

乳首開発の知識、注意点やおすすめアイテム

「乳首開発の目的」

本作での乳首開発の目的はメスイキすることです。

そのため、乳首刺激でも、アネロスでの刺激でも、

簡単にメスイキをする場合のターゲットは前立腺になります。

乳首を刺激しながら前立腺を包むPC筋に少しだけ力を入れ続けることで、前立腺が優しく圧迫され、腸の蠕動運動で勝手に動くアネロスの刺激をより強く感じるのに加えて、

乳首を刺激するたびにPC筋がピクピクと動くことで快感の度合いが大きく引き上がり、強い快感を感じることができます。

これにより、一定上の快感が溜まることで起こるメスイキが引き起こせます。

・乳首開発のメリット・デメリット

乳首開発のメリットは道具も準備がほぼ必要ないため、なんといっても手軽なことです。

さらに、メスイキ未経験者には難しいものの、乳首だけでメスイキ、ドライオーガズムを体験することも可能です。

逆に、デメリットは最初のメスイキを達成するまでのハードルが高いこと。

PC筋を意識しつつ乳首を刺激して前立腺でメスイキする以上、前立腺の性感が未開発だとやはり難しい面が多いかと思えます。

そういった意味でも本作では乳首と前立腺を並行して開発することをおすすめしています。

他にも、乳首の感度が上昇することで、最初のうちは日常生活で乳首を触ったときに思った以上に気持ちのいい感覚が来てしまうこともデメリットかもしれません。

ですが、インナーを摩擦の少ないものにするなど対処法は多く、

体が刺激に慣れるのでしばらくするとあまり気にならなくなります。

長期的にはそこまで問題になることは少ないでしょう。

・乳首開発の際の注意点

乳首もデリケートな場所なので、優しく、撫でるように触ってあげるのが気持ちいい刺激をするポイントです。メスイキのためにはあんまり激しい動きはしない方が良いでしょう。

しばらく触っていると、感覚が鈍くなってくることがあります。

そういうときは、しばらく、数分の休憩をすると感覚が戻ってきます。

また、多少乳首が肥大する可能性があるのも注意点です。

ですが、優しく刺激するなどの注意点を守っていれば、そこまで目立つ大きさになる心配はしないで良いでしょう。

乳首をピンポイントで吸引する器具を使うと大きく肥大する可能性がありますので使用はやめた方が良いでしょう。

「乳首刺激がなぜメスイキに有効か？」

乳首を刺激することで前立腺の感度が上がり、さらにはPC筋を始めとした下腹部の筋肉が気持ちよく収縮し、メスイキしやすくなります。

これはメスイキ開発をする際の経験則では、乳首と前立腺は繋がっているといった表現がされています。

医学的側面から考えると、愛情ホルモンこと、オキシトシンがこの現象を説明する際のキーワードになります。

オキシトシンは性行為により大量に分泌されますが、ハグなどのスキンシップや授乳の刺激でも分泌されます。

(ただし、最もオキシトシン分泌を刺激するのは授乳の際の乳頭吸啜刺激、分娩に伴う子宮頸管の伸展です)

さらに、オキシトシンによって作動する神経系が存在しており、オキシトシンが分泌されることにより生殖器周辺の快感に伴う反応に関わる随意筋と不随意筋が刺激されるようです。

もしかしたら、肌触りの良いぬいぐるみを抱きしめることでオキシトシンを増やして、メスイキ開発に伴う多幸感を増やしたり、前立腺の感度を上げる、ことも可能...かもしれません。

また、ぬいぐるみを抱きしめると乳首を刺激する際、腕の姿勢が楽になるのもメリットです。(トラック9 コハルと電話越し相互オナニーにて、コハルが紹介してくれています)

体感では乳首を触るたび、前立腺の前側を撫でられるような刺激があることから、オキシトシンの分泌で下腹部の神経系が刺激され、骨盤底筋群のうち、特にPC筋や前立腺内部の意識的に動かせない筋肉の一部でピクピクと収縮運動が起きているのかもしれない。

「乳首開発にあると良いアイテム」

・ナイロンメッシュインナー(推奨度 ◎夏向け)

夏向けのサラサラした化繊インナーです。

指の滑りが良いので乳首に優しく、適度な刺激で気持ち良くなれるでしょう。

Yシャツの下に着るタイプのインナーが薄いため、

乳首を刺激するのにちょうどいいかと思います。

* *リズムの細かいメッシュのものがおすすめです。

・冬向け、中厚手のふわふわインナー(推奨度 ◎ 秋冬向け)

メリノウールなどの空気を含んだふわふわした感触のインナー

寒いと体の感度が下がるため、寒い時期には温かいインナーを着るのがおすすめです。

直接肌に触れるよりは指の滑りが良く、寒くないものを選ぶと良いでしょう。

・UFOなどの電動乳首責めグッズ（推奨度 ◎）

UFOMobileを始めとする電動グッズ。

ずっと舐めたり、カリカリひっかくような刺激をし続けてくれるグッズです。スイッチを入れている間ずっと優しい気持ちよさを感じられる、指では不可能な長時間、指では不可能な刺激をしてくれるのがポイントです。

