

Suplementy diety wspomagające erekcję

Suplementy diety, które wspomagają erekcję, zdobywają coraz większą popularność wśród mężczyzn, którzy chcą poprawić swoje zdolności seksualne. W dzisiejszych czasach, stres, złe nawyki żywieniowe oraz kilka innych czynników mogą wpływać na funkcjonowanie układu rozrodczego. Dlatego też wiele osób zwraca się ku suplementom diety jako naturalnemu wsparciu dla swojego zdrowia seksualnego i przedłużeniu przyjemności.

Z treści dowiesz się:

1. Czym jest erekcja?
2. Ile trwa męska erekcja?
3. Skąd biorą się problemy z erekcją u mężczyzn?

Z czego mogą wynikać problemy z erekcją?

- przyczyny fizyczne

- przyczyny psychiczne

4. Jak działają suplementy diety wspomagające erekcję?
5. Czy suplementy diety na erekcję naprawdę są skuteczne?
6. 5 suplementów diety na erekcję, które warto wypróbować

Maxatin

ProSolution Plus

Vigrax

Climax Control

Swanson Muira Puama Root

7. Zdrowie, a suplementy na erekcję, czy można je bezpiecznie i bez obaw stosować?
8. Czy warto inwestować w suplementy diety na erekcję?

Czym jest erekcja?

Erekcja, to męski zwód, czyli gotowość mężczyzny do odbycia stosunku seksualnego. Wzwód powstaje, gdy krew napływa do ciał jamistych prącia, co zwiększa ukrwienie i powoduje usztywnienie członka. Jednak u niektórych mężczyzn występuje z tym problem, dlatego wspomagają erekcję różnymi sposobami m.in. suplementami diety.

Ile trwa męska erekcja?

Na długość trwania erekcji mają wpływ takie czynniki jak poziom podniecenia, sposób odbywania stosunku seksualnego, czy stan zdrowia mężczyzny, dlatego jej długość jest różna czasami będzie dłuższa, a innym razem krótsza, nie jest to powód do zmartwień. Jest ona utrzymywana do momentu ejakulacji i trwa średnio 7-13 minut. To samo dotyczy wieku mężczyzny. Jedni zachowują sprawność seksualną nawet po 70 roku życia, a inni np. z powodu choroby, czy innych czynników przestają być sprawni już przed 40-stką. Warto dodać, że współczesna medycyna umożliwia zastosowanie specjalnej terapii hormonalnej lub używanie tabletek, co jeszcze bardziej wydłuża sprawność seksualną.

Skąd biorą się problemy z erekcją u mężczyzn?

Czynniki mogą być bardzo różne i to nie tylko fizyczne, ale również psychiczne. Chociaż dla niektórych zabrzmi to niewiarygodnie, to nawarstwiające się problemy mogą sprawić, że młody mężczyzna nie będzie miał ochoty na seks, nawet gdy stanie przed nim piękna kobieta.

Niepełny zwód charakteryzuje się zwiotczalym, miękkim członkiem, co bardzo utrudnia, czy wręcz uniemożliwia odbycie stosunku. Można sobie też wyobrazić, co czuje taka kobieta, gdy członek nie chce zesztynnieć. W jej głowie mogą pojawić się różne myśli, „czy ja mu się nie podobam?” „czy coś ze mną nie tak?”.

Z czego mogą wynikać problemy z erekcją?

Jak było wspomniane wcześniej, mogą one wynikać zarówno z problemów fizycznych, jak i sfery mentalnej.

Przyczyny fizyczne:

Każdy mężczyzna jeżeli doświadcza problemów z erekcją, powinien zgłosić się do lekarza, ponieważ przyczyną może być choroba, szczególnie jeśli wcześniej nie było żadnych problemów. Właściwie postawiona diagnoza i odpowiednie

leczenie mogą pomóc w pozbyciu się wszelkich problemów. Do często spotykanych fizycznych przyczyn zaburzeń erekcji należą:

- choroby sercowo-naczyniowe np. niedokrwienie serca, miażdżyca naczyń krwionośnych, niewydolność serca, zwężenie naczyń krwionośnych;
- wysokie ciśnienie krwi;
- nadmierna otyłość;
- cukrzyca (choroba upośledza nie tylko dopływ krwi do prącia, ale dodatkowo niszczy ukrwienie członka);
- zaburzenia hormonalne, w tym również choroby tarczycy, czy niedobór testosteronu w organizmie;
- choroba Parkinsona;
- stwardnienie rozsiane;
- zaburzenia anatomiczne lub strukturalne prącia;
- niektóre leki także mogą powodować problemy z erekcją;
- choroba prostaty;
- choroby gruczołu krokowego;
- różnego rodzaju urazy np. uraz kręgosłupa. Mogą powodować uszkodzenie nerwów, co przyczynia się do braku wzwodu lub niepełnej erekcji;
- powikłania chirurgiczne;
- niezdrowa dieta;
- wysoki cholesterol;
- używki i nałogi – palenie papierosów, stosowanie substancji psychoaktywnych, czy nadużywanie alkoholu.

