

Sesso in pensione

<span title="Sex in Retirement

Alcuni possono pensare che il sesso e la pensione è un ossimoro. Può sembrare naturale che il sesso diminuisce con l'età in quanto gli uomini perdono il testosterone, mentre le donne perdono estrogeni. <span title="This natural occurrence often results in a loss of libido or sexual desire.

">Questo evento naturale spesso si traduce in una perdita di libido o desiderio sessuale.

Il problema più grande qui non è solo la perdita di rapporto sessuale, ma anche la perdita dei sentimenti importanti di intimità, affetto e amore.

Alcune donne si sentono meno inibite dal momento che non possono avere una gravidanza in questa fase. <span title="However, others must deal with symptoms of menopause that might interfere with their enjoyment in the bedroom.

">Tuttavia, altri devono fare i conti con i sintomi della menopausa, che potrebbero interferire con il loro divertimento in camera da letto.

Se state pensando di saltare sesso in pensione, permettetemi di ricordarvi dei benefici. Umore e l'autostima sono elevati a causa della produzione di endorfine. La pressione sanguigna, lo stress e il sonno sono tutti migliorati. E 'altamente correlato con la vostra felicità e senso di benessere. Si bruciano calorie e sembrare più giovane. Gli studi dimostrano che il sesso provoca la produzione di collagene. <span title="Groups of people asked to estimate age found that those who had regular sex looked seven years on average.

">Gruppi di persone chiesto di stimare l'età hanno scoperto che coloro che avevano rapporti sessuali regolari guardavano sette anni in media.

Poiché questa fase è caratterizzata da una perdita di interesse per il sesso, entrambe le parti possono arrendersi a questa voglia di dimenticare il sesso, o entrambe le parti possono dimostrare sforzo per mantenere nella loro vita. La linea di fondo può essere l'importanza di questo livello di vicinanza è per te personalmente. <span title="Most of us will feel that intimacy, love and sex cannot be discounted and is characteristic of a healthy relationship and an enjoyable life.

">La maggior parte di noi si sentono che l'intimità, l'amore e il sesso non può essere trascurata ed è caratteristica di un rapporto sano e una vita piacevole.

Cosa fare: Piuttosto che forse perdere il vostro rapporto o di decidere di restare single il resto della tua vita, cosa si può fare per la perdita del desiderio? Ci sono opzioni di trattamento che si può discutere con il medico. La terapia ormonale può essere opportuno per alcuni, mentre il Viagra per le donne è disponibile. [Viagra](#) (e Calais) per le donne hanno lo scopo di aumentare il flusso di sangue alla zona pubica. Opinioni dei consumatori di Viagra da donne sono ancora imminente, così come una nuova farmaco, il tempo e il successo di utilizzo determinerà la sua popolarità. <span title="Hormonal replacement patches that release testosterone have also benefited many women.

">Patch ormonale sostitutiva che rilasciano testosterone hanno beneficiato anche molte donne.

Se si decide di provare i supplementi di cui sopra o no, prima accertarsi di essere fisicamente sani. Abbiamo tutti bisogno di prendersi cura dei nostri problemi medici, che significa che non fumo, ci esercitiamo, e sono generalmente in buona salute. Il prossimo obiettivo per il ripristino interesse per il sesso è l'eccitazione. Fare l'amore può essere fisica, ma sappiamo tutti l'eccitazione inizia nella mente. <span title="This means we must first re-connect with arousal neural pathways in the brain.

">Questo significa che dobbiamo prima ri-connessione con eccitazione percorsi neurali nel cervello.

About the Author

Per fare questo, vi suggerisco esperienze retrò per innescare risposte eccitazione precedenti. Ad esempio, l'obiettivo è quello di divertirsi ricreare quella serata romantica a lume di candela, musica soft, vino d'annata, cucina gourmet, un vestito sexy, e l'uomo della vostra scelta. I pensieri e le visualizzazioni che ha suscitato in passato dovrebbe suscitare di nuovo. Self-awareness of all the little things that go into your experience is key to renewing that arousal.

">L'auto-consapevolezza di tutte le piccole cose che vanno nella vostra esperienza è la chiave per rinnovare che l'eccitazione

Source: <http://www.secrets-de-comment.com> | [Formation Marketing](#) | [NetConcept, droits de revente](#)