

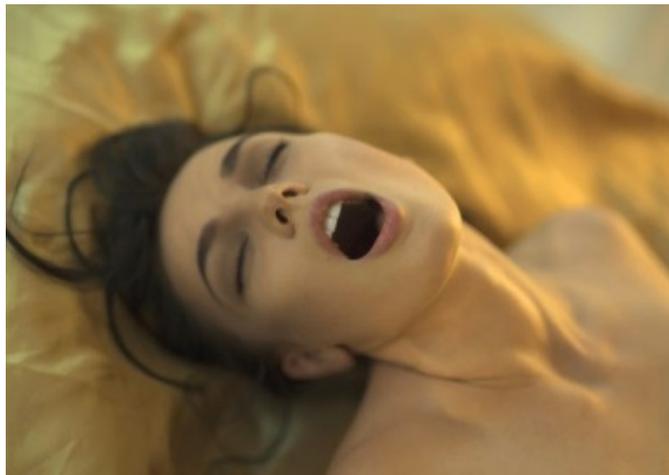
Weibliche Ejakulation

Squirten, Ejakulieren oder Spritzen: Ist dies der ultimative Sex-Kick für Frauen? Selbst feministisch orientierte Sex-Expertinnen wie Deborah Sundahl sind der Meinung, dass die sexuell freie Frau ejakuliert, während andere noch nicht so befreit seien.

Ejakulieren ist eine ganz natürliche Sache – für den Mann wie auch für die Frau. Manche haben es vielleicht unbewusst schon erlebt, wissen nicht so richtig, was es war, und schämen sich, darüber zu sprechen. Manche haben von Freundinnen davon gehört oder kennen es aus Pornofilmen. Sich über die Möglichkeit der weiblichen Ejakulation bewusst zu sein, bevor eine Frau sie zum ersten Mal erlebt, hilft sehr, dieses Phänomen besser zu verstehen.

Was passiert bei der Frau, wenn sie squirtet? Dafür gibt es noch keine eindeutige Antwort aus der Wissenschaft. Ist eine Frau erregt, füllen sich Drüsen im Harnröhrenschwamm mit einer Flüssigkeit und der Harnröhrenschwamm anschwillt. Dadurch tritt der G-Punkt (benannt nach Ernst Gräfenberg, Gynäkologe) weiter hervor und wird für Stimulation besonders empfänglich. Die Flüssigkeit gelangt von den Drüsen in die Harnröhre und wird über die Harnröhrenöffnung ausgeschieden. Die weibliche Prostata hat 30

bis 40 sogenannte Paraurethraldrüsen. Diese liegen direkt neben der Harnröhre. Die beiden Ausgänge der Harnröhre liegen neben dem Harnloch. Im Eingang der Vagina kann man die Prostata ertasten. Sie fühlt



sich zunächst schwammig an. Wenn man sie penetriert, füllt sie sich mit einer klaren Flüssigkeit – dem Ejakulat. Jede Frau kann also spritzen. Je nach deren Anatomie kann es jedoch sein, dass die Schwellkörper der Harnröhre den Harnröhrenausgang beim Anschwellen verschliessen, so dass das Ejakulat nicht nach aussen gespritzt wird.

Jede Frau squirtet unterschiedlich Grundsätzlich ist die weibliche Ejakulation sehr schwierig allgemeingültig zu untersuchen oder zu messen. Jede Frau squirtet verschieden. Manche ejakulieren bei jedem Sex, manche nur ab und zu, manche spritzen nie. Manche Frauen ejakulieren nur bei Stimulation ihres G-Punktes, andere auch bei klitoraler Stimu-

lation, wieder andere durch eine Kombination aus beidem. Bei manchen Frauen schießt das Ejakulat geradezu heraus, bei anderen hingegen sind es nur ein paar Tropfen. Der Orgasmus während der Ejakulation kann

ein klitoraler, analer oder oraler sein. Auch ganz ohne Orgasmus ist Squirten möglich. Jedoch ist ein besonders hoher Erregungszustand die Voraussetzung für die weibliche Ejakulation. Die Ejakulation passiert vielleicht nicht gleichzeitig wie der Orgasmus, sondern unmittelbar davor oder danach. In diesem Fall empfinden Frauen es wie ein gewaltiges Loslassen, aber nicht wie einen Orgasmus. Frauen, die gleichzeitig mit dem Orgasmus ejakulieren können, beschreiben diesen ejakulierenden Orgasmus als vollkommen einzigartig. Sie sprechen von einem tieferen Ganzkörperorgasmus, nach dem sie sich völlig befriedigt und erschöpft fühlen.

