

Ojačajte libido

Autor Karmen Pužar, Ordinacija.hr
Nedjelja, 04 Svibanj 2014 18:03



Ako želite poboljšati svoj libido i probuditi ga iz zimskog sna, postavite se prema njemu kao i prema ostatku svog tijela – trebate ga vježbati! Baš kao što se morate malo oznojiti kako biste doveli u red zakržljale mišiće i pripremili se za oskudniju odjeću, tako trebate i poraditi na svojoj seksualnoj želji. Od velike pomoći mogu biti sitnice koje utječu na stanje u vašoj glavi, jer ne kažu stručnjaci bezveze kako je mozak naša najveća erogena zona.

Gole noge samo kod predigre

Iako su samostojeće čarape i halteri za mnoge dio seksi kompleta odjeće za kojima posežu kako bi se zagrijali, prava je istina kako osobe više uživaju u seksu ako su im stopala ugrijana čarapama. I pri tom mislimo na obične pamučne sokne. Sve se svodi na poboljšanje cirkulacije i stvaranje ugodne atmosfere u krevetu. Naime, istraživači Sveučilišta Groningen iz Nizozemske ustanovili su kako je čak 80 posto ispitanica uspjelo postići orgazam ako su u krevetu nosile čarape, za razliku od 50 posto žena koje su bile bosonoge.

Casanova je bio ćelav, ali nije pokušao dobiti svoju kosu natrag!

Ojačajte libido

Autor Karmen Pužar, Ordinacija.hr
Nedjelja, 04 Svibanj 2014 18:03

Ako je vaš muškarac počeo gubiti kosu i odlučio se za preparate koji bi mu ju trebali povratiti i ojačati korijen, možda bi bilo bolje da ih zaobiđe, jer oni ostavljaju trag na njegovoj želji. Naime, djelatna tvar iz takvih lijekova za rast kose blokira spolni hormon testosteron, što se negativno odražava na libido. Štoviše, stručnjaci su uvjereni kako se učinak ove kemikalije zvane finasterid teško može pobiti. Oni su 2012. Godine studijom zaključili kako je seksualna disfunkcija muškaraca koji su uzimali medicinski preparat protiv ćelavljenja prosječno trajala 40 mjeseci nakon što su prestali uzimati taj lijek!

Šnjof-šnjof

Sve je više istraživanja koja sugeriraju važnost osjeta mirisa kod pojačanja seksualne želje. Švedski su stručnjaci pokazali istraživanjem kako muškarci koji su rođeni bez osjeta mirisa imaju manji broj seksualnih partnerica: njih tri, usporedno s otprilike devet partnericama s kojima su bili ispitanici čiji je njih bio sasvim u redu. Kada su u pitanju dame, osjet mirisa nije utjecao na broj njihovih veza, no žene koje pate od anosmije (nedostatka osjeta mirisa) u većoj su mjeri nesigurne u svoje veze.

Učinite nešto neočekivano

Iako smo navikli svoje ljubavne aktivnosti ograničiti na spavaću sobu, ako vam prilika dopusti, načas zaboravite na inhibicije i zavedite svoju bolju polovicu negdje drugdje: u kupaonici, pod tušem, u kuhinji, hodniku... Element iznenađenja učinit će ovakav poziv na seks neodoljivim!

Izbacite uljeze iz spavaće sobe!

Nakon napornog dana prenakrcanog poslovnim i obiteljskim obvezama sigurno želite iskoristiti svaku minutu, pa još jednom provjeriti e-mail, raspored za sutra, "baciti oko" na vijesti... Savjetnici za dobar seks tvrde: izbacite sve gadžete i električne aparate iz spavaće sobe! To je soba za spavanje i vođenje ljubavi, stoga ju nemojte pretvoriti u ured ili dnevni boravak. /

Ojačajte libido

Autor Karmen Pužar, Ordinacija.hr
Nedjelja, 04 Svibanj 2014 18:03

Karmen Pužar

Ordinacija.hr