

Денис Черепанов

Теория и практика увеличения полового члена



Оглавление

1. Потребность изменения размера полового члена. /// 3
2. Психология. /// 5
3. Пикап. /// 7
4. Мировые достижения. /// 8
5. Понятие нормы. /// 9
6. Женская точка зрения. /// 10
7. Заболевания, уменьшающие пенис. /// 12
8. Особенности развития мужчин и величина «достоинства». /// 14
9. Питание. /// 16
10. Образ жизни и работы. /// 18
11. Курение. /// 20
12. Травмы и их последствия. /// 22
13. Секс-шоп нам поможет. /// 24
14. Новые партнерши и комплексы. /// 25
15. Что говорят древние. /// 27
16. Всегда ли можно помочь. /// 28
17. Резервы мужского организма. /// 29
18. Перебор. /// 30
19. Загадочная точка «G». /// 31
20. Гель и шарики. /// 33
21. Выводы. /// 34
22. Программа увеличения полового члена в домашних условиях. /// 35

Потребность изменения размера полового члена.

Ежегодно в нашей стране совершается несколько тысяч операций по увеличению полового члена. Цифру уточнить не могу, поскольку многие из них выполняются без ведения статистических и учетных данных (выполняются в условиях частных учреждений). Нельзя сказать, что безрадостная или наоборот положительная статистика, этого говорит только о том, что все больше мужчин недовольны своей половой жизнью и хотят что-то менять.

Современная медицина готова пойти навстречу пациентам и ежегодно в рамках урологии-андрологии разрабатываются новые подходы по увеличению полового члена и удовлетворению потребностей мужчин (и женщин).

Потребность в изменении гениталий может возникать по разным причинам и обусловлена теми внешними факторами, в которых мужчина находится. Представим элементарную ситуацию: молодой человек с длиной пениса при эрекции 15 см попадает на совершенно дикий остров, где люди ходят обнаженными, средняя длина полового члена у мужчин-аборигенов – 10 см, думаю, наш подопытный будет чувствовать себя королем. Та же ситуация наоборот: 15 см у него, у местного населения – 25 см

– в такой ситуации, наверняка, разовьется комплекс неполноценности и сформируется явное желание менять внешний вид.

Подобные ситуации являются «отправной точкой» и в реальной жизни.

Психология.

Мужская психология устроена таким образом, что формируется бесконечная гонка за звание быть лучшим. Наверняка, подобная конкуренция заставляла древних мужчин выходить на охоту и принести добычу больше, чем у соседа – сегодня можно чувствовать себя победителем и героем в границах собственной семьи.

Изменилось время и прогресс дал гораздо больше возможностей людям, при этом увеличил наши потребности. Вместо лесной дичи сейчас важна величина счета в банке, размер квартиры, крутизна машины и дороговизна часов (добавьте пару своих пунктов).

Неизменно с древних времен тянется и величина «мужского достоинства». При этом неизменен принцип: «вершок на версту – это х*йня, вершок на х*ю – это верста!»

Изучая женские особенности организма (о них мы поговорим позже), можно прийти к выводу, что размер палого члена не всегда является решающим фактором, поскольку женщину можно поразить и другими своими сексуальными знаниями и умениями, а еще величина квартиры, машина и счета в банке может вызвать череду спонтанных оргазмов!

Потребности увеличить (или не увеличить) половой член у мужчины не всегда совпадает с желанием женщины – это первоочередная задача, которую должен решить для себя каждый мужчина, недовольный своей половой жизнью.

Пикап.

Как утверждает сайт Wikipedia.org: «Пика́п (англ. pick up — разг. познакомиться) — знакомство с целью соблазнения. Совокупность методов, наблюдений, взглядов, развившихся на основе эмпирического подхода к соблазнению».

Я не являюсь мастером пикапа и не готов поделиться с Вами чудесами соращения противоположного пола, поэтому чуда не ждите и работайте в этом направлении сами (если считаете необходимым). Но, тем не менее, в рамках этого понятия периодически всплывает вопрос размера пениса, как один из инструментов знакомства и качественного последующего полового контакта. Увлечение пикапом также может быть одной из причин для начала нашей совместной работы по изменению объема гениталий.

Мировые достижения.