Schwall von Flüssigkeit
Was in Japan als «Wasser der Liederlichkeit»



bekannt ist, war auch dem Arzt Hippokrates 400 Jahre vor Christus und dem Naturphilosophen Aristoteles nicht fremd:

Zeit als schädlich klassifiziert. Freiherr Richard von Krafft-Ebing schrieb 1888 in der Wiener Medizinischen Presse über



Er wusste, dass Frauen «einen Saft absondern», können, der mengenmäßig das männliche Pendant «bei weitem übertrifft». Hippokrates hat «nächtliche Pollutionen» beschrieben, bei denen «eine sehr reichliche und sehr starke Menge des Samens durch Kitzeln der Geschlechtsteile» hervorbreche. Damals dachte man, dass sowohl Männer als auch Frauen Samen bilden, um sich fortzupflanzen. Diese Theorie wurden von den Theologen des Mittelalters übernommen. Sie waren der Meinung, wenn eine Frau «keinen Samen absondert, dann kann aus der Verbindung keine Befruchtung erfolgen». Auch in den Aufklärungsbüchern des 18. und 19. Jahrhunderts ist von ejakulierenden Frauen die Rede. Allerdings wurde der Sekretausschuss in der prüden Wilhelminischen

«pollutionsartige Vorgänge beim Weibe». Sie kämen «nicht selten bei nervenkranken, und zwar sexuell asthenischen Weibern» vor, die deshalb leicht eine Neurose entwickelten. Bis auf die nicht beachtete Veröffentlichung des Gynäkologen Ernst Gräfenberg, der 1950 neben dem G-Punkt auch den «Schwall» von Flüssigkeit beschrieb, blieb die weibliche Ejakulation später jedoch unbeachtet. In den Neunzigerjahren hat die Kölner Medizinerin Sabine zur Nieden für ihre Doktorarbeit 300 Frauen zum Thema befragt. Demnach hat jede dritte Frau schon einmal ejakuliert, jede zehnte Frau gab sogar an, dass sie beim Sex jedes Mal ejakulieren würde.

Ejakulation während des Geschlechtsverkehrs
Diese Stellungen eignen sich besonders, um eine Frau während des Geschlechtsverkehrs zum Spritzen zu bringen:

G-Punkt-Scharfschützen-Stellung:

Die Frau legt sich auf den Rücken und verlagert ihr Gewicht auf ihre Schulterblätter. Der Partner kniet sich direkt vor sie. Sie streckt die Beine in die Luft und stützt sie an seinem Oberkörper ab. Er hebt ihr Becken an. Sie hält sich mit ihren Händen an seinen Beinen fest. Und nun führt er seinen Penis in ihre Vagina ein. Langsam und behutsam. Eventuell muss ein bisschen rumprobiert werden, bis er ihren G-Punkt gefunden hat.

Durch die G-Punkt-Scharfschützen-Stellung lässt sich der G-Punkt bei jedem Stoss stimulieren.

Doggystyle:

Bei der Hündchenstellung (Doggystyle) kniet der passive Partner auf allen vieren, der aktive Partner nähert sich ihm von hinten und führt seinen Penis ein. Dabei können sowohl die Vagina als auch der Anus penetriert werden. Die Eichel des Mannes wird dabei stark stimuliert, ebenso der G-Punkt der Frau im Scheideninneren. Da der penetrierende Partner durch diese Stellung beide Hände frei hat, kann er zusätzlich die Brüste, die Klitoris, den Penis und andere erogene Zonen des passiven Partners stimulieren.

Reiterstellung:
Bei der Reiterstellung
liegt der penetrierende

dieser Stellung ein etwas
grösserer Druck auf den
Penis ausgeübt wird als



Partner auf dem Rücken;
der penetrierte Partner
steigt über ihn und führt
sich in kniender oder ho-
ckender Stellung das
Glied in die Vagina oder
den Anus ein. Insbeson-
dere ist diese Stellung
auch geeignet, um die
Prostata der Frau zu sti-
mulieren.

in anderen. Da der Mann
nicht direkt auf der Frau
aufliegt, hat diese ein
grösseres Mass an Kon-
trolle.

Weitere Informationen:
www.weiblichequelle.de

Das G-Punkt Handbuch für
Sexgötter, Yella Cremer

www.lovebase.com

Wiener Auster:
Die Frau liegt auf dem
Rücken und verschränkt
ihre Beine hinter dem
Kopf des Mannes. Der
Mann dringt ein und legt
sich mit seinem ganzen
Gewicht auf die Frau.
Beim Eindringen verspürt
er einen verstärkten
Druck auf seinen Penis.
Bei Variationen der Wie-
ner Auster kann die Frau
auch die Füße hinter
dem Nacken des Mannes
kreuzen. Bei dieser Stel-
lung kann der Mann leich-
ter und tiefer in die Frau
eindringen. Einige Frauen
erleben in dieser Stellung
aufgrund der erhöhten G-
Punkt-Stimulation starke
Orgasmen, begleitet von
weiblicher Ejakulation.
Ausserdem spürt der
Mann dabei mehr, da in