## МЕТОДЫ УВЕЛИЧЕНИЯ ПОЛОВОГО ЧЛЕНА

## МЕТОД"ДОЕНИЯ"

В августовском номере журнала"Плейбой" за 1989 год была опубликована статья Донны Пауэлл"Как сделать его больше", в которой она давала рекомендации, как увеличить размеры мужского полового органа. Это очень простой метод, основанный на принципе "доения", который наиболее эффективен для"усиления волокон тканей и пенильных извилин". Как это ни странно, но эта женщина утверждает, что"мужчина благодаря этому методу может добиться удлинения своего члена от одного сантиметра до 2,5 за четыре-шесть недель упражнений". Некоторые из них за год таких упражнений сумели почти удвоить размеры своего пениса как в спокойном, обычном состоянии, так и в состоянии эрекции.

Для достижения оптимальных результатов член должен быть ни мягким, ни жестким, в состоянии эрекции."Ни мягкий ствол, ни затвердевший не в состоянии реагировать на любой метод дальнейшего развития полового органа, - пишет миссис Пауэлл, - только при таком состоянии члена, который мужчины называют"полустоячим" метод "доения" может вызвать"гипертрофию тканей" и в следствии этого удлинение пениса."Доение" члена - это очень простое упражнение, способствующее увеличению волокон ткани и пенильных извилин", - добавляет она.

Вот ее рекомендации проведения процедуры "доения":

"Мужчина должен приступать к этому упражнению голым или хотя бы обнаженным ниже талии. Желательно, чтобы он стоял напротив зеркала. В самом начале нужно обильно смазать член, находящийся в спокойном состоянии, вазелином или каким-нибудь кремом, чтобы он как следует впитался для последующего энергичного"доения". Большим и указательным пальцем начинают массировать головку члена сверху вниз, но делают это не слишком сильно. Очень скоро мягкий вначале член начнет разбухать, но"доение" нужно про-должать только уже двумя руками и в определенном ритме. Если член недостаточно разбух, нужно проделать пятьдесят энергичных, жестких "доении" и повторять эту процедуру в течение пяти дней, после чего сделать двухдневный перерыв. Затем нужно продолжить процедуру, увеличив частоту "доении" до ста в день. Вы заметите, что после первых сеансов ваш член удлинился. Да, конечно, едва заметно! Но это"едва" за месяц упражнений приведет к значительному удлинению вашего члена".

Миссис Пауэлл рекомендует мужчинам после завершения "доения" 25-50 раз потрясти пенисом вверх и вниз, чтобы добиться его гибкости и ослабить напряженность связующих тканей. После того как желающий добился нужного ему размера (на это уходит от нескольких месяцев до года),"доение" можно осуществлять не так часто, может, раз в неделю. Она добавляет, что возраст мужчины и первоначальная длина его члена в данном случае значения не имеют. Самое главное - выполнить эти упражнения только при частичной эрекции члена. Идеальное время для этого - до принятия душа. Если вы при этом применяете для смазки вазелин, то можете продолжать эту процедуру и стоя под душем, - теплая вода способствует усиленному кровообращению в пенисе. Этот метод получил дальнейшую разработку в книге Элана Халла Уолтона:"Возбуждающие средства: от легенды до рецепта".

Вывод. Этот метод, несомненно, обладает своими достоинствами."Доение" члена - это один из "секретов" суданских арабов и основа метода Чартхэма. Единственное возражение у меня вызывают предсказания миссис Пуэлл о быстром успехе. Несколько десятков моих читателей ежедневно совершали процедуру"доения", но сообщили мне об ощутимых результатах только спустя шесть месяцев или даже больше. К тому же вызывает большие сомнения утверждение, что в результате применения такого метода можно добиться удлинения члена больше одного сантиметра, ну а сообщение об удвоении размеров его за какой-то год, - это уже из области фантастики. Член длиной 15 см никак не удлинишь до 25 см за год. Интересно отметить, что журнал не поместил никаких фотографий размеров члена до и после эксперимента. Да и почему об этом методе пишет женщина? Неужели она обладает таким непререкаемым опытом? Нет, нельзя при таком методе добиться удлинения члена на 1 см за четыре недели. Это достигается постоянными упражнениями, проводимыми по пять раз в неделю в течение шести месяцев. Только тогда станут заметны какие-то результаты. Главная проблема заключается в том, что после проведения таких упражнений в течение 6-8 недель мужчины обычно теряют в них веру и прекращают их. Нельзя забывать, что процесс удлинения мужского члена требует много времени и терпения. Если вы на самом деле хотите удлинить свой пенис, то нужно быть готовым уделять ежедневно по 15-20 минут этому методу по крайней мере пять раз в неделю.

