

大女小男 秋水共长天一色

他年轻健壮,皮肤紧致完美,你却总免不了对自己的身体感到自卑。亲密时,你感觉床上布满了各种放大镜和探照灯,担心赘肉和表情纹等白天被包裹得严严实实的小细节会被他看在眼里,甚至爱爱时不敢完全卸装,因为害怕他发现岁月背后的真相。

建议 有时身体的所谓“不完美”是你“告诉”男人的。其实爱爱中的男人并没有你想像的那么在意你的皮肤是否够白,腿是否太粗……是女人自己总唠叨,久而久之男人也就认为确实是你说的那样了。建议你停止挑剔自己,男人没你想像的那么“视觉动物”。

在你还没有对自己的身体产生足够的自信之前,可以尝试在爱爱时调暗卧室灯光,或者干脆换一盏光线比较柔和的台灯,帮助你放松心情,更专注地享受亲密生活。

他的体力是前任的两倍,但你收获的快乐却没有同倍上涨,很大的原因在于你的比较心理——和过去人的比较常常让大女成了床上的林黛玉——感伤、追忆逝水年华中的昨日之性。他鲁莽,你会想念过去的体贴;他时间不够久,你会怀念过去的马林松。过去的总是最好的,那些过去的恋人以及激情、记忆仿佛把杂质一一过滤,剩下的都是完美。

建议 生活中我们需要提醒自己应该时刻活在当下,爱爱更是如此。你要做的是:①不要在床上有意无意



21 世纪是绝对的“她世纪”。越来越多的“大女小男”组合,让两性关系进入了更多元的时代。性学家宣称:从身体的契合度上来说,女大男小是绝佳的组合。但人毕竟不只是身体动物那么简单,颠覆过去习以为常的两性相处模式,也意味着要面对一些崭新的问题。

把他和过去的恋人做比较。②如果有不满足,可以和他沟通。小男天生不是敏感精灵,如果你不说,他永远不会懂。③与其抱怨,不如改变与塑造他。熟女的价值也正在此:如果他是一张白纸,不是正好提供给你画画的空间吗?

小男往往因为经验不足而更喜欢用蛮力,以为只有自己变成“永动机”,女人就会感到满足,然而他不知道这样却忽视了你情感上慢热的需要。每一场爱爱完事后,他恨不得立即以百米赛跑般的速度冲洗、入睡。床就是小男另外一个运动场,留下意犹未尽的你无限怅惘。

建议 先别急着抱怨,要知道他绝对只是个渴望立功表现的“年轻战

士”,出大力只是希望能带给你更棒的享受。你需要做的是教他慢下来。看看电影《朗读者》中的大女是如何调教小男的,他急不可耐,她就是那剂温柔的缓冲剂,只要稍加调教,小男就会是个很默契、很给力的枕边人。

至于后戏,就不必强求完美了。如果他要睡,就让他握着你的手一起睡吧。告诉他,女人需要的不是“此性绵绵无绝期”,而是即使结束,还能感受到男人的关爱。

小男仿佛一夜七次郎,可是大女明显体力不如从前了。小男体力上的优势你匹敌不了,每晚苦于应付他一次次的进攻,高潮却不一定每次都能如约而至。更让人无法接受的是,某天夜里醒来,你看见他居然在自慰!

你懊恼又愧疚:“难道是我不够合格,才让他变成一个手工业者吗?”

建议 偶尔分开睡是一个不错的选择。小男的身体太敏感了,不能从体力上消灭他的欲望,至少从外界的环境上减少一些对他的刺激。其次,学习一下男人对性充满热情的实际行动吧——开始规律运动能让你的身体更加充满活力,平时多做括约肌训练,你对自己身体的把控能力会更强。

大女还可以和小男坦诚沟通:爱爱要从重量过渡到重质。与其草率地做一千次爱,不如绵绵细致地做一次销魂无穷尽。所以,根本性的解决方案就是帮助他从性爱的“快餐派”过渡到“艺术派”。

小男们通常是床上的“探险一族”,仿佛性爱中的哥伦布,总渴望发现“新大陆”。可是,很多大女却只愿意守望着过去的性爱家园,不愿轻易开拓疆土半步。每次他提出尝试一些新的性方式,你总是习惯性地抗拒。

建议 小男们之所以会让熟女心动,有一部分的魅力来源于他给生活带来的新意和惊喜,爱爱当然也是其中的重要部分。当小男们乐于成为床上的探险家时,你其实也可以尝试打开自己的身体与心灵,说不定也能从这个过程中发现另一重的冒险之乐。其实,只要是在安全的前提之下,没有什么是不可以去尝试的。

你努力扮演床上淑女,等待被对方“开发”,无论年龄几何,也要回到“纯真年代”,却不知道小男之所以选择你,看重的可不是伪装的青涩,而是有着更大方坦白甚至渴望被驾驭的心理预期。

建议 大女在心智和性技巧方面的更高成熟度才是吸引小男们的杀手锏。所以,藏而不露地主动掌控亲密生活的大局,坦白而准确地告诉他你喜欢的爱爱方式,才是化被动为主动的床上双赢法。 曾子

【枕边心事】

摆脱“手工业劳动”

他说他与我爱爱的快感永远比不上自慰的快感。说也就说吧,可他偏偏要在做完之后再自慰一把,弄得我现在对夫妻间这件事兴趣全无。

男人也许都喜欢自慰的高潮,但这并不意味着他们不需要女人,自己一辈子自娱自乐地过。如果他下次再有余力自慰,你也可以自慰三五次给他看,反正女人可以多重高潮,男人却没几个一夜七次郎。

我和老公在一起,如果是他主动进攻,便能持续很长时间,如果我稍微激情点,他立刻就“结束”。为了避免这种情况发生,他总让我乖乖躺着别动,可我讨厌像个死尸一样一动不动。

他是身体体会到你动就速射,还是看到你动就缴枪?如果是前者,那他早泄,是病,得治;如果是后者,关上灯,你就随意吧。

我有个好闺蜜,一次和她一起出去旅游,同睡在了一张床上,有一瞬间我对她的美好身材产生了很邪恶的想法——我很想抚摸她缎子一样的肌肤。可是我有男朋友啊,太可怕了!难道我有同性恋或者双性恋的倾向?

