

L'orgasme - 1/2

A ce stade d'excitation, le couple va poursuivre pour arriver à l'orgasme...

La lubrification vaginale va permettre l'introduction du pénis en érection sans irritation ni douleur après la pose éventuelle d'un préservatif. Un mouvement de va-et-vient des corps des deux partenaires va permettre la montée du plaisir.

Chez l'homme

Sous l'influence de certains nerfs (les nerfs sympathiques), les vésicules séminales, la prostate et l'urètre se contractent. Le sphincter de la vessie se ferme pour empêcher l'écoulement de l'urine.

Lors de la pénétration, le pénis de l'homme est directement stimulé.

L'éjaculation est l'aboutissement de l'acte sexuel chez le garçon. Elle est concomitante de l'orgasme. L'expulsion du sperme se fait en trois ou quatre contractions brusques qui se succèdent sur toute la longueur de l'urètre, à intervalles courts (moins d'une seconde).

Le sperme est un liquide blanchâtre avec un volume moyen de 2 à 6 ml. Il est visqueux et coagule en fins flocons. Il est constitué de sécrétions provenant des vésicules séminales et de la prostate ainsi que des spermatozoïdes produits par les testicules et stockés dans l'épididyme.

Au moment de l'érection le pénis mesure entre 12 et 20 cm. La taille du pénis n'a aucune conséquence sur la virilité, "les performances" sexuelles, le désir, ou encore le plaisir féminin. C'est le premier tiers du vagin qui est le plus sensible aux stimulations, et il peut s'adapter au diamètre de chaque pénis.

Chez la femme

Chez la femme au contraire, plusieurs orgasmes successifs sont possibles.

En même temps que la sensation de plaisir, on peut noter chez la femme au moment de l'orgasme des contractions multiples, rapides et involontaires du clitoris et des muscles du périnée. Cette onde de contractions s'étend au vagin et à l'utérus.

Parfois il y a émission de sécrétions importantes que la femme peut ressentir comme gênante.

Contrairement à l'homme, les zones érogènes les plus sensibles de la femme ne sont pas forcément directement stimulées. Le clitoris, de même que la paroi antérieure du vagin, n'est pas forcément soumis à un frottement de la part du pénis selon les positions du couple.

L'orgasme - 2/2

Le couple peut alors adopter différentes positions mais aussi d'autres méthodes pour parvenir à l'orgasme (coït anal, masturbation réciproque ou autre). Il appartient à chacun de fixer ses propres limites quant aux pratiques sexuelles désirées, dans le respect du désir et de la personnalité de l'autre.

Les partenaires ne ressentent pas nécessairement cet orgasme en même temps. La situation est plus simple si la fille a un orgasme avant son partenaire plutôt que l'inverse. En effet, après l'éjaculation, l'érection cesse et l'orgasme féminin ne peut alors être atteint que grâce à des caresses clitoridiennes ou vaginales... ou si l'on attend qu'une nouvelle érection soit possible.

Il peut arriver, qu'au cours d'un rapport, la femme ne ressente aucun orgasme. Cela n'est pas forcément mal vécu : la complicité, les caresses, le désir de son partenaire peuvent lui apporter le plaisir voulu. Quoi qu'il en soit, l'amour n'est pas une question de performance à deux, mais bien, et avant tout, une relation à deux.