## МЕТОД ТИБЕТСКИХ МОНАХОВ

Об этой неясной пока до конца практике я узнал от читателя, который служил во флоте во Вьетнаме. Его захватили бойцы Вьетконга и держали в плену несколько лет. В своем заточении ему удалось увидеть огромные члены у посетивших его тюрьму тибетских монахов. Он написал мне, как ему удалось все разузнать об этом великолепном таинственном ритуале:

"Когда я был военнопленным во Вьетнаме, нашу тюрьму посетило несколько тибетских монахов, и, клянусь, у них такие большие члены, которые мне никогда не приходилось прежде видеть. Ни один из тех, что я видел, не мог бы с ними сравниться. Они у них были такого же размера, как у парня, фотографию которого вы мне прислали. Они объяснили мне, что начинают процесс удлинения пениса в одиннадцатилетнем возрасте и один из них, который неплохо изъяснялся на английском, рассказал, как они этого добиваются. Это, процесс, основанный на принципе вытягивания и растягивания члена, осуществляется постоянно. При этом они принуждают член к действию. Те, кто помоложе, трахают всех, кто постарше, и все они довольно часто сосут друг другу член, примерно 4-5 раз в день.

|  |
| --- |
| В Европе в XIV веке существовала широко распространенная практика, когда молодоженов в брачную постель сопровождали священник и члены семьи, которые благословляли их перед совокуплением. На следующее утро на всеобщее обозрение вывешивались окровавленные простыни, свидетельствовавшие об успешном завершении их полового акта. |

У большинства вьетнамцев - очень маленькие пенисы, и они восторгались при виде наших. Все они были не обрезаны, и им больше всего нравились у американцев длинные члены с большой, не покрытой крайней плотью, головкой. Само собой разумеется, мы так ненавидели Вьетконг, что у нас и мысли не было о сексе с ними. Вы не услышите много об этом от ветеранов вьетнамской войны, так как они не желают, чтобы кто-то подумал, что они занимались там сексом с мужчиной, пусть даже насильно".

Вывод. Мы не располагаем подробностями, но, судя по всему, тибетские монахи прибегали к какой-то вариации упомянутого выше метода "доения". Гомосексуальные половые акты носят чисто случайный характер и, вероятно, помогают удерживать член в состоянии почти постоянного набухания. В этой истории нет ничего шокирующего, но, по нашему мнению, верх деградации и унижения заставлять людей заниматься сексом с противником, особенно гетеросексуалов. Несомненно, именно поэтому нам об этом мало известно. Скорее всего наши ветераны стремятся забыть об этом кошмаре.

Эта история дошла до меня из весьма надежного источника, от одного джентльмена с юга, который был счастлив в браке и имел семерых сыновей. Ему потребовалось более двух десятилетий, чтобы предать забвению чудовищные воспоминания о войне во Вьетнаме, и только совсем недавно он почувствовал в себе достаточно сил, чтобы обсудить свой небольшой опыт. Неизвестно, чем занимались тибетские монахи во Вьетнаме, и я с удивлением узнал, что у азиатов могут быть такие большие фаллосы. За те годы, которые я провел на Востоке, мне никогда не приходилось встречать ни одного азиата, длина члена которого превышала бы в состоянии эрекции 18 см. Может, это было счастливым исключением.

## ГИПЕРЕМИЯ -ВАКУУМНОЕ РАЗРЯЖЕНИЕ

Вакуумное разряжение в настоящее время переживает невиданный взлет популярности по обе стороны Атлантического океана из-за гарантии надежности сексуальной активности. Основной принцип такого метода весьма прост. Создавая низкое давление вокруг пениса (с помощью вакуума), мы тем самым насильно увеличиваем поток крови к половому органу, который набухает и становится твердым. С медицинской точки зрения этот процесс получил название "гиперемии".

При возникновении эрекции кровь устремляется к тканям члена -"corpora cavernosa" и"corpus spongeosum", которые переполняются кровью, надуваются, как это происходит, например, когда мы накачиваем велосипедное колесо, и затвердевают.

