

Cách “yêu” để cả hai vợ chồng cùng lên đỉnh

Khi bạn biết mình đã mãn nguyện nhưng người phụ nữ vẫn chưa có được cực khoái, bạn có băn khoăn mình xuất tinh quá nhanh không?

Kéo dài thời gian xuất tinh có thể tăng khoái cảm làm cho nam nữ nếu có được sự mãn nguyện. Vì vậy ngoài một số kỹ xảo tình dục ra, lựa chọn tư thế cũng rất quan trọng.

Cuộc sống tình dục cũng là một dạng vận động

Có nghiên cứu chứng minh, sinh hoạt tình dục là một cách vận động rất tốt, mỗi tuần có 3 lần quan hệ tình dục, trong 1 năm có thể tiêu đốt 7500kalo nhiệt lượng, tương đương với 75 dặm đi bộ. Lựa chọn tư thế đúng sẽ giúp cả hai vợ chồng có được cực khoái chứ không chỉ nam giới mới có, ví dụ như tư thế nữ ở trên, tư thế dựa vào tường, tư thế song song và tư thế từ phía sau.

Tư thế từ phía sau

Hiện nay tư thế từ phía sau đã trở thành một trong những tư thế “giao hợp” thịnh hành nhất. Tư thế này đã dần dần dung hòa vào trong cuộc sống tình dục của mỗi cặp vợ chồng.

Khi quan hệ tình dục, tư thế sau này sẽ làm cho dương vật vào sâu phía trong, đồng thời tăng cường độ kích thích, rất nhiều người cũng đồng ý rằng cực khoái trong cuộc sống tình dục sẽ đến chậm hơn và càng mãnh liệt hơn, giúp kéo dài thời gian xuất tinh trên mức độ nhất định.



Tư thế song song

Nếu bạn chỉ muốn quan hệ tình dục kiểu thân mật nhưng không mãnh liệt, tư thế này sẽ rất thích hợp với bạn, bởi vì cường độ hoạt động của tư thế này nhỏ, mức độ mãnh liệt hạn chế. Ưu thế của tư thế này nằm ở cả quá trình quan hệ tình dục cần rất nhiều cách “thủ công” và sẽ giúp kéo dài thời gian xuất tinh ở một mức độ nhất định.

Tư thế dựa vào tường

Không cần những tiếng rên rĩ khi “yêu”, chỉ cần một bức tường và dịch chuyển địa điểm “yêu” đến đó sẽ giúp kéo dài thời gian yêu và có cực khoái cho cả hai vợ chồng. Ngoài ra, tư thế này còn giúp tiêu đốt chất béo rất tốt.

Tư thế nữ ở trên

Tư thế này phụ nữ hoàn toàn chủ động, thích mạnh hay nhẹ đều tự mình điều chỉnh, tư thế này luôn giúp cho phụ nữ có được cực khoái theo kiểu mình mong muốn chứ không phải chờ đợi từ người khác, đồng thời còn giúp tập luyện cơ thịt ở lưng và cơ thịt phần bụng, là một cách giảm nhiệt lượng rất tốt.