

・アネロスを使った前立腺開発についての知識

ここでは、アネロスを使った前立腺開発の周辺知識を解説します。

本作、解説PDF内の「知って起きたい！メスイキのための解剖生理学」も合わせてお読みください。

アネロスを使う際の解剖学的知識や、なぜアネロスが勝手に動くのか解説し、より気持ちよくメスイキするための具体的なアネロスの使い方も解説しています。

・アネロスでの前立腺刺激のメリット・デメリット

アネロスでの前立腺開発のメリットは、メスイキする際の刺激のメインターゲットである前立腺を直接圧迫して、効果的に性感開発したり、強い刺激を与えられることです。

アネロスを使うことは間違いないメスイキへの近道でしょう。

一方、アネロスはお尻から入れるため、直腸洗浄や肛門のほぐし作業、アネロスの消毒などの後片付けなど、準備と後片付けの手間がかかります。

また、直腸に挿入するため衛生面でも注意が必要です。

・アネロスの選び方について

基本的に、アネロス公式ストアの初心者向け、上級者向け、という表記を見て選べばOKです。

初心者向けのヒリックス、MGXは前立腺をピンポイントで刺激する設計で、前立腺の刺激がわかりやすくなっています。

そのため、初心者が前立腺の感覚を感じながら性感開発をするのに適しています。

一見、上級者向けに見えるプロガスマシリーズ（少し小型のジュニアも含みます）は、前立腺の感覚が開発され始めたけれどメスイキ未経験、そんな塩梅の初心者～中級者向けになります。

先端から根本まで太く、前立腺をずっと圧迫し、肛門を押し広げることでも快感を感じさせる設計になっています。

このため、PC筋でアネロスを動かすのに慣れていないても、勝手に快感を感じさせてくれます。結果、プロガスマを入れてPC筋（初心者なら肛門括約筋も使ってしまうかもしれません）を締めると前立腺を前側からホールドすることになり、前立腺を気持ち良く押しつぶす刺激で強い快感を感じてメスイキに至りやすいのです。

メスイキさせるのに必要な強い快楽のピークを感じやすいため、メスイキ

プロガスマシリーズは直径が太く感じられますが、本来肛門から排泄されるものの方が太いものですので、お尻に入れる前に念入りにほぐしておけば、痛みもなくお尻に入ってくれるサイズです。

ユーホーなどの上級者向けモデルは細長い形状になっています。
前立腺をやさしく撫でるような刺激で、じわじわと快感をためてメスイキを引き起こすため、幸せ感強めのメスイキが味わえます。

—アネロス選び方まとめ

- ・メスイキ開発初心者
→ヒリックス トライデント、MGXトライデント(初心者向けのもの)

- ・前立腺の感度開発済みかつメスイキ未達成
→プロガスマシリーズ

- ・メスイキ経験者が多幸感多めのメスイキをしたい場合
→上級者向けアネロス、ペリダイスシリーズ

・アネロスを使う際に必要なもの

・ローション（推奨度○）

潤滑剤です。女性の膣と違い、直腸には潤滑剤になる体液が分泌されません。
そのため、アネロスを使う際にはローションなど潤滑剤が欠かせません。

グリセリンが含まれていると浸透圧の影響で便意を催すことがあります。
アネロスを使う際には、グリセリンが含まれていないものを使いましょう。

注意点として、ローションは乾きやすいため、アネロスをお尻にいれたまま寝落ちすると起きたときにローションが乾いて潤滑が無くなってしまい、直腸粘膜がアネロスに張り付いた感覚にビビりながらアネロスを引き抜くハメになる可能性があります。

怪我につながることは無いと思いますが、引き抜くときの直腸粘膜からアネロスが離れるときのペリペリした感覚は怖いのでどうか注意してください....。

・ワセリン(推奨度○)

ローションと同様に潤滑剤です。

ローションに比べて、乾いたりお尻に入れている最中に滑りが悪くなるという心配をしないでよいことが非常に使いやすいです。

アネロスを使う際にはリラックスが大切なため、常に寝落ちの危険が付きまといます。

ワセリンを使った場合、寝落ちした場合に怖い思いをする可能性がほぼ無くなるという点は疲れた現代人にとって大きなメリットです。

デメリットは洗い落とすのが大変なことですが、熱湯をかければ簡単に洗い落とせます。

また、若干ローションに比べてアネロスの動きが鈍くなる…ような気がします。

ただ、その分PC筋を意識的に動かすなどで対応可能なのであまり気にならない…かも。

・アネロス プレリュード(推奨度◎)

