

Dấu hiệu lên đỉnh của chàng và nàng có nhiều điểm khác biệt đáng kể, dù cả hai đều trải qua 4 giai đoạn trong chu kỳ đáp ứng của cơ thể khi quan hệ tình dục. Vậy khi đàn ông lên đỉnh có biểu hiện gì? Làm sao nhận biết đàn ông lên đỉnh?

Quá trình mà cơ thể bạn trải qua khi được kích thích và khi quan hệ được gọi là chu kỳ đáp ứng tình dục. Các nhà khoa học thường chia chu kỳ này của con người thành 4 giai đoạn từ khi khơi dậy ham muốn cho đến giai đoạn thoái trào. Cả nam và nữ đều trải qua tất cả các giai đoạn nhưng chỉ khác nhau về thời gian.

Đàn ông lên đỉnh trong bao lâu? Theo các chuyên gia về sức khỏe tình dục, trong bước cuối cùng trong 4 giai đoạn của chu kỳ đáp ứng tình dục, đàn ông có thể đạt cực khoái chỉ sau 2 - 3 phút thâm nhập âm đạo, trong khi phụ nữ có thể mất đến 15 phút.

Hãy cùng tìm hiểu khi đàn ông lên đỉnh có biểu hiện gì và các giai đoạn trong chu kỳ đáp ứng tình dục ở cả hai giới ngay sau đây.

>>> Đọc thêm: Các tư thế làm tình khiến chàng say đắm

Lên đỉnh là gì?

Để biết khi đàn ông lên đỉnh có biểu hiện gì, bạn cần biết thế nào là lên đỉnh. Từ lên đỉnh được xem là cách gọi thông thường để chỉ khái niệm cực khoái trong quan hệ tình dục. Lúc này, cảm giác khi lên đỉnh của đàn ông được mô tả là ở trong trạng thái sung sướng, cảm giác tê rần cả thân người và thỏa mãn sau mỗi lần quan hệ tình dục hoặc thủ dâm.

Khi đàn ông lên đỉnh có biểu hiện gì?

Làm sao để biết chàng lên đỉnh? Đàn ông lên đỉnh thường có 5 biểu hiện dễ nhận biết sau đây:



1. Dấu hiệu lên đỉnh của chàng: Xuất tinh

Khi đàn ông lên đỉnh có biểu hiện gì? Có thể nói dấu hiệu lên đỉnh ở nam rõ nhất là hiện tượng xuất tinh. Khi đạt đến cao trào, tinh dịch sẽ được giải phóng ra ngoài. Dù vậy, cũng có trường hợp chàng đã lên đỉnh nhưng lại không xuất tinh hoặc nam giới xuất tinh ngay cả khi chưa lên đỉnh. Khi gặp phải tình trạng này, nam giới nên đến gặp bác sĩ để tìm hiểu nguyên nhân và có cách khắc phục.

Ngoài xuất tinh, bạn cũng có thể nhận biết đàn ông lên đỉnh khi quan hệ tình dục qua các dấu hiệu sau:

2. Dấu hiệu lên đỉnh ở nam: nhịp tim, nhịp thở nhanh khi giao hợp

Giai đoạn cực khoái là lúc nhịp thở, nhịp tim và huyết áp tăng cao nhất trong 4 giai đoạn. Bạn hoàn toàn có thể cảm nhận được nhịp đập và nhịp thở rất rõ của chàng khi hai người ân ái.

3. Dấu hiệu lên đỉnh của chàng: “Đưa đẩy” với tốc độ nhanh và mạnh

Khi đàn ông lên đỉnh có biểu hiện gì? Khi sự cực khoái càng đến gần, tốc độ làm tình và cường độ tác động của chàng tăng đáng kể. “Cậu nhỏ” cũng có xu hướng thâm nhập sâu hơn trong âm đạo. Dù hoạt động liên tục nhưng nam giới không hề thấy mệt mỏi mà ngược lại còn rất thỏa mãn.

