

mer

KLITORISORGASME

Klitorisorgasme er den form for orgasme, de fleste kvinder kender til, og størstedelen af alle kvinder (75-80%) behøver stimulation af klitoris for at opnå orgasme. Det gælder både ved onani og samleje.

Mange har da også erfaret, at det hjælper kvinden godt på vej mod orgasmen, når vaginalt eller analt samleje kombineres med direkte stimulation af klitoris.

Det kan være svært at trække en skarp linie mellem klitorisorgasme og de andre orgasmer – for uanset hvilken orgasme, man taler om, vil der næsten altid finde en vis stimulation af klitoris sted.

Klitoris er et organ, der består af langt mere end den lille knop, der er synlig mellem kønslæberne – den er så at sige kun toppen af isbjerget – i virkeligheden forgrener klitoris sig ca. 10 cm videre op i skedens væv. Så selv uden direkte berøring af spidsen, kan klitoris blive stimuleret af bækkenbundens muskulatur eller af tryk fra berøringer i skeden og anus.

Klitorisorgasmer beskrives ofte som meget fysisk koncentrerede omkring klitoris – de kan opleves meget "mættende" og udmattende, og mange kvinder har brug for en kortere eller længere pause efter orgasmen, fordi klitoris bliver "overfølsom" eller "elektrisk", så berøringer føles ubehagelige.

ORALORGASME

Nej, her taler vi ikke om den orgasme, som din partner slikker og sutter dig frem til – men om den du kan få, når du selv tager munden i brug.

Mund og læber hører til vores allermest erogene zoner, og hvis du giver dig lov til at nyde den virkning, det har på dig selv, når du slikker hans pik eller kærtegner hans hud med kys og slik, kan du opleve, at det kan føre til orgasme.

Brug f.eks. hans pik til at kærtegne dine læber med og mærk, hvor følsomme de bliver, når du stryger det silkebløde pikhoved hen over dem – hold pikken og dine læber fugtige – og koncentrer dig om din egen nydelse ved berøringen. "Glem" ham for en stund (han nyder det helt sikkert alligevel). Måske vil du så mærke, hvordan det begynder at prikke og pulserer i dine læber – og føle ophidselsen, der vokser og spreder sig ud i din krop og i heldigste fald resulterer i en vidunderlig orgasme.

Hvis du har lyst, så tag ham dybt ind i munden, idet du kommer, og I vil begge kunne mærke, hvordan orgasmens sammentrækninger forplanter sig i svælget og halsen.

MULTIORGASMER

Multiorgasmer eller serieorgasmer består af en række orgasmer udløst umiddelbart efter hinanden. Multiorgasmer er, ligesom vaginalorgasmer, også en af de skønne glæder ved at blive ældre.

Evnen til at få multiorgasmer ses sjældent hos helt unge kvinder, og ofte er kvinder i 40'erne, før de kommer på repertoiret.

Hvis du vil forsøge dig frem med multiorgasmer, så øv dig mens du onanerer. Du skal forsætte med at stimulere dig selv omkring klitoris efter første orgasme, indtil næste orgasme indfinder sig. For nogle vil de efterfølgende orgasmer føles mere intense, andre vil opleve det modsatte. Inddrag din partner i fornøjelsen, når du er klar til det – og husk det skal være sjovt – uden lysten kommer I ingen vegne.

SPRØJTEORGASME

"Åh nej.. har jeg tisset i sengen?" har en del kvinder undskyldende udbrudt, når lagnet er blevet drivvådt midt i den hedeste elskov.

Men heldigvis ved vi i dag, at nogle kvinder har evnen til at sprøjte (ejakulere) under orgasmen – og det skal de ikke skamme sig over – tværtimod. Faktisk er der rigtigt mange mænd og så sandelig også kvinder, der tænder på våde orgasmer.

Den væske, der strømmer ud, er ikke urin, men en basisk væske, der menes at komme fra nogle kirtler, der befinder sig omkring urinrøret. Kirtelvævet svarer til mandens prostatavæv, men det er stadig usikkert, om alle kvinder har disse kirtler, eller om det kun er nogle få forundt.

Nogle kvinder sprøjter spontant under orgasmen, mens det for andre kun sker ved en meget kraftig stimulation af G-punktet.

Der findes kvinder, der beskriver sprøjteorgasmerne som deres livs mest fantastiske orgasmer, mens andre ikke synes, der er den helt store forskel – bortset fra størrelsen på den våde plet.

Hvis du har lyst til at eksperimentere med sprøjteorgasmer, er der masser af hjælp at hente. Søg på nettet under sprøjteorgasme eller kvindelig ejakulation. I mange swingerklubber er det det helt store hit at afholde kurser i sprøjteknikker, og på orgasmeakademiet, hvor der tilbydes hjælp til bedre orgasmer, har man også taget sprøjteorgasmer på programmet. Se nærmere på www.orgasmeakademiet.dk