Используя вакуумный насос, мы как бы загоняем кровь в ловушку, и она сильно расширяет ткани. Основной принцип увеличения пениса с помощью гиперемии построен на способности поддержания члена в возбужденном состоянии в течение относительно продолжительного отрезка времени - обычно от тридцати минут до одного часа. Благодаря гиперемии, фаллические мускулы и ткани"разрабатываются". Журнал"Лишние дюймы" в апреле 1989 года поместил большую статьюо вакуумном разряжении. Вот его версия эффективности такого процесса:

|  |
| --- |
| В викторианском обществе все виды секса. - кроме одного, связанного с деторождением, - считались порочными. Для того чтобы отвадить мальчиков от мастурбации, была придумана целая куча разных приспособлений.  В 1908 году одна няня запатентовала свое "изобретение" - что-то вроде небольшой клетки для половых органов, откуда высовывался кончик члена. Клетка закрывалась на ключ. |

"Мускулы, по сути дела, рвутся в ходе такого процесса и восстанавливаются на следующий день или чуть позже. Восстановление мускулов с помощью все того же вакуумного насоса происходит точно по такому же принципу, что и в бодибилдинге, когда отдельные мускулы подвергаются внешнему воздействию, позволяющему потом восстанавливать их, превращая в более сильные, более длинные мышцы.

Главное отличие происходящего с вашим членом и вашими бицепсами заключается в том, что последние обладают значительным преимуществом, так как они постоянно находятся в работе. А вот пенис - далеко не всегда. Бицепсы созданы для тяжелого труда и привыкли к нему.

Пенис нужно тренировать так, словно это - атрофированный бицепс.

Этот процесс приводит также к утолщению члена после каждого сеанса вакуумного разряжения. Дополнительная длина объясняется различными обстоятельствами. Внутри вашего тела имеется связка, прикрепленная к "corpus cavernosa" (к пещеристым телам). Она действует как подвесной кабель для вашего пениса. Еще две мышцы идут дальше, в глубь вашего тела. Вакуумный метод ослабляет эту связку, заставляя внутренние мышцы растягиваться на 2,5-5 или даже более сантиметров".

Эти связки очень прочные, но их все равно можно порвать. Поэтому при этом процессе нужно соблюдать определенную осторожность. Если порвать связки, прикрепленные к пещеристым телам, то остальные мышцы не смогут расширяться - нужно помнить, что связки - это подвесное устройство, удерживающее их на месте. В конечном итоге"пенисобилдинг" напоминает бодибилдинг, - этот процесс для достижения ощутимых результатов требует прилежания, терпения и точных упражнений.

Настойчивость и прилежание - вот два главных требования в этом процессе.

Хотя почти все мужчины готовы использовать предоставившийся им шанс удлинить свой член хотя бы на пару сантиметров, далеко не все готовы потратить на это необходимое время для достижения ощутимых результатов. Чемпионы по бодибилдингу посвящают годы жизни тренировкам, чтобы достичь такого физического состояния, которое гарантирует им получение призов. Но когда речь заходит о тренировке члена, большинство мужчин начинают проявлять нетерпение, и вскоре, если только они не наращивают член на 2 см за шесть недель, вовсе отказываются от дальнейших сеансов. Это, конечно, глупо, так как любой добившийся в этой области успеха мужчина подтвердит, что необходимо затратить на такой процесс не менее шести месяцев (если не больше), чтобы добиться заметных результатов.

|  |
| --- |
| Происхождение глагола"мастурбировать" происходит от двух латинских слов -"manu" - рука и "stuprarc" - загрязнять. |

В продаже вы увидите множество моделей вакуумных насосов, но в основном их можно разделить на две категории: ручные и электрические системы. Приводимые в действие рукой механизмы значительно дешевле, но не всегда столь эффективны. Существует много аналогов, но в основе их лежит одна и та же конструкция. Полый цилиндр из пластика или акрилита (обычно длиной 20-25 см и 5- 7,5 см в диаметре) соединяется с ручным насосом, выкачивающим воздух из цилиндра путем вращения специальной ручки. В некоторых более дешевых моделях для приведения насоса в действие нужно постоянно работать рукой. В других, более удобных, достаточно два-три раза потянуть за ручку, чтобы добиться полного вакуума в цилиндре в течение нескольких минут.

