

Клизмы (спринцевания) используются перед принимающим анальным сексом из «гигиенических» соображений, для промывания кишечника. Большинство врачей и сексологических сайтов обязательно Вам посоветуют сделать клизму перед половым актом. Однако, вода вымывает микрофлору кишечника, что уменьшает естественную защиту организма и повышает риск передачи инфекций, передаваемых половым путем.

В целом промывание кишечника перед сексом совсем не обязательно, и многие люди, практикующие анальный секс обходятся без этого. Часто достаточно заранее «сходить в туалет» и обязательно подмыться перед самым половым актом. Так что вопрос о том, стоит ли делать клизму перед анальным сексом, вам придется решить самим. Но в любом случае некоторая информация об этой процедуре вам не помешает.

Клизма делается с помощью обычной медицинской спринцовки, купленной в аптеке. Спринцовки представляют собой резиновую емкость с пластмассовым/резиновым наконечником. Спринцовки бывают разного объема и формы. Для промывания кишечника также может использоваться «Кружка Эсмарха», она похожа на резиновую грелку и позволяет одновременно вводить в кишечник до трех литров воды.

Суть процедуры состоит в следующем: через анус, в кишечник, с помощью спринцовки достаточного объема (от 500 мл) вводится кипяченая теплая вода, которая держится внутри минут пять, до тех пор, пока человек в состоянии удерживать воду. Такая процедура повторяется несколько раз с перерывами в несколько минут. В крайнем случае, спринцевание можно выполнить с помощью душа (предварительно открутив насадку и смазав конец шланга смазкой) в ванне, однако людям с ослабленным иммунитетом такой метод противопоказан.

При применении клизм важно помнить несколько важных моментов:

- Частое спринцевание может нарушить защитный слой слизистой кишечника, вызвать раздражение и воспаление, вследствие чего повышается уязвимость организма перед различными инфекциями (включая ВИЧ).
- Нельзя делать клизму непосредственно перед сексом.
- Злоупотребление клизмами может нарушить нормальную работу кишечника.
- Клизмы могут привести к нагрузке на сердце, так что их лучше избегать при сердечных заболеваниях.
- При спринцевании используйте только теплую кипяченую воду. Другие жидкости или травяные отвары, а также вода с добавлением различных химических веществ могут вызвать аллергическую реакцию и привести к раздражению

слизистой кишечника.