Przyczyny psychiczne:

Czynniki psychologiczne również mogą wywoływać zaburzenia erekcji. Ciągły stres, różne problemy życiowe powodują, że człowiek stale się martwi i nie ma ochoty na seks. Wyróżnia się 3 najczęstsze czynniki psychologiczne, które zaburzają erekcję:

- depresja i inne silne zaburzenia psychiczne,
- ogólny stan ciągłego niepokoju, który uniemożliwia podniecenie seksualne,
- strach przed intymnością.

Jak działają suplementy diety wspomagające erekcję?

Czy zaburzenia erekcji oznaczają koniec długich i przyjemnych stosunków seksualnych? Nie, ponieważ można zastosować suplementy diety, które wspomogą erekcję, co spowoduje dłuższe i przyjemniejsze współżycie seksualne.

Suplementy diety wspomagają mężczyznę na różne sposoby, ułatwiają osiągnięcie i utrzymanie erekcji, zwiększają libido, stymulują wzrost stężenia testosteronu.

Dzięki takim składnikom jak L-arginina, która pomaga w produkcji tlenku azotu w organizmie, można cieszyć się lepszym stosunkiem seksualnym. Tlenek azotu wpływa na rozszerzenie naczyń krwionośnych, co z kolei zwiększa przepływ krwi do penisa i wspomaga osiągnięcie erekcji.

Inne ważne składniki, dzięki którym suplementy diety są skuteczne, to żeń-szeń, czy maca peruwiańska, które wpływają na układ hormonalny, co z kolei przyczynia się do zwiększenia libido i poprawy jakości erekcji.

Niepełny wzwód i inne zaburzenia seksualne nie są problemem, którego nie da się rozwiązać, trzeba jedynie sięgnąć po odpowiednie suplementy diety, które pomogą usprawnić życie seksualne.

Czy suplementy diety na erekcję naprawdę są skuteczne?

Tak są skuteczne, ale pod warunkiem wybrania odpowiednich i sprawdzonych suplementów. Trzeba **wyraźnie zaznaczyć**, że nie wszystkie suplementy są skuteczne, niektóre są jedynie chwytem marketingowym o niepotwierdzonym działaniu. Wybierając suplementy na erekcję, trzeba sprawdzić oceny i opinie danego produktu oraz jego wskaźnik skuteczności, można również skonsultować się z lekarzem, który pomoże wybrać dobry i sprawdzony suplement.

Skuteczność suplementów może się różnić w zależności od wielu czynników, takich jak indywidualne cechy organizmu, przyczyny problemów z erekcją oraz jakość i skład konkretnego suplementu. Niemniej jednak istnieje wiele pozytywnych opinii użytkowników, które potwierdzają skuteczność suplementów diety w poprawie jakości erekcji.

Większość suplementów opiera się na naturalnych składnikach, których działanie na układ krążenia, poziom hormonów i zdolność do osiągnięcia erekcji

zostało potwierdzone badaniami, co jest „twardym” argumentem potwierdzającym skuteczność tego rodzaju suplementów.

5 suplementów diety na erekcję, które warto wypróbować

Na rynku jest bardzo wiele suplementów diety na erekcję, jednak nie wszystkie są jednakowo skuteczne, dlatego warto wybierać środki sprawdzone z dobrymi opiniami i potwierdzoną skutecznością. Oto kilka dobrych i sprawdzonych suplementów diety, które pomogą przywrócić pełną erekcję.

Maxatin

Suplement diety dla mężczyzn, którzy pragną wydłużyć czas odbywania stosunku oraz poprawić jego jakość. Koncentruje się na poprawie jakości i intensywności orgazmu oraz zwiększeniu objętości ejakulatu. Zawiera składniki, takie jak żeń-szeń, buzdyganek naziemny i wyciąg z żurawiny. Maxatin jest doceniany za swoje pozytywne efekty i wpływ na satysfakcję seksualną. Składniki zawarte w suplemencie stymulują receptory w nerwach i sprawiają, że członek jest bardziej wrażliwy na dotyk, wilgotność i ciepło.

ProSolution Plus

Jest naturalnym suplementem diety przeznaczonym do zwiększenia popędu seksualnego, zwiększenia częstotliwości aktywności seksualnej oraz zwiększenia erekcji. Zawiera wyłącznie naturalne składniki, które mają pozytywny wpływ na erekcję, wytrzymałość i kontrolę ejakulacji. W jego skład wchodzi:

- Tribulus creeping - chińskie zioło odpowiedzialne za zwiększenie poziomu testosteronu.
- Żeń-szeń indyjski – zwiększa przepływ krwi do genitaliów, zwiększając tym samym wrażliwość i wytrzymałość podczas seksu.
- Racemoza szparagowa – poprawia popęd seksualny oraz wydłuża czas stosunku.
- Hygrophila - poprawia jakość nasienia i zwiększa liczbę plemników
- Orchidea curculigo - pomaga wydłużyć czas stosunku.

