

Łechtaczka i inne miejsca zmysłowe narządu płciowego kobiety

Wysublimowaną formą seksualności jest *erotyka* związana tylko z gatunkiem ludzkim. *Erotyka to nic innego jak jedynie czerpanie przyjemności i maksymalnej rozkoszy podczas stosunku seksualnego z wyłączeniem procesu rozmnażania.*

Osiąganie przyjemności przez kobietę podczas stosunku seksualnego wymaga wiedzy na temat budowy narządu płciowego, miejsc szczególnie podatnych na pobudzenia zmysłowe w jego obrębie i technik ich pobudzania ze strony obydwójga partnerów. Chcąc czerpać przyjemność z kontaktów seksualnych kobieta powinna poznać swoje ciało, a zwłaszcza miejsca które pobudzane zwiększają podniecenie i powodują orgazm. Znajomość umiejscowienia ośrodków zmysłowych i roli jaką odgrywają jest nieodzowna w akcie seksualnym jak również jest pomocna w leczeniu np. zaburzeń orgazmu u kobiet.

W obrębie narządu płciowego kobiety są następujące trzy ośrodki zmysłowe: łechtaczka, punkt G i tylne sklepienie pochwy. Są to miejsca bardzo wrażliwe na dotyk. Nie wszystkie kobiety są wrażliwe na stymulację miejsc zmysłowych, co nie znaczy, że nie są zdolne do osiągnięcia podniecenia czy orgazmu.

Gdzie szukać tych ośrodków zmysłowych u kobiet?

Pomiędzy wargami sromowymi mniejszymi ponad ujściem cewki moczowej jest *łechtaczka* wyczuwalna jako zazwyczaj małe, delikatne zgrubienie, której żołądź jest bardzo bogato unerwiona czuciowo (dwukrotnie więcej niż członek). Kształt ani wielkość łechtaczki nie ma wpływu na osiągnięcie podniecenia seksualnego. Jest to organ występujący tylko u kobiet, którego funkcją jest wyzwalanie rozkoszy. Łechtaczka z wiekiem nie ulega inwolucji i właściwie pobudzana zawsze jest gotowa spełniać swoją funkcję stymulatora podniecenia seksualnego. Wargi sromowe mniejsze są połączone z łechtaczką. Podczas stosunku wargi sromowe są rozciągane i pociągane przez ruchy frykcyjne członka w pochwie. Naciskają one wówczas na łechtaczkę powodując narastające podniecenie zakończone orgazmem. Większość kobiet w czasie gry wstępnej, a niekiedy i podczas stosunku płciowego wymaga pobudzania miejsc zmysłowych, a zwłaszcza łechtaczki, aby osiągnąć orgazm. Pobudzanie to sprawia, że nasila się poziom podniecenia, które stanowi początek reakcji seksualnych.

W swojej praktyce lekarskiej często spotykam się z postawą wielu mężczyzn, którzy nie są przekonani do potrzeby stymulacji miejsc zmysłowych narządu płciowego kobiety podczas gry wstępnej, czy podczas stosunku płciowego, ograniczając się tylko do wykonywania ruchów frykcyjnych. Niekiedy przyczyna leży po stronie kobiety, która nie

mówi partnerowi o potrzebie i jej ulubionym sposobie pobudzania łechtaczki dla osiągnięcia przez nią pełnej satysfakcji seksualnej, a często z braku edukacji seksualnej partnera. Kobieta zamiast powiedzieć to wprost, oczekuje na jego „domyślność”, przy okazji wyrażając niekiedy niezadowolenie z aktywności seksualnej mężczyzny. Takie zachowania mogą spowodować spadek poziomu podniecenia seksualnego u kobiety i w konsekwencji niechęć do podejmowania kolejnych kontaktów płciowych (brak pełnej satysfakcji seksualnej). Sposobów i form stymulacji łechtaczki jest dużo: od pobudzania łechtaczki przez siebie samą, palcem lub członkiem partnera, poprzez masaż dłonią wzgórka łonowego i okolicy narządów płciowych i inne. Jedno jest pewne, że żadna wymyślna stymulacja bez elementu więzi partnerskiej nie zdoła wyzwolić skutecznego podniecenia seksualnego mającego zainicjować reaktywność seksualną kobiety.

Moda wkracza również w obszar sfery seksualnej. Niektóre kobiety, zwłaszcza młode, zakładają sobie odpowiednio umocowany kolczyk, który dotyka łechtaczki i kiedy kobieta się porusza, lub choćby zmienia położenie nóg, powoduje jej stymulację wywołując podniecenie seksualne. No cóż. Są gusta i guściki.

Drugim ośrodkiem zmysłowym narządu płciowego ma być *punkt G* znajdujący się około 3 cm za wejściem do pochwy na jej przedniej ścianie. Czy istnieje ten punkt w sposób naukowy nie rozstrzygnięto. Nie ma to większego znaczenia jeżeli pobudzanie tej okolicy, co prawda nie u wszystkich, ale u wielu kobiet, wywołuje przyjemne doznania seksualne. Punkt G, o ile da się go zlokalizować, może być wyczuwany przy dotyku palcem jako mały wybrzuszony i prążkowany element pochwy. Punkt G reaguje bardziej na ucisk niż na dotyk podnieceniem seksualnym co może doprowadzić kobietę do orgazmu. Czasem w wyniku stymulacji punktu G pojawia się jasny płyn, którego pochodzenie do końca nie zostało wyjaśnione... Orgazm w wyniku stymulacji punktu G jest inny niż orgazm łechtaczkowy. Jest mniej zlokalizowany w okolicy pochwowej, a bardziej rozproszony. Pozycją najbardziej stymulującą seksualnie kobietę z punktem G jest pozycja partnera na boku i od tyłu, lub ucisk wykonany palcem tej okolicy.

Ostatni ośrodek zmysłowy to *tylne sklepienie pochwy*. Wewnętrzny koniec pochwy, gdzie jest mała ilość zakończeń nerwowych jest wrażliwy na rozciąganie i nacisk. Najsilniej pobudzany jest członkiem w stanie wzwodu w czasie stosunku najlepiej w pozycji kiedy kobieta leży na plecach z uniesionymi udami co pozwala na głęboką penetrację członka..

Chciałbym jeszcze przypomnieć, że orgazm u kobiety jest zjawiskiem wyuczonym i zależy od wielu czynników. Stymulacja miejsc zmysłowych u kobiet z zaburzeniami orgazmu nie jest panaceum na wyleczenie tego problemu i wymaga konsultacji seksuologa.

Rozważania, które pobudzane ogniska zmysłowe sprawiają większą satysfakcję seksualną jest dla większości kobiet bez znaczenia. Prawdopodobnie wybrałyby każde z nich.

Zbigniew Fronczek
specjalista ginekolog-położnik
seksuologia kliniczna, medycyna seksualna