4. Mắt nhắm mồm màng tận hưởng

Khi đàn ông lên đỉnh có biểu hiện gì? Dấu hiệu lên đỉnh của chàng cũng dễ nhận thấy khi chàng ở trạng thái mồm màng, tận hưởng sự dồn dập bên cạnh hơi thở gấp gáp. Nếu để ý, bạn hoàn toàn có thể thấy chàng như đang trong cơn mê cùng sự thỏa mãn tối đa trong việc tận hưởng cảm giác khi lên đỉnh của đàn ông cả về thể xác và tinh thần.

>>> Đọc thêm: Khi hôn nhau con trai có bị kích thích không?

5. Dấu hiệu lên đỉnh của chàng: Rên rỉ, bật ra thành tiếng

Khi đàn ông lên đỉnh có biểu hiện gì? Khi đạt cực khoái, đàn ông có thể rên rỉ, kêu la, thậm chí là khóc hoặc chửi thề. Bạn không cần quá lo lắng khi thấy anh ấy phát ra những âm thanh lạ khi lên đỉnh, những điều này cho thấy anh ấy đang rất sung sướng và thỏa mãn.

Tìm hiểu về 4 giai đoạn chu kỳ đáp ứng tình dục

Giai đoạn 1: Ham muốn

Giai đoạn này thường bắt đầu trong vòng 10 đến 30 giây với các hành động âu yếm, cử chỉ tình tứ và có thể kéo dài từ vài phút đến nhiều giờ tùy sở thích, ý muốn của cặp đôi đó.

Lúc này dương vật đàn ông sẽ cương cứng. Với người nữ, núm vú cũng có thể trở nên căng cứng.

Sự ham muốn của phụ nữ được thể hiện qua những dấu hiệu như âm đạo to ra và rộng hơn.

Vách âm đạo tiết ra một lượng lớn chất nhờn khiến cho âm đạo luôn ẩm ướt, hai lớp môi bé và môi lớn cũng to hơn và ngực bắt đầu sưng lên.

Nhịp tim, huyết áp và nhịp thở ở cả 2 người đều nhanh hơn.

Giai đoạn 2: Kích thích

Đây là giai đoạn nối tiếp sau giai đoạn ham muốn và là bước đệm để chuyển sang giai đoạn thứ ba.

Trong giai đoạn này, dương vật của người đàn ông càng cương cứng hơn và tinh hoàn được kéo lên trên.

Với nữ giới, biểu hiện rõ nhất là các môi âm đạo trở nên lớn hơn. Đoạn trên và giữa của âm đạo được mở rộng, còn 2/3 đoạn dưới của âm đạo thì co chặt lại. Âm vật có dấu hiệu co lại. Môi âm hộ hai bên cũng trở nên sẫm màu hơn (mặc dù hơi khó nhận biết). Đối với phụ nữ chưa có con, môi lớn chuyển từ màu hồng sang màu đỏ tươi. Ở những phụ nữ đã có con, màu sắc sẽ thay đổi từ đỏ tươi đến tím đậm. Dấu hiệu màu sắc có thể thay đổi tùy ở mỗi người do đặc điểm sắc tố vùng âm đạo khác nhau.

Lúc này cả hai người thở và tim đập rất nhanh. Da bụng, ngực, vai, cổ hoặc mặt nóng đỏ. Cơ bắp ở đùi, hông, tay và mông sẽ căng lên cũng như bắt đầu co thắt.

>>> Đọc thêm: Cách làm đàn ông lên đỉnh để chàng luôn thêm khát chuyện ấy với bạn

Giai đoạn 3: Cực khoái



Đàn ông lên đỉnh khi nào? Đó là khi cơ thể họ bước vào giai đoạn 3 – cực khoái trong chu kỳ đáp ứng tình dục. Đây là giai đoạn cao trào và cũng có khoảng thời gian ngắn nhất trong 4 giai đoạn (chỉ vài giây).

Khi bước vào giai đoạn này, dấu hiệu đàn ông lên đỉnh khi quan hệ là tinh dịch tập trung tại niệu đạo, làm phát sinh cảm giác cực khoái và có hiện tượng xuất tinh từ dương vật. Đồng thời, dương vật cũng bắt đầu co rút.

