

# Bao nhiêu phút thì được coi là xuất tinh sớm?

Bao nhiêu phút thì được coi là xuất tinh sớm là câu hỏi băn khoăn thắc mắc của không ít nam giới. Đa số phái mạnh cho rằng thời gian cuộc yêu càng kéo dài thì người đàn ông càng chứng tỏ được bản lĩnh và sức mạnh của mình. Điều này không chỉ thỏa mãn được bản thân mà còn làm hài lòng bạn tình của mình. Chính vì suy nghĩ như vậy mà nhiều người luôn cố gắng đạt được thời gian quan hệ tình dục càng lâu càng tốt.



Đối với một số quý ông, thời gian trở thành nỗi ám ảnh trong mỗi cuộc “yêu”. Với nỗi lo chưa thỏa mãn được bạn đời và yếu sinh lý. Vậy đâu là thước đo thời gian quan hệ tình dục chuẩn mực? bao nhiêu phút được coi là xuất tinh sớm? đó là câu hỏi mà nhiều anh em phái mạnh thắc mắc. Hãy cùng các chuyên gia của phòng khám đa khoa Hưng Thịnh giải đáp thắc mắc trên.

## Xuất tinh sớm và nguyên nhân của xuất tinh sớm

Xuất tinh sớm là một dạng rối loạn dương cương thường xảy ra ở nam giới. Biểu hiện chung của bệnh lý này là nam giới không thể kéo dài thời gian xuất tinh khiến cho nữ giới được thỏa mãn. Theo một nghiên cứu khoa học cho thấy có 25% nam giới xuất tinh trong khoảng thời gian từ 1 – 2 phút, 50% phái mạnh có thời gian “yêu” từ 5 - 10 phút, Và 25% phái mạnh có thời gian “yêu” lớn hơn 10 phút.

Nếu không tính màn dạo đầu cho cuộc “chinh phục” thì khoảng thời gian bao lâu là hợp lý? Theo một cuộc nghiên cứu, hầu hết phái mạnh đều có xu hướng trả lời thiếu trung thực về thời gian. Tâm lý chung là tăng thêm thời gian “yêu” để chứng tỏ bản lĩnh của phái mạnh. Tuy nhiên phụ thuộc vào đặc điểm sinh lý, ở mỗi quốc gia và vùng miền có những quan điểm khác nhau về thời gian “yêu”.

Các chuyên gia nghiên cứu về đặc điểm sinh lý của đàn ông việt nam đã đưa ra kết quả như sau :

Nếu thời gian của cuộc yêu chỉ kéo dài trong vòng 60s thì bạn nên đi khám. Vì có thể bạn đang mắc một số chứng bệnh liên quan đến tình dục như rối loạn dương cương. Đây được coi là thời gian xuất tinh sớm và có dấu hiệu bệnh lý.

Nếu cuộc yêu kéo dài trong khoảng 3 phút đây là khoảng thời gian yêu quá ngắn, khó có thể thỏa mãn được bạn tình của mình đồng thời cũng tiềm ẩn một vài nguy cơ bệnh lý nhưng chưa chắc chắn. Đây cũng được coi là xuất tinh sớm.

Từ 3 -7 phút, đây là khoảng thời gian thích hợp cho cuộc yêu của các cặp tình nhân.

Từ 7 – 15 phút, đây có thể coi là thời gian vàng của các cặp yêu nhau và là thời gian “mơ ước” của phái mạnh.

Thường xuyên trên 15 phút đây là dấu hiệu của bệnh lý liên quan tới đường sinh dục. Bạn nên nhanh chóng đi tới các cơ sở y tế để được khám và điều trị.

Trên đây là chỉ số thời gian quan hệ hợp lý được các bác sĩ cũng như các chuyên gia nghiên cứu và công bố. Nếu dựa theo kết quả này, thì quan niệm về thời gian yêu của các cặp đôi mà phái mạnh cho rằng càng lâu càng tốt là quan niệm hoàn toàn sai lầm.

Xem thêm:

- [Chi phí chữa xuất tinh sớm](#)

- [Cách chữa xuất tinh sớm](#)

## Căn cứ cho việc tính toán thời gian “yêu”

Trong các cuộc yêu khác nhau, thời gian yêu cũng phụ thuộc vào đặc điểm của hoàn cảnh chủ quan và khách quan khác nhau để tính toán. Những nhân tố tác động đó bao gồm :

Đặc điểm tâm lý: nếu bạn có tâm lý thoải mái thì chắc chắn sẽ đảm bảo được thời gian yêu khiến bạn tình của mình hài lòng.

Thể trạng: đây là yếu tố quyết định quan trọng tới thời gian. Nếu bạn có tình trạng sức khỏe tốt khi quan hệ thì thời gian xuất tinh của bạn cũng kéo dài.

Kinh nghiệm: nếu bạn là người từng trải trong chuyện “ây” thì bạn hoàn toàn có khả năng điều khiển cuộc yêu lẫn thời gian.

Yếu tố bẩm sinh: đây là yếu tố ảnh hưởng rất lớn đến khả năng kéo dài thời gian. Một số nam giới gặp phải các vấn đề về sinh lý ngay từ trong cơ thể.

Nhiều nam giới luôn lầm tưởng về thời gian là vấn đề quyết định sự thỏa mãn cả hai khi quan hệ mà quên mất rằng chính sự thỏa mãn của bạn đời mới là yếu tố quyết định.

Chính vì vậy, xuất tinh sớm là hiện tượng mà nam giới phải đối mặt ít nhất 1 lần trong đời bởi các tác động của các nguyên nhân chủ quan, khách quan. Nếu bạn thường xuyên xuất hiện tình trạng xuất tinh sớm, hãy nhanh chóng tới các cơ sở y tế [điều trị xuất tinh sớm ở đâu](#) để được khám và điều trị kịp thời. Nếu bạn có thắc mắc, hãy gọi cho chúng tôi theo số điện thoại. Các chuyên gia của phòng khám đa khoa Hưng Thịnh luôn sẵn sàng lắng nghe và sẽ chia sẻ với bạn. Liên hệ ngay qua hotline **0352612932** để được tư vấn về bệnh xuất tinh sớm miễn phí.