

Problemi maschili: le FAQ

Eiaculazione precoce e ansia da prestazione

Salve, ho un grosso problema che mi assilla: l'eiaculazione precoce. Come posso fare?

L'eiaculazione precoce presenta diversi modi di manifestarsi, può essere accompagnata da diversi sentimenti personali e di coppia. Può manifestarsi in certi momenti della vita e poi sparire, con certe persone e non con altre. C'è bisogno di sapere di più per cominciare a ipotizzare possibili soluzioni.

Salve, ho vent'anni e da quattro mesi sto con una ragazza della mia stessa età che, però, ha più dimestichezza in termini di esperienze sessuali, invece per me è la prima ragazza. Lei dice che i miei tempi sono troppo brevi, ma io non so da cosa dipende perché non ho mai avuto altre esperienze e non ho termini di paragone. Potete darmi dei consigli su come migliorare le mie prestazioni? Grazie infinite.

I "tempi" sono a volte molto diversi tra maschio e femmina perché il piacere sessuale è vissuto in modo diverso. Non dici quanto sono brevi (2, 3, 4, 10 minuti?). Credo che dovresti parlare con la tua ragazza per capire le ragioni della sua insoddisfazione perché forse non è dovuta solo ai "tempi" ma anche ai modi diversi di vivere la sessualità e il piacere.

Cari tutor, ho un problema! Ogni volta che inizio un rapporto sessuale con la mia ragazza succede sempre che appena cominciamo, io eiaculo subito. Dopo facciamo passare una decina di minuti e va tutto a meraviglia, con durate minime di 25 minuti. Mi succede anche se facciamo sesso orale. Aiutatemi a risolvere questo problema!

Forse bisognerebbe mettersi più "in pace" con alcuni modelli troppo rigidi di abitudini sessuali che influenzano negativamente la nostra personale esperienza sessuale. Ogni modo di agire la sessualità è strettamente personale, variabile e dipende dall'accordo di coppia. Da come descrivi la modalità di esercizio della sessualità sembra che l'eiaculazione precoce non blocchi il raggiungimento del piacere. È solo una questione di tempi, di saper tollerare "incidenti di inizio" che non pregiudicano il successivo andamento positivo del piacere. Se non è l'ansia rispetto al "dover essere" può darsi che col tempo ci sia armonizzazione e più sintonia con le risposte del corpo all'esigenza della mente rispetto al piacere.

Il mio ragazzo fa un po' di fatica a mantenere l'erezione soprattutto quando si arriva al momento in cui deve "indossare" il preservativo. Vorrei fare qualcosa per lui anche se so che molto probabilmente è un suo fattore psicologico.

Se il tuo ragazzo fa fatica a mettere l'erezione solo prima di mettere il preservativo è probabile che associ a quest'ultimo fantasie negative e bloccanti.

Se non si possono esplorare, spesso sono inconsce e quindi di difficile conoscenza, può essere d'aiuto attivare modalità di gioco sessuale reciproco in cui la donna aiuta l'uomo a mantenere un buon livello di eccitazione corporea necessario all'erezione del pene.

Sono un ragazzo di 16 anni e volevo esporvi le mie preoccupazioni. Da parecchi mesi io e la mia ragazza avevamo deciso di avere un rapporto. Quando ci si è presentata la prima occasione abbiamo tentato, ma purtroppo io ho avuto difficoltà ad avere un erezione e non siamo riusciti. Superata la delusione abbiamo provato tempo dopo e nelle tre volte in cui abbiamo fatto l'amore, oltre a difficoltà a mantenere l'erezione, il rapporto è durato meno di un minuto causandomi grande delusione. La mia ragazza dice che non ha importanza, ma io sono abbastanza preoccupato. Ho letto da qualche parte che la cosa potrebbe essere dovuta al forte amore che provo per la ragazza e che mi porta un po' ad adularla. Vorrei sapere se il problema è temporaneo e con l'esperienza la cosa migliorerà o se effettivamente soffro della cosiddetta "eiaculazione precoce".