逆流防止機能のあるアナル洗浄器具です。

アネロス製のものでなくとも良いのですが、入手性や信頼性を考えると現状ではこれ一択といって良いです。

注入に力がいるため、手が小さい方には使いにくいときもあるでしょう。

そういう場合には、ポンプ部分に半分くらい水を入れた状態で空気を抜いてシリジン部分を取り付けて使うと良いでしょう。入れる量は減りますが、半分の容量でも150mlあるのでアナル洗浄には十分です。

・使い捨てプラスチックグローブ(推奨度◎)

アネロスを使う際には、肛門を傷つけないため、などの理由で、肛門をほぐすことが必須です。

その際に、使い捨てグローブを着けると衛生的かつ抵抗感なく肛門をほぐせるのでおすすめです。

安いものは指側面に角がありますが、潤滑剤を肛門に入れる部分にしっかりとつけておけばいたくなることはあまり無いでしょう。

ただし、肛門の粘膜が弱い方は、なるべく手にフィットする、角のないなめらかなものを選びましょう。

また、ラテックスゴム製だとゴムの匂いがしますので、プラスチック製の方が良いかもしれません。

アネロスを使う準備中に、

アネロス全体にワセリンを付けるついでにグローブにもワセリンを付けほぐしを行うと、手のベタつきを気にする必要もなく、手間が省けておすすめです。

・ペットシート(推奨度○)

アネロスを使う際、プロガスマなど先端部分と肛門の太さの差が少ないものだと、初心者では勝手にアネロス全体が体の外に出てしまうことがあります。

ほかにも、ローションを入れすぎてしまって垂れてくるなど、慣れないうちはアクシデントを経験することもあるかと思います。

そういった、アクシデントへの保険として、あると良いかもしれません。

さらに、前立腺がアネロスで刺激されたことで射精(トコロテン)した場合でも安心です

・大人用紙おむつ（推奨度？）

用途はペットシートと同じです。こちらの方が性的嗜好にマッチして興奮する方もいることでしょう。

アネロスを使う際に着けることで、お尻全体を包み込まれる感覚が安心感や”幸せ感”に繋がり、メスイキにプラスになるかもしれません。

「肛門洗浄やほぐしについて」

基本的には、本作音声のトラック3を参考にしてもらえれば、問題なく肛門洗浄ができるかと思います。

ただし、便秘気味など、腸の状態が良くない場合では肛門洗浄も時間がかかる事が多いです。そういった場合は、コンディションを整えるために軽めの腸活を行うのがおすすめです。

食物繊維を食事で気持ち多めに摂る、水をこまめに飲む、などを心がけるだけでもお通じが良くなりますので試してみてください。

具体的には、食事に野菜を増やす、ご飯に押し麦を混ぜて炊く、オートミールやイモ類を食べる、難消化性デキストリンなどの水に溶ける食物繊維をドリンクに入れて飲む、ヨーグルトを食べる、乳酸菌などが含まれた整腸剤を飲む、などです。

ほぐしに関してですが、アネロスを使うたび肛門をほぐしていくと、次第に肛門のキンニクが柔軟になります、ほぐし作業が楽になっていきます。

（筋肉のストレッチと同じですね）

そういった意味でもメスイキ開発はなるべく継続して行うのがおすすめです。

肛門の粘膜が弱い方は、ほぐしを念入りに行なってください。

ちなみに、こういったほぐしも含めて、アネロスやペリダイスを使うことで痔になるリスクを減らすことができます。

デスクワークなどで肛門が圧迫されて血行が悪くなることが痔になる原因の1つですので、肛門をマッサージすることでリスクが期待できます。

実際、ペリダイスは痔の治療器として開発されています。

「アネロスの消毒について」

衛生的に前立腺を開発していくために、
アネロスの殺菌消毒、洗浄などのメンテナンスは欠かせません。

とはいっても、消毒に関しては赤ちゃんのおむつ替え後の処理レベル、一般家庭での消毒の水準で十分です。

アネロスの洗浄などの後片付けは手早く、楽に済ませるに越したことはないので、ズボラな方法を紹介しておきます。

まず、お風呂場など排水溝近くにアネロスを置いて、

ケトルなどで沸かした熱湯をゆっくりかけてローションやワセリンを溶かし落としつつ消毒しましょう。

(この時点で、付着した菌のほとんどを殺菌できていると考えて良いです。)

その後、周辺の溶けたワセリンやローションをシャワーで洗い流し、最後に消毒作用の強めのハンドソープで手洗いすればOKです。

(ワセリンの溶ける温度は40度前後ですので、温水を使う環境なら排水溝に詰まる心配はありません)