Что касается электрических моделей, то в них вакуум достигается с помощью электронасоса, который обеспечивает постоянное и надежное отсасывание воздуха. Использующему его нужно только смазать основание ствола для лучшего присасывания краев цилиндра и, включив аппарат, всунуть в цилиндр свои пенис. Небольшая кнопка помогает регулировать степень создаваемого вакуума.

|  |
| --- |
| Что в имени твоем? Возьмем, для примера, район притонов и борделей в Саутвэре в Англии (неподалеку от Лондона). Его улицы носят такие сочные жаргонные названия, как"Гнездышко проститутки","Дыра шлюхи","Переулок Нащупай п..."). |

Многие утверждают, что постоянное, неоднократное использование насоса может привести к постепенному удлинению члена. Длина прироста зависит от нескольких факторов: анатомического строения тела мужчины, регулярности применения и времени, затраченного на откачивание воздуха. Для достижения хороших результатов пенис должен провести определенное время в цилиндре, и это время разнится у различных индивидуумов. Я видел, как один мужчина менее чем за тридцать минут заполнил до отказа своим членом цилиндр диаметром 7,5 см. При виде такой картины дух захватывает. Когда член извлекают из тюбинга, он невероятно толстый и мясистый. Однако его удлинение носит временный характер и объясняется, главным образом, лимфадемой, безвредным накоплением лимфатической жидкости, которое длится всего несколько часов, после чего член приходит в свое прежнее нормальное состояние. Однако один врач утверждает, что ему удалось добиться постоянного удлинения члена с помощью васкулярного расширения, а не благодаря лимфатическому перенаполнению. Мы позже прочитаем его подробный рассказ об этом.

Возможно ли постоянное удлинение мужского члена с помощью гиперемии?

Некоторые мужчины добивались этого. Они утверждают, что им удалось увеличить длину и диаметр члена на 2,5-5 см. Самый распространенный вопрос: сколько требуется затратить времени, чтобы добиться удлинения члена на пару сантиметров? Журнал"Лишние дюймы" задал его своим читателям и опубликовал потом подборку их ответов в статье под заголовком: "Он становится больше... Гид по удлинению члена". Большинство читателей ответили, что они применяли вакуумный насос в течение одного-двух лет и в результате добились приращения на 2,5-5 см. Вот одно из таких писем:

"До того как я начал пользоваться вакуумным насосом, длина моего члена была 20 см, а толщина - 16 сантиметров. Я использовал вакуум три-четыре раза в неделю. Целый год. Теперь, когда я помещаю своей пенис в вакуум на пятнадцать минут, его размеры увеличиваются по длине до 22 см, а в диаметре до 18 см".

Еще одно сообщение читателя:

"Я купил свою вакуумную машинку два года назад и теперь ежедневно использую ее в течение тридцати минут. У меня был приятный на вид пенис длиной 15 см. Теперь его длина - 20 см и в окружности - 8 см. Он такой же твердый, как и прежде, но в руке, мне кажется, куда мясистее".

Третий читатель добавляет:

"После года постоянного использования вакуума я добился приращения члена почти на 2,5 см. Но еще быстрее росла его толщина. Прежде я ее не измерял, но, судя по всему, она тоже увеличилась на пару сантиметров.

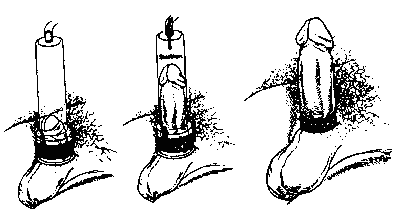
|  |
| --- |
| Во многих легальных публичных домах в штате Невада посетителей приветствуют, передавая им"меню" из вызывающих восторг наслаждений. Каждый изображенный в нем половой акт имеет свою расценку. |

Таким образом, каков же окончательный вердикт? Вполне можно рассчитывать, что после таких упражнений, выполняемых от полугода до двух лет, ваш пенис может удлиниться на 2,5 см. Период зависит от времени, затраченного на вакуумный насос, его конструкции и от индивидуального анатомического строения тела мужчины. Некоторым мужчинам удается добиться хороших результатов за поразительно короткое время. Другим приходится тратить месяцы и месяцы, но все же достигнутые результаты нельзя назвать удовлетворительными.

Хотя все перечисленные выше свидетельства утверждают, что можно добиться заметного приращения члена, правдивость их может быть подтверждена только с помощью фотографии, на которой изображен член до и после эксперимента. Не говоря уже о научных доказательствах, я располагаю свидетельствами десятков мужчин, которые занимаются вакуумным разряжением столь же ревностно, как и читают молитвы, и все они клянутся в высокой эффективности этого метода. Их пенисы, как правило, весьма внушительных размеров и производят сильное впечатление. Если вам понадобятся подробности об оборудовании для вакуумного разряжения, о различного рода сравнительной информации о приращении членов, о клубах любителей вакуумных насосов и о последних исследованиях в этой области, не говоря уже о фотографиях"насосников"-ветеранов, добившихся с помощью этого метода выдающихся результатов, читайте "Справочник по вакуумному насосу". Доктор Т. К. Петер так прокомментировал метод гиперемии:"Чувствуется, что этот прогрессивный метод способен укрепить и расширить любую мышцу".