看到漂亮的东西,每个人都有想摸一摸碰一碰的想法。这念头没那么邪恶,你能意识到自己这样的状况,证明你还是一个地地道道的直女。放心摸一摸吧,只要她回摸你的时候,你别害怕她是双性恋就行。

他只要一戴上套套,小弟弟立刻就软了,好像被套套制服了一样。不是说套套有延长时间、坚挺小弟弟的作用吗,怎么到他这里就起作用了呢?

戴套就软的男人是习惯了无套内射的优待而被惯出来的,当然也可能是你们使用的安全套大小不合适。

最近阴茎会自动排出异物,时不时刺痛,小便的时候也隐隐作痛。我没有女朋友,很久没有性生活了,怎么会这样呢?

一个没有女人监督的单身汉,手部卫生堪忧,若过度手淫,会增加生殖器的负担,容易造成细菌感染。建议你先去医院检查尿常规。

17 岁湛江女孩在夜间遭受数十名男子轮奸,其中大部分竟是未成年在校生。这让我联想到加拿大一个 17 岁女孩两年前遭到 4 个男生轮奸,因为男生未成年而没有遭到起诉,之后有人把轮奸的照片传出来,女孩忍受不了羞辱而自杀。

施害人因为没有成年,不需要像成年人那样,为自己的行为付出代价——这样的法律对受害者以及他们的家庭是否公平?最新消息:加拿大当局迫于国际压力,决定重新调查上述案件,尽管施害者未成年。



【避孕百科】

结扎并不可怕

“一环二扎”,已成流传甚广的“口号”。其实,避孕方法因人而异,了解避孕知识,选择科学的避孕方法,才是对自己负责,才是“知情选择”。这也是我们这个栏目设立的初衷。

那么,我们就来简单了解一下,到底什么是“结扎”?它到底可不可怕?

通常,人们称绝育术为“结扎”,其实“结扎”只是绝育术的一类。除了结扎,女性绝育术还有切断、电凝、环夹或药物堵塞输卵管等方法,使精子与卵细胞不能相遇,从而达到节育的目的。

绝育术至今已有近 200 年的历史,自 1823 年输卵管绝育术被首次提出,到 1881 年美国首先应用于人体,至 1939 年传入我国。输卵管绝育的方法不下 100 余种,但目前临床实际采用的是 10 余种经过长期检验、

安全可靠的方法。因此,可事先向医生咨询,选择最适合自己的身体状况的节育术。

绝育术最大的优点就是意外妊娠率低(平均约 0.1%),而且现在可采用腹腔镜进行微创手术,简便易行,术后恢复快。所以说,绝育术绝不是“豺狼虎豹”,而是“一劳永逸”——当然,必须在有资质的医疗机构进行绝育手术。

不过,尽管目前的节育方法是安全、可靠的,但绝育术毕竟不是一次性(如避孕套)或短期性(如口服避孕药)的避孕方法。绝育术后,虽然可以进行“复通”,但恢复生育率并非 100%。因此在选择绝育术前要完全做到“知情选择”,还需充分考虑家庭、子女等多方因素,由夫妻双方共同参与决定。

下期预告:“男扎”,男人的责任

烟枪过瘾“枪械”失灵

上海诚凯男性性功能康复治疗中心 朱国田

上个月门诊时,我见到了一张熟悉的面孔——32 岁的李先生,他曾在去年年初来医院治疗过阳痿(勃起功能障碍)。当时经我诊治,李先生恢复的情况非常好。因此,当再度见到李先生前来就诊时,我很诧异。

当我问起李先生病情时,他的表情很沮丧,在一旁的妻子小沈忍不住插话:“他就是自己搞坏身体的!朱医生,去年本来我都要和他闹离婚了,结果最后的疗效却给了我一个惊喜!我们原本计划今年要个孩子。可是他烟不离手,一根接一根,我让他别抽了,他非但听不进去,还跟我吵架。结果现在又出问题了。”

我告诉李先生,抽烟对男子的勃起功能有很大影响。长期吸烟使阴部内动脉和阴茎海绵体动脉发生硬化和狭窄,显著减少对阴茎的血供应量。缺少血源,加上性神经传导受影响,阴茎怎么能充分勃起?此外,香烟中的有害物质会破坏睾酮的制造,影响到男人的性激素水平。



李先生一脸悔恨地要求我按照上次的治疗方案治疗,我拒绝了他,因为阳痿的治疗方案也要根据实际的病因和病情来制定,去年的病情不等于现在的病情,阳痿治疗最忌“一方到底”。

我安排李先生做了阴茎血流图检测、德国 Wiest 阴茎海绵体肌电检测等检查,检查后我发现李先生的阴茎静脉供血不足、盆底肌松弛、性激素水平也不达标。在参照精确检测数据的基础上,我为他运用我院发明的 86-10 性功能康复治疗仪,以负压吸引、气动按摩等多项物理治疗方式,达到扩张阴茎动静脉血管、激活海绵体动力的目的,辅以性激素干扰治疗和盆底肌训练治疗,以改善李先生的海绵体供血,并恢复他的勃起功能。

治疗很快起效。两个疗程之后,李先生再度康复。在为他高兴的同时,我告诫他务必要开始戒烟,抽烟害人害己,有百害而无一利。