手で洗う前にお風呂用洗剤などの界面活性剤スプレーや、塩化ベンザルコニウムなどの消毒剤をかけねばなお良しです。

あまり厳密な消毒方法ではありませんが、直腸由来の病原体のほとんどをこれで洗い流せます。

「なぜアネロスが勝手に動くのか」

本作音声中でも、アネロスが腸の蠕動(ぜんどう)運動によって、勝手に動くようになるという解説がありました。

アネロスが挿入される直腸、大腸、小腸、には、化学的、物理的刺激で異物を検知し、外に排泄しようとする自律神経のはたらきがあります。

ふつう、便の化学的刺激、物理的刺激が腸管神経に伝わることで、蠕動運動が促進され、便が肛門に向かって進んでいき、最後には排泄されるわけですが…

これはアネロスや肛門から入れる内視鏡などの異物の刺激に対しても同じ反応が起こります。

よって、アネロスを入れて最初はPC筋を使って動かす必要があるものの、

PC筋でアネロスを動かした刺激で直腸の蠕動運動が活発になることで、

しばらくするとアネロスが勝手に動いてくれるようになるわけです。

ですので、直腸の蠕動運動を活発にするアネロスの使い方は、おしりに入れた後、最初にアネロスを動かすときは、PC筋で直腸内部をマッサージしてあげる意識でアネロスを気持ち大きめに動かしてあげるのが効果的でしょう。

数分そうやった後、アネロスを普通に使い、PC筋を軽く締めると活発化した蠕動運動により、アネロスが勝手に動いてくれるはずです。

(このときに、肛門の筋肉の力を抜いて、アネロスが動きやすい状態にするのも大切です。)

さらに、蠕動運動は副交感神経、リラックスした状態で働く自律神経のはたらきで活発化しますので、リラックスするのもポイントです。

また、この腸への刺激は水などの刺激(浸透圧性の刺激)も含みます。

肛門洗浄のときに注入するぬるま湯の刺激も蠕動運動を活発にする効果があります。そういう意味でも肛門洗浄は大切なわけです。

また、一般的な使い捨て浣腸剤など、グリセリン浣腸を使った場合、蠕動運動はとても活発になりますが、大腸の便すべてを排便するくらいに活発になって、アネロスを使っている最中に便意を催すことになるでしょう。

アネロスを使う前の肛門洗浄はぬるま湯が最適です。

まとめると、この項目でのアネロスの使い方はマニュアルそのままですね。
それだけアネロスの使い方に関しての知見は整えられている…ということかもしれません。

「アネロスの刺激で起こる射精、いわゆるトコロテンについて」

本来アネロスは前立腺炎や前立腺肥大などで前立腺に溜まっている体液を排出するための医療機器のため、トコロテンするのがある意味では自然です。

トコロテンは適切に前立腺を刺激し、快感を感じさせないと起こらないことでもあるので、メスイキに近づいている証拠と考えて良いです。

トコロテンもメスイキの一種と考えてもいいくらいかもしれません。

「アネロス余談」

中の人気がよく使う&好きなアネロスはヒリックストライデント、プロガスマ、テンポ、ペリダイスです。

ヒリックストライデントはピンポイントに前立腺を刺激する設計、
プロガスマは、その大きさで前立腺全体だけでなく、直腸、肛門を気持ちよく圧迫する設計、
一方、テンポ、ペリダイスは直腸と肛門をマッサージする設計です。

性質としては両極端、快感の性質も違ったものですが、どちらもとても良いものです。

ヒリックストライデントは前立腺をピンポイントにマッサージ、
プロガスムは直腸全体ごと前立腺にしびれるような圧迫刺激してくれます。
どちらも鋭めの快感を味わえます。

ペリダイス、テンポは排泄の快感に近い感覚を長い間感じることができ、
肛門から直腸にかけて、じーんとした優しく重い快感を味わえるものです。

上級者向けとされがちなユーホーとペリダイスはどちらも先端が近い形状をしていますが、
ユーホーは前立腺周辺で動くようにアバットメントで固定するせいなのか、
ペリダイスに比べて位置調整がシビアなような感覚があります。
ユーホーの位置調整がうまく行かない場合はペリダイスを肛門括約筋やPC筋で動かす感覚を楽しむと良いでしょう。

また、ペリダイスに関しては、前立腺をあまり圧迫しないため、トコロテンしやすい体質の方がメスイキを長時間楽しむのにも良いかと思います。

おそらく個々人の体質で好みが変わるものですので、
あくまで一例ですが、参考にしてみてください。