Le prime esperienze sessuali sono spesso accompagnate da difficoltà legate alla tensione o l'emozione che il momento provoca. I problemi di erezione o di eiaculazione precoce sono molto più diffusi di quanto si pensi, e spesso sono "disavventure" che non vengono raccontate tra gli amici. Spesso si è anche inibiti o intimoriti per leggende metropolitane che circolano tra ragazzi che non fanno altro che aumentare le ansie. Esiste un libro molto simpatico che parla in modo semplice ed ironico ma molto competente di queste situazioni. Si chiama "la Scopata Galattica", di Jacopo Fo e credo che tu possa trovare alcuni consigli molto pratici per riuscire a godere meglio la relazione con la tua ragazza.

Altri problemi

Chi soffre di problemi al frenulo ovvero ha possibilità che si rompa col primo rapporto se ne accorge anche con la masturbazione o in quel caso non ci sono problemi?

In genere uno se ne accorge anche con la masturbazione.

Sono un ragazzo di 26 anni ed non ho mai avuto problemi nel fare sesso. Circa un mese fa però per la prima volta ho sentito dolore durante la penetrazione, in seguito ho perso anche sangue. Da allora ho il frenulo ingrossato e provo dolore durante l'erezione. Cosa devo fare?

È opportuno che tu ti sottoponga ad una visita andrologica.

Due giorni fa ho avuto un piccolo incidente. Facevo sesso con la mia ragazza in maniera un po' violenta...estraendo il mio pene per poi rinfilarlo, ho battuto con il medesimo nella parte esterna (sull'osso) alla vagina...il mio pene, in piena erezione, si è piegato in zona quasi centrale (poco più in giù del centro, direzione testicoli). Mi sono spaventato terribilmente... Cosa mi è accaduto? Devo fare delle analisi? Ho saputo che il pene si può rompere...è vero?

È possibile che durante un rapporto sessuale o a seguito di manovre traumatiche sul pene in erezione si possano verificare lesioni ai corpi cavernosi e/o all'uretra. Solitamente, una lesione seria è accompagnata da dolore intenso, detumescenza acuta del pene e formazione di un ematoma più o meno esteso e/o uretrorragia (fuoriuscita di sangue dall'uretra). Se tale quadro non si è verificato può ritenersi fortunato ed è bene evitare per almeno trenta giorni rapporti difficoltosi o violenti.

Mi capita di fare spesso dei sogni erotici e mi capita anche di eiaculare (spesso). Quando invece mi masturbo non riesco ad eiaculare, a cosa può essere dovuto? Perché con il sogno riesco ad eiaculare, e con la classica masturbazione no?

Molto spesso l'orgasmo è accompagnato da fantasie che, come i sogni erotici, sono molto precise e contribuiscono ad accrescere l'eccitazione. Può darsi che, durante la masturbazione, per una specie

di autocensura, di qualsiasi origine, culturale, morale, religiosa si impediscano alla coscienza queste fantasie. Non a caso nel sogno la censura della coscienza fallisce e quindi le fantasticherie emergono e si dispiegano. Naturalmente bisognerebbe sapere se queste fantasie sono rifiutate coscientemente per il loro contenuto e quindi non utilizzabili durante la masturbazione. Naturalmente ogni sogno erotico può essere richiamato alla coscienza durante la masturbazione e svolgere il suo compito di eccitazione per l'orgasmo.

Gent.mo dottore, ho chiesto a un urologo/andrologo se il liquido prodotto dalle ghiandole del Cowper contiene spermatozoi. La sua risposta è stata: no. A questo punto vorrei sapere in quale liquido pre-eiaculatorio sono contenuti gli spermatozoi. Io credevo che questi ultimi venissero emessi dai testicoli solo al momento dell'orgasmo. Mi aiuterebbe a capire? Grazie mille.

Il liquido prodotto dalle ghiandole del Cowper non contiene spermatozoi, ma questi vi si possono trovare frammentati, filtrati dai dotti eiaculatori, in quantità tale da poter causare una gravidanza a eiaculazione non ancora avvenuta.