Как и во многих отраслях нашей жизни и в размерах половых органов есть свои рекордсмены. Периодически возникает информация о новом достижении в длине или толщине пениса.

Наибольший размер, о котором я осведомлен: 47 см в длину. Поскольку размер нестандартный, то есть и соответствующие проблемы по подбору одежды и образу жизни.

Вообще культ большого пениса создает порно-индустрия, для съемок в XXX-фильмах приглашают «нестандартных» мужчин с длиной пениса не менее 20 см, а средняя длина составляет 25 см.

Думаю, что в вопросе увеличения органа должно быть чувство меры. В одном из африканских племен к половому члену мальчиков в период созревания прикрепляют грузик, который с течением времени и роста ребенка вытягивает его, в результате средняя длина пениса составляет 25 см, но при этом не каждый способен достичь эрекции.

Понятие нормы.

Норма в отношении размеров полового члена – понятие относительное, для начала разберемся как мерить.

При эрекции линейка началом шкалы упирается в лобковую кость, измеряется до кончика головки. Окружность измеряется при эрекции в средней трети пениса. Размер в спокойном состоянии не измеряется, поскольку растяжимость тканей у каждого мужчины разная – это зависит от индивидуальных особенностей организма, расы, гормонального статуса и других факторов.

Существует медицинский термин «микропения», который означает длину полового члена менее 9 см в состоянии эрекции (у мужчины старше 18 лет). Размеры больше этого считаются нормой.

Средняя длина пениса у российских мужчин составляет от 12 до 15 см. По анатомическим особенностям этого должно быть вполне достаточно для выполнения основных функций.

Но всегда хочется большего...

Женская точка зрения.

По анатомическим данным средняя длина влагалища женщины составляет всего 8 см. Но все женщины разные, причем параметры половых органов меняются с возрастом, после родов, операций, гормональных изменений и других факторов. Может меняться и потребность в половом акте. Да, и вообще, женщины – существа изменчивые и непредсказуемые.

Еще основатели Сексопатологии американские ученые Мастерс и Джонс установили, что женщины имеют множество чувствительных эрогенных зон по всему телу. Грубо можно разделить всех женщин на 3 большие группы: получающие вагинальный оргазм, получающие клиторный оргазм и смешанные формы оргазма. Такое деление весьма условное и говорит оно только о приоритетных областях стимуляции.

С полной уверенностью можно утверждать, что мужчина может доставить своей партнерше сексуальное удовлетворение разными путями. Изучать эти пути Вам придется самостоятельно с каждой партнершей.

Таким образом, размер полового члена не всегда является решающим фактором в качестве полового

контакта, хотя, никогда и не занимал последнее место.

Заболевания, уменьшающие пенис.

Возможны некоторые изменения или заболевания, способные повлиять на размер полового члена.

Самая частая из подобных проблем является, так называемая, Болезнь Пейрони. Названа она по фамилии доктора, впервые описавшего это заболевание. Суть состояния сводится к тому, что при повреждении пениса при эрекции на месте повреждения образуется плотная бляшка. Такие изменения могут формировать изгиб пениса при эрекции, боль, уменьшение напряжения. Поскольку часть ткани не способно к растяжению, то и длина становится меньше. Более того, при оперативном лечении возможно еще большее его укорочение (приходится выбирать из двух зол: искривление или длина).

Одно из распространенных заболеваний, способных повлиять на размеры полового члена является сахарный диабет. Эта болезнь влияет на многие системы и органы, половой аспект отступает на второй план. Сахарный диабет – грозное заболевание, изначально необходимо корректировать уровень сахара у эндокринолога, а уже потом заниматься половой системой.

Нарушение работы сердечно-сосудистой системы способно приводить к уменьшению размеров полового члена. Это связано с тем, что эрекция наступает при достаточном наполнении пениса кровью, если этого не происходит, то и говорить о внушительных размерах не приходится.

Уровень основного полового гормона оказывает непосредственное влияние на размер мужских гениталий. Есть масса изменений, способных приводить к его недостатку. Кроме небольших размеров пениса может быть недоразвитие яичек и предстательной железы, а также вторичных половых признаков («мужской вид»). Этот аспект, также, перед увеличением полового члена может потребовать коррекции.