Popularny szczególnie w USA w Polsce nieco mniej znany, jednak warto samemu przekonać się o jego dużej skuteczności.

Vigrax

Suplement diety na erekcję zawierający wyłącznie naturalne składniki, takie jak:

- żeń-szeń,
- buzdyganek naziemny,
- L-arginina.

Został stworzony w celu poprawy zdolności erekcyjnych poprzez zwiększenie przepływu krwi do prącia. Vigrax cieszy się pozytywnymi opiniami ze względu na skuteczność i bezpieczeństwo stosowania. Mogą go stosować mężczyźni w każdym wieku, a jego działanie zostało potwierdzone naukowo.

Climax Control

Jest suplementem dla mężczyzn, który utrzymuje poziom serotoniny, czyli hormonu uczestniczącego w procesie przesyłania impulsów, między komórkami nerwowymi, co wpływa m.in. na erekcję. Ma on duży wpływ na:

- przedłużenie stosunku seksualnego;
- utrzymanie erekcji;
- podwyższenie libido;
- zwiększenie potencji;
- zapobieganie przedwczesnemu wytryskowi.

W jego skład wchodzi m.in.: L-arginina, tlenek cynku, buzdyganek naziemny, owoc żurawiny, korzeń lukrecji, czy nasiona dyni.

Jest to skuteczny produkt, który można polecić każdemu, kto ma problemy z erekcją.

Swanson Muira Puama Root

Ceniony produkt na potencję zwany również naturalnym afrodyzjakiem. Poprawia funkcjonowanie układu hormonalnego i odpornościowego, co korzystnie wpływa na erekcję. Jego głównym składnikiem jest Ptychopetalum, czyli bardzo silnie działający afrodyzjak znany i używany wśród plemion indiańskich. Suplement dodaje energii, zwiększa ochotę na stosunek oraz pobudza potencję. Jego dużą zaletą jest antystresowe działanie, dzięki czemu nadaje się dla osób, u których problemy z erekcją mają podłoże mentalne np. ciągły stres.

Warto wspomnieć, że niektóre suplementy na erekcję dostępne są wyłącznie na receptę.

Gdy pojawiają się problemy z seksualnością, nie oznacza to końca życia seksualnego. Nie należy się załamywać i zrobić wszystko, aby ponownie

przywrócić sprawność erotyczną, a jednym ze sposobów jest zastosowanie wyżej wymienionych suplementów diety.

Zdrowie, a suplementy na erekcję, czy można je bezpiecznie i bez obaw stosować?

Ze wszystkim należy zachować umiar, ale suplementy na erekcję są bezpieczne i może je stosować bez obawy o swoje zdrowie, czy negatywne skutki uboczne.

Wiele suplementów opiera się na naturalnych składnikach, które oprócz wspierania erekcji, wpływają także pozytywnie na zdrowie organizmu.

Oczywiście zawsze należy zachować pewne środki ostrożności, dlatego należy wybierać tylko sprawdzone suplementy, produkowane przez renomowane firmy, które zapewniają wysoką jakość produktów.

Kolejną rzeczą jest odpowiednie dawkowanie. Nawet najzdrowsze rzeczy spożywane w nadmiarze mogą okazać się szkodliwe, z tego powodu należy brać suplementy zgodnie z wytycznymi.

Niezwykle ważną kwestią jest również monitorowanie organizmu, czy nie zachodzą żadne niepożądane skutki lub reakcje alergiczne, jeśli tak, to należy natychmiast przerwać suplementację.

Odpowiednio dobrane, wysokiej jakości suplementy diety, w połączeniu z odpowiednim stosowaniem z pewnością przyczynią się do poprawy zdrowia seksualnego.

Czy warto inwestować w suplementy diety na erekcję?

Seks to jedna z najprzyjemniejszych czynności w ludzkim życiu, dlatego ważne, aby dawał maksymalną przyjemność, a nie będzie to możliwe jeżeli erekcja jest niepełna. Z tego powodu warto inwestować w suplementy diety na erekcję.

Jednak jak było wspomniane wcześniej, musi to być wybór odpowiedzialny i tylko sprawdzonych suplementów, ponieważ nie każdy działa tak samo.

Nieznany suplement od nieznanego producenta, może nie przynieść żadnej poprawy, a nawet okazać się szkodliwy. Szanując swoje zdrowie i pieniądze należy inwestować tylko w sprawdzone suplementy na erekcję np. te wymienione wyżej.