

læserne fortæller

Jeg kommer aldrig

Jeg har en periode med meget stress og svær depression. Jeg får medicin, og det giver mig en del "længere holdbarhed", som er en kendt bivirkning af medicinen. Jeg kommer aldrig under sex. Og det er lige meget, om det er alene, med fru eller sammen med andre, f.eks. i en hed trekant med fru og andre mænd/kvinder.

Det giver mange problemer i vores sexliv. Et af dem er, at fru ikke tror, hun er god nok, eller at hun til tider føler, at hun ikke er tilstrækkeligt sexet mere. Hun føler, at hun til tider er egoistisk, da hun jo får al nydelsen, og jeg bare er en slags legetøj for hende. Hun vil ikke "udnytte" mig seksuelt. Så der er faktisk et ret stillestående sexliv imellem os selv. Vi nyder efterhånden kun sex med andre til stede – eller hvis hun bliver tændt af en fræk chat på nettet en aften. Min lyst til sex er forsvundet, da jeg ikke rigtig får nogen glæde af orgasme mere, og jeg får sværere og sværere ved at få rejsning og at holde den oppe.

Vi har ikke rigtig fundet en løsning endnu, ikke andet end at fru og jeg finder ekstra fyre, som kan hjælpe os med at lege i hede trekanter. Så får hun glæden af at mærke en fyr komme. Dog i kondom, men bedre end intet.

Det bedste råd jeg kan give andre er: Tal med lægen om det, før du begynder enhver form for medicinsk behandling. Få snakket med din sexpartner om bivirkningerne inden – og om længden på behandlingen, så I har noget at se frem til.

Og for dig selv. Tjaa... Der er ikke noget galt med dig, og du skal nok komme over det igen. Brug fantasien mere, også selv om det bliver meget mere kinky, end du normalt er vant til.

Peter, 36 år

Lad være med at fokusere på det

Jeg har oplevet det et par gange, primært hvis det har været med en kvinde, jeg ikke kender så godt seksuelt (første gang man er sammen og med alkohol indblandet). Mit råd til andre er at lade være med at fokusere for meget på det. Nyd i stedet den sex man har i nuet – og lad være med kun at lægge vægt på, at man SKAL komme.

Hans, 36 år

Jeg kunne ikke fokusere

Jeg havde en periode på et halvt års tid, hvor jeg havde svært ved at komme, og hvor det stort set skete hver gang. Det var en periode, hvor min kone og jeg eksperimenterede meget, især med swingersex, gang-bangs og lign.

Jeg er i dag selv kommet til den konklusion, at årsagen var, at jeg i swingerklubben ikke kunne fokusere, altså nyde det, jeg var en del af i "nuet".

I swingermiljøet var det forskelligt alt efter, hvem jeg var sammen med. Hos nogle kunne jeg ikke en gang få rejsning. De var simpelthen ikke tålmodige nok – de høvlede bare løs, og så blev jeg selv stresset.

Når det var sammen med min kone, tror jeg, at jeg blev usikker. Hun blev ofte dominerende, fortalte hvor fræk og stor jeg var, og hun sagde f.eks. "kom for mig", som jeg synes er mega frækt, men som til sidst endte med at stresser mig.

For mig var løsningen at tage teten selv og styre min egen lyst og orgasme. Oftest har jeg sluttet af med at gøre det selv.

Jeg har på det seneste ved enkelte lejligheder taget viagra. Det har for mig været en kæmpe lettelse. Jeg kan være sikker på rejsning. Jeg stoler på min egen præstation. Det får mig til at nyde og yde markant mere.

Til pigerne: Tag det roligt, gør den samme gode ting i laaang tid, så ordner det sig.

Agent '69 Jensen

Oralsex får mig til at slappe af

Jeg har en gang imellem svært ved at komme pga. træthed, alkohol, og medicin (antidepressiv). Oralsex gør ofte, at jeg fuldstændig har kunnet slappe af og koncentrere mig om mig selv. Mit råd til andre er: Sig det, snak om det, gerne på forhånd. Nyd at se din partner blive tilfredsstillet. Og oplev nærheden og intimiteten uden at skulle præstere.

Jesper, 39 år

Jeg savnede at give noget tilbage

Jeg har på det seneste været sammen med et par mænd, der har haft svært ved at komme. Jeg har læst, at det er en kendt bivirkning af visse former for medicin, men det har ikke været tilfældet her. Det har i begge tilfælde været sunde og raske voksne mænd i hhv. 30'erne og 40'erne.

Den ene var meget hensynsfuld, grænsende til det undskyldende. Jeg tror han var så påvirket af de kvinder, der i tidens løb havde tæsket ind i ham, at deres orgasme altså var det vigtigste, at han slet ikke kunne "komme over i sig selv". Jeg fik lyst til at råbe: "Så giv dog los og hold op med at tænke på mig!" – men det ville nok ikke have virket.

Den anden var næsten lige modsat – en ret dominerende fyr, der helt klart var vant til at få sin vilje seksuelt. Det var som om, han skulle stimuleres meget effektivt – langt hårdere og i længere tid, end jeg var vant til. Det endte da også med, at han for det meste klarede det selv til sidst. Min klare fornemmelse var, at han onanerede ret voldsomt selv.

I begge tilfælde gav det problemer. Jeg savnede at kunne give mændene noget "tilbage" – og i begge tilfælde blev det seksuelle samvær mindre legende og mere som noget, hvor der skulle arbejdes for meget for tingene. I det sidste tilfælde, hvor han bare kørte løs, blev jeg også øm og hudløs.

Majken, 32 år