Генетические изменения. С совершенствованием диагностических методик все больше мы узнаем о нарушениях генетического набора и его последствиях. Есть список изменений генов, приводящих к недоразвитию мужских гениталий. При этом масса сопутствующих внешних и внутренних изменений. Такие заболевания требуют системной коррекции и вопрос увеличения полового члена стоит далеко не на первом месте.

Особенности развития мужчин и величина «достоинства».

Есть значительная разница между генетически заложенной программой и реальным ее воплощением. По классике генетики реализация этой программы зависит от внешних факторов. Особенно хорошо эти принципы видны у близнецов, развивающихся в разных внешних условиях, при этом могут вырасти практически два разных человека не только по внутренним, но и внешним факторам.

Недаром есть понятие у психотерапевтов, что все проблемы тянутся из детства. Как бы это ни казалось странным, отношение родителей к половому воспитанию и физическому развитию ребенка может повлиять, в том числе, и на величину полового члена.

В первую очередь речь идет о вовремя открытой головке. Крайняя плоть сжимает пенис и не дает ему достигать заложенных генетических размеров. Особенно сильно это сказывается в период бурного роста половой системы в возрасте 11-14 лет.

Пониженная физическая активность и излишний вес (жировая масса) влияют на работу гормональной системы и тем самым способствуют недостаточному росту гениталий.

Соблюдение жестких диет и, особенно, недостаток белковых компонентов (рыба, мясо, курица), а также дефицит витаминов могут способствовать половой незрелости.

Питание

Питание в вопросе увеличения полового члена играет не последнюю роль. В первую очередь, важен вопрос избыточного питания. Излишний вес создает условия для формирования так называемого «Скрытого полового члена». Это означает, что жировая ткань скапливается в области гениталий (лобка) и покрывает их со всех сторон, что, в свою очередь, относительно уменьшает половой член, большая его часть может быть скрыта и абсолютно бесполезна.

Кроме того, жировая ткань уменьшает действующий тестостерон и тем самым способствует снижению половой функции и недостаточному увеличению пениса при эрекции. Поэтому каждый лишний килограмм отнимает у Вас долю миллиметра длины полового члена, а большой избыток сокращает размер на сантиметры.

К сожалению, нет продуктов, способных привести к росту полового члена, но есть продукты, способные стимулировать работу половой системы и тем самым увеличивать возможность «роста» пениса. Такие продукты называются «афродизиаки». Чаще всего это понятие используется для повышения желания и возможности половой жизни. К ним, в первую очередь, относятся морские продукты: креветки,

рыба, некоторые водоросли. Свойствами афродизиаков обладают и наши «родные» петрушка, сельдерей, укроп. Но не нужно акцентировать на этой пище внимание, съеденный килограмм укропа не прибавит пару сантиметров пенису.

А вообще для правильной работы организму требуется разнообразная, желательно, сбалансированная пища.

Образ жизни и работы

Образ жизни и работы способны оказывать действие на разные аспекты нашего здоровья. По сравнению с действием, которое оказывается на сердце, сосуды, нервную систему, дыхательную систему, проблемы недостаточного размера полового члена кажутся безобидной мелочью.

По своей сути все отрицательные моменты, окружающие человека и оказывающие влияние на сосуды вторично будут отражаться на эластичности тканей полового члена, а соответственно и возможности его растяжения.

Чаще всего приходится говорить о производственных токсинах, таких как ГСМ, газы, химикаты, электромагнитные излучения и другие воздействия. Есть и бытовые токсины. Вокруг нас ежедневно увеличивается количество стиральных и чистящих средств, химических компонентов в средствах гигиены. Но ко всему этому списку стоит относиться совершенно спокойно, поскольку, если использовать все в меру и без нарушений технологий использования, то, практически, Вы ничем не рискуете. Поэтому мыться разрешается!

Кроме бытовых химикатов есть и электромагнитные излучения и чем больше вокруг нас электротехники,

тем большую нагрузку испытывает наш организм.
Поэтому все хорошо в меру.

Курение

Курение является отдельной темой для разговоров во многих отраслях медицины. Думаю, каждый доктор сможет рассказать массу историй, как среди пациентов выделились курильщики.

