



Tình trạng xuất tinh sớm, đau trong lúc giao hợp, hoặc số kém thua hẳn xuất hiện liên tiếp khi n có hai người đứng ngang, rồi vô tình đem so sánh với những lần trước. Nếu vì đó tái diễn nhiều lần thì nó sẽ đánh thức nỗi lo lắng, sợ hãi mỗi khi nhập cuộc. Rồi càng, càng lo lắng bao nhiêu thì trình trạng càng xảy ra nhiều và mạnh mẽ bấy nhiêu. Dần dần nó sẽ là một đứ đờn vô cùng xấu trong tâm trí của cả hai người, khiến cho những cuộc vui trở thành các hình. Stress bắt đầu xuất hiện.

Giai đoạn chuyển đổi :

Đây là giai đoạn mà những người trong cuộc đem lý trí và những hiểu biết về khoa học giới tính để giải thích và trấn an cho các trình trạng trong phòng ngủ. Chẳng hạn, về những diễn tâm lý, hoặc cho rằng, việc xuất tinh sớm là do mệt mỏi, căng thẳng trong công việc, bắt hòa trong cuộc sống, thiếu ngủ, thiếu dinh dưỡng, bệnh tật, hoặc những yếu tố khác... Về những diễn sinh học và bệnh lý, thì sự xuất tinh sớm là hậu quả của thâm nhiễm trong thời niên thiếu; chuyển đổi nội tiết, liên quan là do thay đổi nội tiết tố do dùng thuốc điều trị tăng huyết áp; đau trong giao hợp là do polyp cổ tử cung; không đạt được các khoái là do huyết trình... Sau khi đã tìm cách giải thích, trấn an và tìm cách giải quyết theo cách của riêng mình, những các trình trạng không giảm bớt, khả năng thích nghi với stress không còn tác dụng nữa. Nỗi lo lắng, sợ hãi thì biến thành những nỗi sợ hãi. Nó tác động rất lớn đến tâm lý và sức khỏe, khiến người gặp trình trạng mệt mỏi, cáu gắt, ăn không ngon, khó tập trung suy nghĩ. Trình trạng nay biến thành stress bệnh lý. Sự mệt mỏi rõ ràng về khả năng tình dục làm tăng thêm sự lo lắng theo cấp số nhân, có thể đến tình trạng bắt đầu hoàn toàn nam giới và không còn khả năng đạt được các khoái nữa.

Làm thế nào để stress không còn khả năng xuất hiện trong phòng ngủ ?

Rất đơn giản. Những bệnh của người có những hiểu biết và biết vượt qua những rào cản tâm lý cũng vượt qua tính tự ái của bản thân.

Khi xuất hiện các trình trạng, cả hai người đứng cạnh nhau. Cũng đừng so sánh với những lần yêu đương trước mà nên cùng nhau bàn bạc để tìm ra nguyên nhân. Tất nhiên là bản thân bác sĩ tâm lý để khám và tận tâm khi đã lo lắng và khả năng để các nguyên nhân chủ quan như mệt mỏi, lo lắng, mệt mỏi, quá tải trong công việc... mà những trình trạng vẫn xuất hiện. Yếu tố sinh lý cũng là một căn bệnh như muôn vàn các bệnh khác, nó cũng có nguyên nhân, triệu chứng của bệnh. Và việc để điều trị là tìm kiếm những thông tin. Người bệnh cần thông báo cho thầy thuốc về tình trạng xuất tinh sớm, liên quan hoặc không đạt được các khoái của mình... Sự hiểu biết của người bệnh giúp ích cho thầy thuốc để thành công hơn trong việc điều trị. Bên

Cả nh đó, b n và đ i tác cũng c n ph i có nh ng bài thu c tâm lý dành cho nhau. Nên tìm hi u xem đ i tác mình mu n gì, tâm tr ng yêu ra làm sao... S th ng hoa trong tình đ c không ch là s g n g i v th xác mà còn ph thu c vào s hòa h p c a hai tâm h n.

BS. Vũ Nhân