Предостережение. Особую осторожность при начале вакуумного процесса должен проявлять новичок. При излишнем старании можно вызвать"сыпь", - безвредные, красные, размером с булавочную головку кровоизлияния - как на головке члена, так и на его стволе. Эти безболезненные вначале разрывы мелких капилляров на члене могут причинять затем острую боль при дальнейшем использовании вакуумного аппарата. Обычно они исчезают через несколько дней. Однако продолжение интенсивного применения вакуума лишь усилит такую сыпь и через несколько недель от нее может даже потемнеть весь ствол. Если это произойдет, то вам придется отложить на несколько месяцев эту процедуру, пока член не придет в норму.

Теперь я коротко остановлюсь на механизме, заслуживающем особого внимания. Электропульсатор для пениса СТС XI 1000 разработан инженером-механиком. Этот аппарат так заставляет пульсировать и вибрировать член, что удлиняет его более эффективно, чем любой другой прибор, попадавшийся мне на глаза. Вид у нее неказистый, чисто"спартанский", но, ребята, как же он работает! Если он скромен на вид, то этого никак не скажешь о его эффективности.



Система Осбон, помогающая добиться эрекции, - этот медицинский аппарат для вакуумного разряжения можно приобрести только по рецепту врача

Когда я приобрел его для опробования, то был настроен довольно скептически. Расстегнув"молнию", я вытащил свой член, смазал его вазелином и вставил его в чистую маслянистую камеру.

Стоило мне включить машинку, как я сразу почувствовал, насколько плотно она обхватила мой пенис. Больше всего меня удивило, что она пульсировала и заставляла пульсировать и вибрировать мой член с частотой 52 ударов в минуту, - точно, как ритмичная работа моего сердца. Это выгодно отличает аппарат от всех остальных, имеющихся в продаже. Пульсация - присос-отпуск-присос-отпуск - пригоняет кровь к члену, обогащает ткани кислородом, - этим жизненно важным питанием для кроветворных клеток. Другие насосы создают постоянный вакуум, который вызывает застаивание крови в пенисе. В таком случае возрастает опасность появления волдырей и сыпи.

За пятнадцать минут мой член достиг таких размеров, которых я никогда прежде не видел. Когда я его вытащил из"камеры", то еще долго удивлялся, не веря собственным глазам. На мне были брюки цвета хаки фирмы"Брукс бразерз" (в них ничего не скроешь). Мне нужно было зайти в гастроном по дороге домой. После процедуры мой член все еще был сильно разбухшим и заметно свисал по штанине. Один из мужчин нс сводил с него глаз и в результате врезался со своей тележкой в витрину, где демонстрировались картофельные чипсы. Другой, наспех извинившись перед женой, потихоньку пошел за мной, а я же в это время как ни чем не бывало разглядывал полки в поисках мускатного ореха.

|  |
| --- |
| Часто в японские богатые дома приглашали девушек для оральной стимуляции члена -"игры на флейте", так как гейши считали ниже своего достоинства заниматься оральным сексом. |

Вакуумные насосы заполнили брешь в области медицины. Теперь врачи то и дело назначают своим страдающим от импотенции пациентам лечение с помощью таких аппаратов. После того как член раздут до пределов, нужно вытащить его из цилиндра, а на основание надеть кольцо, препятствующее оттоку от члена крови. В результате достигается частичная эрекция, позволяющая такому мужчине вступать в половые сношения. Если вам понадобятся подробности о самых последних приспособлениях для преодоления импотенции (вживление, вакуумные насосы, инжекторы для эрекции), то читайте пособие"Сила вашего члена - руководство к полному восстановлению мужской потенции".

Вот что пишет один врач по поводу метода гиперемии:

"В моем возрасте (мне под шестьдесят) разве не чудо, что у меня появился член таких размеров, о которых мне прежде только приходилось мечтать?! У меня был член длиной 15 см и едва достигал 4 см в диаметре. Сейчас мой пенис -17 см, и после часового вакуумного сеанса в течение почти суток я могу поддерживать его диаметр в 7 см".