Как ни предупреждает Минздрав о вреде курения, разговоры влияют на людей мало. Только реальные проблемы со здоровьем способны в одночасье решить вопрос с очередной порцией никотина. Поэтому считаю большинство разговоров о вреде курения абсолютно бесполезными.

Тем не менее, поскольку курение является одним из аспектов размеров полового члена, то не могу обойти ее стороной.

Компоненты табака неоспоримо нарушают работу кровеносных сосудов, в том числе и сосудов полового члена, снижают их эластичность и проницаемость. Думаю, уже сложно спорить с тем, что курение снижает эрекцию, что безусловно будет отражаться на размере.

Самое важное в этом вопросе, что компоненты табака приводят к фиброзным изменениям белочной оболочки (она становится плотной) полового члена, от которой зависит ограничение растяжимости пениса

– чем она менее эластична, тем меньше половой член.

В свое время была социальная реклама: «Больше куришь – меньше сил!» Я бы перефразировал: «Больше куришь – меньше член!»

Травмы и их последствия

Переломы, вывихи, ссадины – не наша тема. Бывают травмы полового члена, в том числе и переломы.

Самая частая ситуация: поза «Наездница», когда женщина сверху и, не рассчитав своих сил, садится на половой член, в результате чего происходит резкий изгиб – травма, которая возможна только в состоянии эрекции. При этом растягивается и деформируется белочная оболочка, создающая жесткость пениса и возникают микронадрывы. В такой ситуации мужчина чувствует резкую боль, чаще всего, эрекция пропадает, как и желание дальше заниматься сексом. Может возникнуть и более серьезная проблема: разрыв белочной оболочки с формированием гематомы (скопление крови под кожей полового члена, т.е. большой синяк), которая может держаться в течение нескольких дней. Любой из подобных вариантов может приводить к образованию на месте травмы плотной неэластичной ткани с формированием изгиба пениса при эрекции, а также укорочением его.

Хотя, травмы пениса могут иметь различный характер. Из практики: укусы, удары молотком, ожоги, защемление одеждой, травма об раму велосипеда...

В таких ситуациях первоочередной задачей является сохранение правильной формы полового члена и его «работоспособность» и в меньшей степени можно говорить об увеличении его размеров.

Секс-шоп нам поможет

Хорошо, что в наше время настолько доступны товары сексуального характера, способные решать многие интимные вопросы и разнообразить половую жизнь. Многие скажут: Как врач может говорить такое? В эротических товарах нет ничего предосудительного, с их помощью возможно создать гармоничную супружескую жизнь и добавить разнообразие и пикантность в союз двоих.

Все это я к тому, что перед тем как заняться вопросом увеличения полового члена есть возможность испробовать новый размер еще до увеличения. В свободной продаже есть насадки на пенис, увеличивающие как его длину, так и окружность. Если половая партнерша не является скоплением комплексов и предрассудков, то вполне сможет согласиться на эксперимент – не понравится, всегда можно от этого отказаться. Некоторые отчаянные девушки соглашаются на эксперименты с фаллоимитаторами – зато, абсолютно точно можно будет узнать чего хочет женщина.

Узнали? Поэкспериментировали? Теперь у Вас есть цель, пора к ней идти.

Новые партнерши и комплексы

Каждая новая половая партнерша для мужчины сравнима с победой, новым достижением, самоутверждением. Но мужчины, не уверенные в собственном теле или параметрах, не способны довести эту победу до конца или, по крайней мере, так считают. Такая неуверенность создает проблемы при половом контакте – и победа уже не победа, а настоящее поражение.

Вы должны учитывать, что женщины разные по строению и по потребностям. Да, действительно, некоторым дамам требуется внушительный размер полового члена у партнера, но большинство ставят этот параметр на второе, третье, пятое место потребностей. Поэтому изучить, что необходимо женщине – один из самых важных аспектов половых отношений.

Хотя, мужчина, имеющий внушительный размер пениса, как правило, чувствует себя гораздо тверже и уверенней, чем с более скромными параметрами, и какая бы девушка ни попалась, он всегда сможет полностью ее удовлетворить (или почти полностью).

Анекдот в тему:

Женщины очень любят секс, но оргазм получают буквально из-под палки!

