

## \*\*\* 11 ข้อคิดเกี่ยวกับเซ็กซ์ \*\*\*

นำเสนอเมื่อ : 13 ต.ค. 2552

### 11 ข้อคิดเกี่ยวกับเซ็กซ์ (กรุงเทพฯ)

**การมีเพศสัมพันธ์ นอกจากเป็นวิถีทางธรรมชาติอย่างหนึ่งของมนุษย์ ยังมีผลพลอยได้เกิดขึ้นตามมาอีกด้วย**

ซึ่งนักวิชาการที่ช่างสรรหาเรื่องวิจัยระบุว่า ผลพลอยได้จากการมีเพศสัมพันธ์ สะท้อนออกมาทางกระบวนการทางชีววิทยา ถ้าใช้คำว่าผลพลอยได้ ก็ต้องมีความหมายในแง่บวก เช่น เซ็กซ์ช่วยลดความอ้วน เซ็กซ์ช่วยบำรุงความงาม ช่วยแก้ปวดหัวและอาการแพ้ ช่วยประหยัด...ไม่ต้องซื้อน้ำหอม เซ็กซ์ทำให้ผมนุ่มเป็นเงางาม เป็นต้น ซึ่งเขารวมเรียกว่า คุณูปการของเซ็กซ์ ไวดังนี้...

**1. เซ็กซ์คือการบำรุงความงาม** การทดลองทางวิทยาศาสตร์ พบว่าขณะผู้หญิงมีเพศสัมพันธ์ เธอจะหลั่งฮอร์โมนเอสโตรเจนออกมาปริมาณมาก ซึ่งทำให้เธอผมเป็นเงางามและผิวพรรณนุ่มนวล

**2. เพศสัมพันธ์ที่อ่อนโยนและผ่อนคลาย** ช่วยลดการอักเสบทางผิวหนัง เช่น สิวและผื่นต่าง ๆ เหนือที่ไหลออกมาเป็นตัวชะล้างรูขุมขน ทำให้ผิวมองใส

**3. เพศสัมพันธ์ช่วยเผาผลาญแคลอรี** ที่คุณกินเข้าไปช่วงมือค้ำอันโรแมนติก

**4. เซ็กซ์คือการออกกำลังกายที่ปลอดภัยที่สุด** ทั้งช่วยยืดเส้นยืดสายและทำให้กล้ามเนื้อตึงในทรวงอก ๆ ส่วนของร่างกาย อีกทั้งน้ำหนักกว่าจ็อกกิ้งหรือว่ายน้ำสัก 20 เทียวนเป็นไหน ๆ แถมยังไม่ต้องไชรองเทาก็พาแพง ๆ

**5. เซ็กซ์ช่วยลดความตึงเครียดได้ดียิ่ง**  
กิจกรรมทางเพศช่วยให้ร่างกายหลั่งสารเอ็นดอร์ฟินส์ในกระแสเลือดทำให้คุณรู้สึกดีขึ้น

**6. มีเซ็กซ์บ่อย ๆ คุณยิ่งได้รับสารเคมีที่ชื่อ ฟีโรโมนส์ (Pheromones) มากยิ่งขึ้น**

**7. กลิ่นตัวที่ถูกขับออกมา** ขณะมีความต้องการทางเพศ เป็น "น้ำหอม" ที่ช่วยกระตุ้นให้เพศตรงข้ามคลั่งคลั่งได้อย่างเหลือเชื่อ

**8. จูบกันทุกวันลดอาการพึมพำ** การจูบกระตุ้นน้ำลายให้ขับน้ำลายออกมา จึงช่วยชะล้างฟันของคุณให้สะอาด

### 9. เช็กซ้แก้ปวดหัว

ตลอดกระบวนการทางเพศจะช่วยผ่อนคลายความตึงเครียดซึ่งไปปิดกั้นหลอดเลือดในสมองไว้

**10. ร่วมเพศบ่อย ๆ** ช่วยแก้อาการคัดจมูก เพราะเช็กส์เป็นยาแอนตี้ฮิสตามีนจากธรรมชาติ แก้อาการแพ้ฝุ่นแพ้ละอองได้ดี

**11. เช็กส์จะเป็นยานอนหลับที่มีประสิทธิภาพดีกว่า** แวลีเยม (Valium) หลายเท่า ถ้าคุณสามารถ มีเช็กส์เกิน 5 ครั้งในหนึ่งคืน (ถ้าไม่สามารถ ห้ามทำเด็ดขาด)

เพื่อให้ได้สิ่งที่เรียกว่า "ผลพลอยได้" จึงต้องมีเช็กส์ตามสมควร อย่าถึงกับต้องหักโหม เพราะนั้นจะทำให้เกิดผลเสียมากกว่าโชคดีในเรื่องเพศ



ขอขอบคุณข้อมูลจาก

**กรุงเทพธุรกิจ**

<http://women.kapook.com/view5017.html>