Другой врач пишет мне из Линдборга, штат Канзас:

"Я на самом деле уверен, что вы подарили миру очень ценный аппарат, и не вызывает никакого сомнения, что если бы все мужчины знали, какие чудесные ощущения можно получить от вашего аппарата, то вас давно забросали бы заказами. Я как доктор рекомендую любому мужчине, желающему испытать эти незабываемые ощущения, приобрести такую машинку, тем более что она способствует увеличению размеров члена".

Еще один врач нахваливает эффективность аппарата СТС XI 1000 таким образом:

"СТС - это абсолютно неизведанный прежде опыт. Я очень доволен достигнутыми результатами. Я, правда, не уверен, насколько они постоянны, но я знаю одно, что мой член в течение нескольких часов - это сокровище, которое приятно взять в руки! Его утолщение для меня самое большое достижение".

Недавно мне написал мой читатель письмо, в котором сообщает, сколько требуется старания, терпения и времени, чтобы достичь удовлетворительных результатов:

"Я уверен, что нарастил член по крайней мере на 1,3 см и 0,7 см в диаметре. Но передайте вашим читателям, что на это нужно затратить немало времени. Я занимался этим 6-7 месяцев и уже чуть было не впал в отчаяние. Я рад, что не оставил этих занятий и добился определенных результатов".

Пару лет назад я гостил у своего норвежского друга, дом которого расположен в пригороде Осло. Это известный профессор Гарвардского университета, финансист международного класса, в общем, человек, которого трудно чем-либо поразить. Он прочитал мою книгу и спросил меня о вакуумных насосах. К счастью, у меня в чемодане отказался такой аппарат. Мы собирались отправиться на его паруснике после полудня на прогулку между фиордами и он попросил меня захватить с собой вакуумный насос. Проделав приблизительно 18,5 км в сторону от Осло, он предложил раздеться под жаркими лучами солнца. Раздевшись догола, он попросил меня подержать руль, а сам нырнул в каюту. Вскоре он вернулся, держа в руках мой спальный мешок.

- Ваш насос здесь? - спросил он. - Да, - ответил я, - он лежит прямо сверху. Ральф, расстегнув "молнию", протянул мне аппарат.

- Покажите, как им пользоваться.

Я настроил аппарат. Слегка подул ветер. Смазав кокосовым маслом основание тюбинга я вложил в него свой член, и, нажав на ручку, привел в действие насос. Он дернул меня пару раз за пенис. Через несколько минут он начал прямо на глазах расти в объеме и вскоре заполнил весь цилиндр. Я сказал ему, что процедуре может быть подвергнут член только в состоянии неполной эрекции. Передав мне снова руль управления, он спустился на нижнюю ступеньку бортовой лесенки и погрузился по пояс в воду. Парусник увлекал его вперед на скорости десять узлов. Когда он поднялся на борт после этой освежающей соленой ванны, то спросил меня:

- Ну, как ты считаешь, теперь я готов? Я кивнул. Вытерев досуха его пенис, я смазал маслом его основание, надел на него цилиндр, и привел в действие аппарат, который пару раз дернул его за член. Он сел на спасательный жилет и принялся с любопытством наблюдать, как разбухает его член викинга. Придя в полное изумление, он воскликнул, что еще никогда не видел его таким, да и сам я, должен признаться, был крайне удивлен его размерами. Нужно ли говорить, что целых два часа мне пришлось управлять парусником, а мой хозяин в это время забавлялся с новой игрушкой. С тех пор Ральф стал завзятым почитателем вакуумного насоса и недавно, пригласив меня на норвежское побережье с двумя своими приятелями, сказал:

- На сей раз привози четыре аппарата, - и широко улыбнулся.

Вывод. Метод гиперемии на самом деле "работает", но он требует большого прилежания и терпения. Сеансы должны длиться от 30 до 60 минут каждый (при использовании аппарата средней мощности) и повторяться несколько раз в неделю. Если вам понадобятся подробности о безопасном увеличении размеров вашего члена с помощью вакуумных насосов, читайте "Справочник по вакуумным насосам".

**Список использованной литературы:**

1. Основы сексологии (HUMAN SEXUALITY). **Уильям Г. Мастерc**, **Вирджиния Э. Джонсон, Роберт К. Колодни.**  Пер. с англ. — М.: Мир, 1998. — х + 692 с., ил. ISBN 5-03-003223-1