Ở phụ nữ, 1/3 âm đạo có dấu hiệu co rút mỗi 8/10 giây. Số lượng và cường độ của sự co rút tùy thuộc vào cực khoái mỗi người. Các cơ của tử cung cũng co nhưng hầu như không đáng kể.

Nam và nữ giới đều có nhịp thở, nhịp tim và huyết áp tiếp tục tăng. Cơ sẽ căng và ứ mạch máu đạt tới đỉnh điểm. Đôi khi tay và chân sẽ co nắm như một phản xạ tự nhiên của cơ trong lúc “lên đỉnh”.

Giai đoạn 4: Thỏa mãn

Đây là giai đoạn các chức năng sinh lý trở về với trạng thái nghỉ ngơi bình thường và những phản ứng cuối cùng của cơ thể ở giai đoạn này có thể kéo dài trong vòng vài phút đến nửa giờ hoặc lâu hơn. Giai đoạn thỏa mãn ở phụ nữ thường ngắn hơn, và có thể nhanh chóng tiếp tục quan hệ để đạt được nhiều cực khoái.

Dương vật của người đàn ông sẽ trở lại trạng thái bình thường và không cương cứng trong một khoảng thời gian nhất định. Lượng thời gian “nghỉ ngơi” này sẽ khác nhau theo độ tuổi, thể chất và các yếu tố khác.

Với phái nữ, tử cung và âm vật cũng trở lại vị trí bình thường. Một số người có thể được bạn tình kích thích thêm và đạt cực khoái bổ sung.

Cùng những hiện tượng trên thì đồng thời cả hai đều thấy các bộ phận giảm sưng, vùng đỏ biến mất và các cơ được thả lỏng.

Những nguyên nhân thường gặp khiến nam giới khó lên đỉnh



Có thể thấy, trong một cuộc giao hợp, không khó để nhận biết khi đàn ông lên đỉnh có biểu hiện gì. Mặc dù vậy, trong một số trường hợp, người đàn ông của bạn có thể khó hoặc không thể đạt cực khoái do những nguyên nhân thường gặp sau đây:

Lo lắng, căng thẳng

Nam giới thường xuyên bị căng thẳng hoặc có nhiều sự lo lắng trước khi bước vào cuộc yêu có thể khó hoặc không thể lên đỉnh.

Lạm dụng thủ dâm

Người nghiện thủ dâm có nhiều nguy cơ gặp phải các vấn đề về sức khỏe thể chất lẫn khả năng sinh hoạt tình dục. Nam giới lạm dụng thủ dâm trong thời gian dài sẽ giảm ham muốn tình dục và khó lên đỉnh.

Sử dụng chất kích thích khiến nam giới khó lên đỉnh

Hành vi uống nhiều bia, rượu hoặc dùng chất kích thích trước khi quan hệ có thể làm giảm khả năng cương cứng dương vật. Từ đó khiến nam giới khó đạt cực khoái như ý.

Nam giới khó lên đỉnh do mắc một số bệnh lý

Các bệnh lý ở tuyến tiền liệt, suy giáp, thần kinh hay tim mạch hoặc các dạng rối loạn tâm lý là yếu tố ảnh hưởng trực tiếp đến đời sống tình dục của nam giới. Từ đó khiến các chàng khó lên đỉnh trong mỗi cuộc yêu.

Hy vọng bạn đã hiểu rõ khi đàn ông lên đỉnh có biểu hiện gì. Nắm được các biểu hiện con trai khi lên đỉnh và các giai đoạn trong cuộc yêu. Bạn có thể giúp họ tận hưởng nhiều hơn, và chính bạn cũng hiểu rõ cơ thể của mình như thế nào. Hãy tham khảo nhiều “kỹ năng ân ái” để luôn làm mới đời sống tình dục của mình.

>>> Đọc thêm: Hình ảnh tư thế 69 và các tư thế quan hệ kéo dài cuộc yêu