

Tôi năm nay 22 tuổi. Khoảng hơn một năm nay tôi và bạn trai dọn về sống chung với nhau. Thường chúng tôi “yêu” nhau khoảng 6 lần trong một tuần và cảm thấy sức khỏe vẫn tốt.

Xin cho tôi hỏi tần suất quan hệ như vậy có phải là quá nhiều không? Có phải là biểu hiện của nghiện sex không? - (Thu Phương).

Trả lời:

Độ tuổi của em là 22, theo công thức tính tần suất quan hệ tình dục thì trung bình 8 lần trong một tuần. Đây chỉ là công thức tính trên sách vở, trên thực tế còn dựa vào nhiều yếu tố khác như sức khỏe, sự hòa hợp trong đời sống vợ chồng...

Trong trường hợp của em, quan hệ 6 lần trong một tuần là nằm trong giới hạn bình thường. Điều quan trọng em không thấy mệt mỏi sau khi quan hệ, đây là yếu tố cho thấy em không có vấn đề gì về sức khỏe.

Giải thích cho em, khái niệm “nghiện sex” không có nghĩa là quan hệ tình dục quá nhiều. Ví dụ một cặp vợ chồng trẻ tuổi mới cưới trong tuần trăng mật có thể quan hệ nhiều lần, thậm chí nhiều lần trong một đêm thì đây vẫn là bình thường. Nghiện sex là khi em thấy lúc nào trong tâm lý cũng nghĩ tới sex và không thấy thỏa mãn sau khi quan hệ.

Chuyên viên tâm lý Trần Đăng Thảo
Văn phòng tư vấn TT&T, Đài 1088 TP HCM