú chạm nhẹ nhất ở cổ cũng có thể khiến toàn bộ cơ thể bạn râm ran. Bạn có thể vòng tay ôm lấy đối phương, lướt nhẹ ngón tay từ gáy lên sau tai. Hãy hôn một cách dịu dàng hai bên và phía trước cổ trước khi di chuyển đến đôi môi.

2. Miệng và môi

Nụ hôn không chỉ là biểu tượng của tình yêu mà còn mang đến nhiều lợi ích sức khỏe: giảm các cơn đau, xua tan stress, đốt cháy calo... Hôn sâu là một nghệ thuật mà bạn có thể dùng để tỏ tình, tán tỉnh hay dụ dỗ người ấy cùng... lên giường. Đây chính là một dấu hiệu kinh điển nhất chứng tỏ hai bạn đã sẵn sàng bước vào một cuộc yêu nóng bỏng.

Bạn có thể hôn phớt vào môi trên, trêu đùa một chút bằng những nụ hôn hăng hực khiến đối phương càng thêm khao khát. Sau đó, bạn chuyển sang nụ hôn sâu hơn với những chiếc lưỡi chạm vào nhau. Hãy cẩn nhẹ lưỡi của đối phương để tăng sự kích thích.

>> Có thể bạn quan tâm: 4 kỹ thuật hôn lưỡi kích thích điểm nhạy cảm của đối phương

3. Quàng vú và núm vú

Ngực chính là một trong những vùng nhạy cảm phụ nữ thích chạm vào nhất khi làm tình. Núm vú được kích thích sẽ khiến một khu vực trong não sáng lên như khi vùng kín được kích thích.

Để khơi gợi ham muốn từ điểm nhạy cảm của phụ nữ, bạn có thể hôn phớt nhẹ nhàng xung quanh núm vú và dùng lưỡi mơn trớn khu vực này. Trong khi đó, bạn đừng quên dùng tay massage nhẹ nhàng bầu ngực bên kia nhé.

>> Hãy đọc thêm: Phụ nữ xuất tinh khi làm tình thế nào?

Không phải chỉ phụ nữ mới cảm thấy phấn khích khi được hôn vùng ngực. Ngay cả đàn ông cũng rất khao khát điều này. Có thể nói, đây là một trong những vùng nhạy cảm rất dễ kích thích khiến cả hai muốn tiến xa hơn nữa.

4. Điểm kích thích phổ biến: Đùi trong



Khu vực đùi trong rất gần với vùng nhạy cảm cuối cùng nên thậm chí chỉ cần một hơi thổi nhẹ cũng có thể khiến người bạn run lên vì bị kích thích.

Bí quyết kích thích điểm nhạy cảm của bạn tình: Bạn có thể luồn các ngón tay xuống phía trước đùi. Sau đó, từ từ di chuyển vào trong trong khi bạn hôn môi, cổ và ngực của đối phương. Khi bạn đã sẵn sàng để đến gần “cô bé” hoặc “cậu bé” hơn, hãy hôn nhẹ nhàng khu vực bên trong đùi.

5. Lòng bàn chân và ngón chân

Điểm áp lực ở dưới cùng của bàn chân có thể làm tăng lưu lượng máu và tăng cường cảm giác kích thích khi tác động với lực vừa phải. Bạn có thể bắt đầu khơi gợi những điểm nhạy cảm bên dưới cơ thể bằng cách massage chân.

Bí quyết kích thích điểm nhạy cảm của bạn tình: Hãy dùng hai tay nắm quanh chân, một tay bên trên còn một tay đặt dưới lòng bàn chân. Bạn bắt đầu massage từ các ngón chân đến phần trên mắt cá chân rồi từ mắt cá chân trở xuống ngón chân. Bạn xoa vòng tròn theo hai hướng ngược nhau từ các ngón chân đến phía trên mắt cá chân và trở xuống.

Cơ thể của chúng ta chứa đầy những điểm nhạy cảm đang chờ đợi được khám phá. Hãy dành thời gian để tìm hiểu những tuyệt chiêu kích thích mang đến khoái cảm cho bản thân và bạn đời. Sau đó, bạn hãy sẵn sàng bước vào cuộc “yêu” nồng nhiệt để cả hai cùng lên đỉnh nhé!