Думаю, стоит учитывать, что женщины существа скрытные и даже проходя опросы на темы секса, не всегда бывают откровенными с исследователями и говорят все свои потаенные желания. Тем более, если женщина не имела половых партнеров с внушительными размерами – нечего сравнивать.

Таким образом, большой пенис является дополнительным «козырем» в общении с противоположным полом, но не стоит его переоценивать.

Что говорят древние

Нефритовый корень должен подходить к вождеденной пещере идеально, заполняя ее и преподнося все возможные вождедения. Еще в древние времена мужчины уделяли внимание размерам полового члена, даже были некоторые соревнования между племенами Африки: у кого пенис больше, тот сильнее и влиятельнее. И даже до настоящих времен остались некоторые традиции по вытяжению пениса.

По всем, известным мне писаниям, проходит одна мысль, что размеры мужского полового члена и влагалища женщины могут иметь разные размеры и возможны некоторые несовместимости. Хотя, основной упор делается на техниках секса и подбора соответствующих позиций для доставления друг другу максимального удовлетворения.

С другой стороны, в условиях патриархата вопрос удовлетворения женщин не стоял вообще, поскольку удовлетворение должен получить мужчина, а для женщины это совершенно необязательно.

Какой вариант подходит для Ваших взаимоотношений - решайте сами.

Всегда ли можно помочь.

Помочь с увеличением полового члена можно почти всегда, за исключением некоторых моментов. Давайте разберем все по порядку.

До того момента, пока оболочки полового члена поддаются растяжению, увеличение возможно. Ограниченная эластичность может быть при деформации (искривлении) пениса и выполненных при исправлении операций. Нежелательно проводить увеличение при перенесенных травмах половой системы, а также, сахарном диабете, системных заболеваниях, сердечно-сосудистых патологиях.

Если Вы не относитесь ни к одной из этих категорий, то прямых ограничений по увеличению полового члена нет и заниматься этим вопросом можно смело. Но принцип разумности, все-таки должен присутствовать.

Резервы мужского организма

Резервы мужского организма по увеличению полового члена небезграничны и имеют свои разумные пределы.

Дело в том, что излишнее растяжение оболочек пениса может приводить к его микроразрывам и формированию уплотнений – получаем искривление члена с возможным его укорочением. Фанатичный подход к делу может вызвать повреждения сосудов органа, что внешне будет проявляться синяками и кровоподтеками под кожей. Неоднократные нарушения кровеносных сосудов, также, не даст дополнительного здоровья ни одному мужчине.

Перерастяжение пениса может сказываться и на качестве эрекции, поскольку меняется эластичность и плотность тканей.

В связи со всем вышесказанным, можно заключить, что разумное удлинение пениса не должно превышать 2,5-3 см – такое увеличение не окажет отрицательного влияния, а наоборот будет способствовать более стойкой эрекции и продолжительному половому контакту.

Перебор

Как я уже упоминал ранее, принцип разумности должен неуклонно исполняться в вопросе увеличения полового члена. Быстро этот процесс не происходит. Значимое и стойкое увеличение можно ожидать в среднем через 10-12 месяцев регулярной работы, хотя временные эффекты будут уже на 2-3 неделе.

Не торопитесь достичь быстрых результатов, что может повлечь за собой необратимые изменения гениталий и вернуть все даже в первоначальное состояние бывает сложно.

И не пытайтесь «прыгнуть выше головы», природой заложены допустимые запасы прочности половой системы и не стоит их нарушать, иначе вы рискуете собственным здоровьем.

Многочисленная реклама по увеличению полового члена утверждает, что результаты в несколько дюймов за пару недель – реальные результаты, которых добиваются почти все мужчины – Бред! И волшебных кремов не существует, которые способны самостоятельно вызвать «рост» пениса, так же, как нет кремов по увеличению роста или удлинению ног.

Загадочная точка “G”

В свое время много шумихи наделало открытие так называемой точки “G”, которая представляет из себя скопление нервных окончаний во влагалище женщины и находится она на передней стенке, на глубине 3-4 см от входа. Стимуляция данной точки должна вызывать максимально возможные ощущения женщины. Хотя, эти данные неоднократно подвергались сомнениям и критике, поскольку все женщины разные и влагалище может иметь различное строение, да и нервные окончания расположены по всей поверхности влагалища.

