

Jsou ženy při sexu v nevýhodě? Orgasmus vyžaduje trpělivost, je však delší a někdy i mnohonásobný

23.8.2024 - Petr Lesenský | Dýcháme

Ženský orgasmus je obecně považován za méně běžný a velké procento žen uvádí, že je pro ně hůře dosažitelný. Některé jej nedosahují dokonce vůbec. Muži naopak zpravidla nemají se vzrušením problém a vyvrcholí skoro pokaždé.

Sexuální uspokojení u žen má však proti mužskému mnoho podob a lze jich zažít hned několik za sebou. I když se biologicky jedná o stejnou reakci, dosažení a prožívání orgasmu se u obou pohlaví liší.

Mozek to vidí stejně

Přestože se potřebná délka stimulace pohlavního orgánu či vliv okolních podmínek u obou pohlaví liší, samotný orgasmus se jakožto biologická reakce projevuje u mužů i žen velmi podobně. Vědci se shodují na tom, že lidský mozek vykazuje aktivitu u obou pohlaví ve stejné části a při vyvrcholení uvolňuje oxytocin, takzvaný hormon lásky, a prolaktin. Jak u žen, tak u mužů navíc dochází k pravidelným stahům svalů v okolí pánve.

Sexuální prožitky, které vrcholu předcházejí a které následují, jsou ovšem rozdílné. Muži, jak je obecně známo, dosahují orgasmu podstatně snáze a rychleji. Ejakulace u nich přichází většinou po dvou až pěti minutách pohlavního dráždění. Samotný vrchol ejakulaci předchází a trvá jen několik vteřin. *„Ženy naopak potřebují k dosažení kýžené slasti mnohem více času a stimulace, často i v řádu desítek minut. Zároveň je důležité dobré psychické rozpoložení,“* poukazuje **Tomáš Koubík**, zakladatel společnosti Sexshop.cz. *„Delší cesta, kterou se žena k orgasmu dobere, ovšem znamená určitou výhodu. Na rozdíl od muže si totiž užívá mnohem delší vyvrcholení, které může čítat i 50 vteřin,“* vysvětluje.

Multiorgasmický muž existuje, oproti ženám je však výjimkou

Mužský orgasmus jde ruku v ruce s dlouhou refrakterní periodou, tedy postorgasmickou fází, během níž se nelze znovu vzrušit. Muž proto po vyvrcholení zpravidla není schopen opětovné erekce a dalšího orgasmu a vlivem vyplaveného hormonu prolaktinu pociťuje silnou únavu. Na ženy přitom prolaktin tak silný účinek nemá a ani vzpomínání z refrakterní fáze klitoris netrvá nikterak dlouho. *„Obvyklým problémem rozdílné reakce na orgasmus je, že je muž po ejakulaci odtahitý a chce spát, zatímco žena potřebuje i po sexu dohru a kontakt s partnerem,“* komentuje Koubík.

Ženám přitom často nic nebrání v tom, aby si na rozdíl od mužů užily sex skoro okamžitě znovu. Až třetina žen si tak může vychutnávat i mnohonásobný orgasmus. The International Society for Sexual Medicine pak udává, že bez větší námahy jej dosáhne přibližně 8 procent žen. U mužů se multiorgasmus, tedy opakovaný slastný pocit bez ejakulace, vyskytuje také, jedná se však spíše o vzácnou výjimku.

Jsou opravdu muži ve výhodě?

Říká se, že ženská rozkoš je hotová věda a že je ve své podstatě velmi komplikovaná. Zatímco u mužů se vrchol dostaví většinou snadno a rychle jen při dráždění penisu, ženský orgasmus vyžaduje

trpělivost a vnímavost. Oproti tomu však ženy oplývají pestrou paletou způsobů, jak vyvrcholit. „Pro většinu žen je nejdosažitelnější orgasmus klitorální či vaginální. Uvnitř ženského těla je ovšem mnohem více zón, jejichž drážděním se může dostavit orgasmus. Například stimulací děložního čípku, bodu A ležícího u vyústění močové trubice či drážděním prsou,“ uvádí Koubík ze společnosti Sexshop.cz.

Specifickým a u mnohých velmi oblíbeným je anální orgasmus, který však nepatří jen ženám, užít si ho mohou i muži. Pro tento druh potěšení jsou dobrými pomocníky anální kolíky či korálky, které stimulují konečník.

Orgasmus není samozřejmost

Podle studií vědkyně Elisabeth Lloyd nemají muži při sexu obecně s dosažením orgasmu problém. Vyvrcholí téměř vždy, což je u nich dáno biologicky kvůli reprodukční schopnosti. Naproti tomu ženy vrcholu dosahují při pohlavním styku méně. Asi 25 procent dotázaných uvedlo, že jej dosáhne vždy, přibližně třetina pak málokdy či nikdy. Většina žen zažije orgasmus při sexu zhruba v polovině případů. K vyvrcholení si proto dopomáhají orálním uspokojováním, ruční stimulací či chvilkami s erotickými pomůckami.

Pro některé ženy i muže může být ovšem dosažení orgasmu velmi náročné a někteří vyvrcholení nezažívají vůbec. Podle průzkumu CZECHSEX Národního ústavu duševního zdraví se téměř 45 procent ženské populace někdy potýkalo s problémem dosažení orgasmu. Vzhledem k citlivosti žen na podmínky vedoucí k vyvrcholení se však v jejich případě nedá vždy mluvit o sexuální dysfunkci, jako je tomu u drtivé většiny anorgasmických mužů.

<https://www.dychame.cz/jsou-zeny-pri-sexu-v-nevyhode-orgasmus-vyzaduje-trpelivost-je-vsak-delsi-a-nekdy-i-mnohonasobny>