

Gut gespült
ist halb
gefickt!

ROSA TIPPS





Gut gespült ist halb gefickt!

Der Allerwerteste ist nicht nur zum Sitzen da, sondern kann beim Sex auf vielfältige Weise eingesetzt werden. Doch manche Männer haben Bedenken, dass es beim Ficken zu unangenehmen »Pannen« kommt.

Unsere Tipps zum Thema Darmspülung können dir helfen, entspannter in ein Date zu gehen:

● Sehr einfach in der Anwendung ist ein sogenannter Klistierball (auch Klistier- oder Birnspritze genannt). Das ist ein kleiner Gummiball mit einer länglichen Plastikspitze. Den Ball befüllst du mit lauwarmen Wasser (bitte ohne jeglichen Zusatz!) und führst die Spitze, am besten mit etwas Gleitgel, in deinen Po ein. Dann drückst du auf den kleinen Ball und das Wasser strömt in deinen Körper. Ziehe die Spitze wieder raus und versuche, das Wasser ein paar Minuten in dir zu behalten. Gehe nun zum Klo und drücke das Wasser raus. Wiederhole den Vorgang max. 2-3 Mal, bis keine Rückstände mehr zu sehen sind.

- Alternativ kannst du einen Duschaufsatz nutzen, der vom Wirkprinzip wie ein Klistierball funktioniert. Aber Vorsicht: Mit einem solchen Aufsatz hast du weniger Kontrolle über die Temperatur, die Menge und den Druck des Wassers. Dies kann zu Verletzungen führen!
- In Apotheken kannst du rezeptfrei sogenannte Mikroklistiere kaufen. Dieses Abführmittel ist einfach (nach Packungsanleitung) anzuwenden. Diese Möglichkeit ist insbesondere für den Urlaub eine gute Alternative, da sie ohne Probleme neben Cruisingpacks in dein Handgepäck passen.

Weitere Tipps für geile Ficks!

- Versuche vor Dates auf Lebensmittel zu verzichten, die Blähungen verursachen.
- Benutze auf keinen Fall alkoholische Getränke zum Spülen! Es besteht die Gefahr einer Alkoholvergiftung.