Но, тем не менее, мнение о скоплении нервных окончаний есть, будем с ним разбираться.

Основную стимуляция точка “G” получает от раздражения движущейся головкой. Поскольку точка расположена недалеко от входа во влагалища, нужны не самые внушительные размеры пениса, чтобы до нее достать, но чем длиннее член, тем больше возможностей для маневра. Но большее значение имеет диаметр полового члена – от этого параметра зависит «наполняемость» влагалища и сила действия на нервные окончания.

Стоит учитывать, что приятные и болевые ощущения человек получает от одних и тех же нервных клеток,

все дело в силе воздействия на них. Поэтому слишком большой член может вызвать болевые ощущения и уже речи о получении оргазма не идет.

Гель и шарики

Периодически приходится встречаться с ситуациями наличия геля или шариков под кожей полового члена. Делают это, как правило, в «кустарных» условиях без соблюдения правил дезинфекции и физиологии.

Инородные тела не всегда хорошо приживаются и могут отторгаться организмом. Наличие их может вызывать неприятные ощущения как у мужчины, так и у женщины, сводя к минимуму положительные эмоции от секса.

Самое неприятное, что инородные тела способны вызывать воспаление полового члена, что требует проведение экстренной операции, которая не всегда оставляет возможность сохранения идеальных пропорций пениса и, чаще всего, приводит к его укорочению и деформации. В особо тяжелых ситуациях половой член можно потерять (т.е. возможна ампутация) – это необходимо для сохранения жизни пациента.

Как Вы понимаете, шарики и гель являются достаточно опасными, поэтому никому не рекомендую рисковать здоровьем.

Выводы

1. Половой член можно увеличить.
2. Увеличение полового члена должно иметь разумные ограничения.
3. Увеличение пениса должно проводиться строго по медицинским параметрам и рекомендациям.
4. Вопрос размера полового члена и взаимоотношения с половой партнершей должны решаться параллельно и слаженно.
5. Все особенности организма должны учитываться перед проведением манипуляций.

Программа увеличения полового члена в домашних условиях

У Вас в руках уникальный способ изменить свою половую жизнь кардинальным образом: увидеть восторженный блеск в глазах жены или спутницы, почувствовать уверенность перед любой половой партнершей, повысить собственную самооценку и, даже, написать на своей визитке: «Любимец женщин», «Казанова высшей квалификации»!

Если Вы готовы получить все эти «плюсы», то настройтесь на длительную кропотливую работы над совершенствованием своего тела. Не стоит обманывать себя и надеяться на сверхбыстрый результат – за 1-2 дня ничего не измениться. Для начального стойкого эффекта требуется не менее 3 месяцев ежедневной работы, а для значительного результата – 12 месяцев. Хотя «работа» - сказано слишком громко, поскольку это больше ассоциируется с удовольствием наблюдать, как увеличивается пенис и становится тверже эрекция. Особое удовольствие получают мужчины, если в процессе участвует женщина, поскольку все процедуры можно превратить в элемент половой игры или прелюдию.

В любом случае, правильный психологический настрой скажется на конечном результате – чем более положительным он будет, тем значительно больше стоит ожидать прирост.

Подготовка

Перед использованием вакуумной помпы следует провести тщательные гигиенические мероприятия, поскольку ободок будет плотно прижиматься к коже и имеющиеся микроорганизмы могут проникать в нее, что способно вызвать воспалительные явления – дерматит. Чтобы избежать таких неприятностей, достаточно с мылом вымыть пенис, мошонку и лобковую часть, также, перед каждым использованием промывается сама помпа.

Необходимо удалить волосы с лобка и с мошонки для наиболее плотного прилегания ободка помпы к поверхности тела и создания достаточного вакуума для растяжения структур полового члена.

Не рекомендую Вам использовать помпу после длительного воздержания, поскольку возбуждение в сочетании с вакуумным массажем могут привести к эякуляции и невозможно закончить процедуру.