こういった電動グッズは値段が高いですし、入荷待ちが必要だったり、入手性が悪いですが、その価値は確実にあるので、ぜひ使ってみてほしいアイテムです。

電動乳首責めグッズとアネロスを使ったメスイキは、時間をかけて、ゆっくり快感を貯めて、体中から快樂があふれるような感じになることが多いです。

ただ、手での刺激と違い、アネロスの動きに自分でタイミングをあわせられないのはデメリットです。（アネロスが前立腺を圧迫するのと同じタイミングで乳首を刺激すると強い快感を感じられます。）

ですが、UFOなどの電動乳首責めグッズは長く気持ちよさを感じるのにはとてもおすすめですし、アネロスと一緒に使った場合、両手が自由になるので、スマホなどでいろいろ漁れるのもメリットです。

さらに、UFO TW、UFO mobileは防水、コードレスなので、メンテナンス含めてとにかく使いやすいです。断線の恐れもないため、長持ちするというのも見逃せないメリットです。

乳首未開発の初心者にもおすすめできますが、じっくり快感を貯める性質上、快感のピークが一気に来ないため、初めてのメスイキを達成するのには向かないかもしれません。

注意点として、UFOなどの電動グッズは男女兼用のため、乳首を刺激してくれるアタッチメントが乳首から若干遠く、刺激が弱すぎることがあります。

その場合、100円ショップなどで丸い板状のネオジム磁石を数枚、アタッチメントの下につけて、高さを調整してみてください。

男性の場合は片側につき3枚程度、計6枚用意すればちょうどいい位置に調節ができるかと思えます。

・スポール**などの鍼シール（推奨度 △）

管理医療機器の目的外使用になるため、大手を振って勧められないのですが、自分で使って多少効果があり、ネット上でも感度開発に効果的とされているため、

ここに紹介しておきます。

感度上昇にある程度の効果があります。用法は説明書通りに乳首に刺すだけです。
1～2週間で感度が多少上昇したのを実感できるかと思います。

普段のオナニーの際に、ペニスと一緒に片方の乳首を触る方が性感開発という意味ではより効果的ははずですし、乳首の感覚がほとんど無い、くらいの場合に使うくらいでよいかと思います。

ただ、トイレのたびに、便座に座って乳首を刺激してみるくらいでも感度開発は進むので必要度合いは低めになるかと思います。

乳首に鍼を刺したことで、乳首の皮膚組織に適度な刺激やダメージが入ることで、血行促進や肥大、鍼シールを貼ったことで乳首の感覚を自然と意識すること、などが乳首の感度上昇につながっている...のかもしれませんが。

・サージカルテープ(乳首が浮くのを防ぐ)

乳首開発をしていると、多少乳首が浮きやすくなるため、困ったら使うと良いでしょう。
ニップレスよりもコスパの良いです。

・肌触りが良く、抱き心地の良いぬいぐるみ（推奨度 ○）

乳首刺激の際に感じられる”幸せな感じ”は性行為のほか、ハグなどのスキンシップで分泌される愛情ホルモン、オキシトシンによるものです。
オキシトシンは快感の受容性を引き上げ感度を上昇させる効果を持つ上、オキシトシンにより前立腺周辺の

また、寝ながらぬいぐるみを抱きしめた状態で両方の乳首を刺激すると、腕が楽というのも見逃せないメリットです。

「乳首のみを刺激してメスイキするためのTIPS」

本作の音声中で、PC筋を締めた状態で乳首を触るようにしつこいほど指示が出ていますが、乳首と前立腺を両方刺激してメスイキを一度達成した後なら、アネロスを使わずに乳首のみを刺激してメスイキすることもそんなに難しいことではなくなります。

乳首でメスイキしたい方向けの小ネタです。

・アネロスを使わない状態では、足をクロスさせて足ピンすると、腹圧が適度にかかり前立腺への刺激が強くなります。

この姿勢は女性が乳首を刺激するオナニーの際に気持ちいいとされている姿勢です。
足をクロスすることで、足の筋肉を使ってGスポットのある下腹部を締め付けて骨盤底筋群でGスポットを締め付ける刺激が逃げない姿勢になっているのでしょう。

男性でも、この姿勢で乳首を刺激するとPC筋から前立腺へ刺激が逃げにくくなり、強い快感でメスイキしやすくなるのが期待できます。

また、乳首でメスイキする場合は、女性化した想像、ペニスの裏側の根本、睾丸の付け根付近が女性器となり、膣におちんちんを迎え入れているのを想像すると、快感を感じる位置が普段とは違った位置、睾丸の付け根の少し上、女性であればGスポットがある部位に近い場所になるような体感があります。

人体の構造において、男性の睾丸は女性の大陰唇に相当します。

受精卵から成長していく段階の、性別の分化が起きていない時期では、男性の染色体を持っていても女性と同じようにヴァギナが存在しています。

(以下はあくまで個人の雑感です。医学的に正しくない可能性が高いのであしからず)

人体のひな形は女性形のため、もしかしたら膣や子宮があると想像して前立腺や乳首を刺激すると、脳内マップに残った古い情報が参照されるバグ的挙動の結果、こういった体感が得られるのかもしれませんが。