Для проведения вакуумного массажа необходимо теплое место, поскольку в холодных условиях ткани

полового члена менее растяжимы, а мошонка подтягивается вверх, что может приводить к затягиванию яичек в колбу. Оптимальным местом является ванная комната. Это важно с учетом того, что у основания пениса необходимо смочить водой для наиболее плотного прилегания помпы к коже. Использовать вазелин или смазки не всегда удобно, поскольку смыть их бывает сложно и при скольжении мошонку будет затягивать в колбу.

Перед началом процедур не желательно использовать препараты, влияющие на артериальное давление и свертываемость крови – их использование может приводить к повреждениям кровеносных сосудов полового члена и появлению синяков на коже пениса. Если есть сомнения по использованию того или иного препарата, то проконсультируйтесь с врачом.

Выполнение процедур

Процедуры необходимо выполнять ежедневно, можно делать перерывы при необходимости, но чем их будет меньше, тем быстрее Вы добьетесь стабильных результатов.

Мероприятия разделим на 3 этапа: 1 месяц, 2 месяц и последующие месяцы. Это необходимо для того, чтобы ткани полового члена адаптировались к

вакуумному воздействию, успевали формироваться новые кровеносные сосуды и минимизировался риск травматизации.

Перед началом процедур измерьте длину пениса при эрекции. Измеряется гибкой лентой от основания до головки. Окружность полового члена измеряется ближе к его основанию. Размеры в расслабленном состоянии не имеет большого значения, поскольку растяжимость тканей разная, более того, она зависит от расы человека и его индивидуальных особенностей, а, также, от возраста – чем моложе, тем больше эластичных волокон содержатся в тканях. Измерения необходимо проводить не чаще чем 1 раз в неделю. Чтобы отметить для себя значительные результаты, проводите измерения 1 раз в месяц.

1 месяц

Перед проведением процедур необходимо выполнить массаж полового члена. Для этого при напряженном половом члене зажмите указательным и большим пальцами пенис у его основания и не спеша проведите им до головки. Выполните 10 повторений по передне-задней и боковым поверхностям. Массаж наиболее эффективно проводить на фоне эротической стимуляции (фильмы, журналы или половая партнерша).

Пенис смочите водой для лучшего прилегания колбы к лобковой части. Можно использовать водорастворимые смазки. Не всегда удобно использовать вазелин, поскольку он очень плохо удаляется после проведения процедуры.

На эрегированный половой член установите колбу. Яички и семенные канатики отодвиньте в стороны так, чтобы они не попадали в колбу при создании отрицательного давления. Ручным насосом создайте отрицательное давление в колбе до ощущения напряжения полового члена на 30 секунд, сбросьте давление на 15 секунд – таким образом 25-30 повторений.

Вы почувствуете как уже после первой процедуры пенис становится больше, но это временный эффект и продлится он всего около 1 часа, далее вернется в свое прежнее состояние. При каждой процедуре реальное растяжение тканей составит лишь доли миллиметра, поэтому требуется регулярная работа для значительного эффекта. Не пытайтесь быстро создать большую нагрузку на пенис – это может повлечь за собой разрыв тканей и нарушение целостности сосудов. Осторожность в проведении процедур должно стать главным правилом!

2 месяц

Если Вы все сделали правильно и последовательно, то на половом члене не должно быть красных (сосудистых) точек и, тем более, синяков. Ткани готовы к увеличению нагрузки.

В течение этого месяца умеренно повысьте давление, не доходя до болевых ощущений. Время проведения процедуры: 45 секунд – нагрузка, 15 секунд – отдых, 25-30 повторений ежедневно.

Последующие месяцы

Подготовка остается прежней. Нагрузка на половой член слегка увеличивается и остается таковой до достижения желаемых результатов. Поскольку ткани адаптируются к воздействию и ощущения растяжения притупляются, потому по данным манометра необходимо зафиксировать давление и не превышать его.

Время проведения процедуры: 60 секунд – нагрузка, 15 секунд – отдых, 15-20 повторений ежедневно.

Не забывайте ежемесячно фиксировать результаты.

Растяжимость тканей ограничена и в один прекрасный момент Вы заметите, что рост

остановился – это означает, что Вы достигли максимально возможных результатов.

Если процедуры проведены правильно повысится и стойкость эрекции, поскольку это является очень хорошим тренажером для кровеносных сосудов.

Не желательно превышать удлинение пениса на 2,5-3 см, что гарантирует безопасность данной методики.