

✖ Edyta Hetmanowska, 2016-05-06 07:54

Problemy z erekcją: jedynie 15 proc. mężczyzn szuka pomocy specjalistycznej



Fot. Thinkstock/Getty Images

- Mężczyźni muszą wiedzieć, że udane życie seksualne zwiększa odporność organizmu, sprzyja długowieczności, działa przeciwbólowo, zapobiega zawałom i wylewom, a co najważniejsze znacznie poprawia jakość życia - mówi seksuolog, psycholog Monika Staruch z VEDI CLINIC Klinika dla Mężczyzn.

Jak dużym problemem są zaburzenia erekcji w Polsce?

Zaburzenia erekcji to problem, który dotyka ponad 3 milionów mężczyzn w Polsce. A jedynie 15% mężczyzn szuka pomocy specjalistycznej. Obok wytrysku przedwczesnego jest to druga dysfunkcja seksualna, z którą borykają się polscy mężczyźni.

Jakiej grupy wiekowej dotyczy ten problem?

Pacjenci, którzy do nas przyjeżdżają bywają bardzo młodzi - to osoby w wieku od 17 - 18 lat. Czyli już w takim wieku problemy te mogą się pojawiać - na szczęście pacjenci w tym przedziale wiekowym stanowią marginalną grupę. Największą grupę w naszej klinice stanowią mężczyźni w grupie wiekowej: 26 - 45 lat.

Wydawać by się mogło, że problem dotyczy głównie starszych mężczyzn...

Tak. Zmiany związane ze starzeniem się mają oczywiście wpływ na pojawienie się tej dysfunkcji, czyli jej prawdopodobieństwo wystąpienia wzrasta wraz z wiekiem. Ale jej przyczyny trzeba rozróżnić, bo mogą mieć podłoże psychogenne lub organiczne lub mieszane. U młodszych mężczyzn wiodącą jest komponenta psychogenne, zaś u starszych oczywiście organiczna. Ma to związek czasami ze stanami chorób przewlekłych, takich jak nadciśnienie tętnicze czy cukrzyca. Czasami może być spowodowane czynnikiem endokrypatycznym, na przykład: obniżony poziom testosteronu, czy niedoczynność lub nadczynność tarczycy, podwyższony poziom prolaktyny lub SHBG. A czasami ma to związek z przebiegiem reaktywności seksualnej, bo po 50. roku życia czas utrzymywania członka w stanie erekcji - ulega powolnemu skracaniu. Nie oznacza to, że taki mężczyzna musi wyłączyć się z aktywności seksualnej, absolutnie. Ale istotna jest w całym tym problemie obecność partnerki i jej udział w procesie leczenia. Bardzo ważne jest, żeby przełamać często pojawiający się wstyd czy lęk i porozmawiać, przyznając się przed samym sobą i oczywiście przed partnerką, że ma się tego typu zaburzenie..

Jaka powinna być rola partnerki w leczeniu?

Ważne jest, żeby otwarcie ze sobą rozmawiać. Mężczyźni niestety mają tendencję do ukrywania problemów z erekcją, ponieważ realizować się jako mężczyzna - jest równoznaczne ze sprawnością seksualną. Wielu panów uważa, że tak długo są mężczyznami, dopóki mogą być aktywni seksualnie, a koniec męskości jest równoważne i równoznaczne z zakończeniem sprawności seksualnej. Jeśli pacjent boryka się z takim problemem zaburzeń erekcji, to może w mechanizmie unikania i wypierania problemu zacząć unikać kontaktów seksualnych z partnerką czy żoną. Nie artykułowanie problemu może powodować trudną sytuację dla partnerki: mogą pojawić się wątpliwości co do własnej

atrakcyjności, podejrzania, że coś niedobrego dzieje się z partnerem, a nawet podejrzania o zdradę. Taka patowa sytuacja powoduje, że intensyfikują się epizody zaburzeń erekcji. Co trzeba robić? Na pewno mężczyzna nie może ukrywać, że ma ten problem. Oczywiście nie w każdym przypadku. Jeśli relacja trwa dwa czy trzy tygodnie, to mężczyzna raczej nie będzie o tym mówił. Ale jeśli takie problemy pojawiają się przy długoletniej partnerce, to należy o tym wspólnie porozmawiać, bo w procesie leczenia kobieta jest istotna. Kobieta wtedy musi wspierać mężczyznę, nie presjonować np. mówiąc, że ma już być sprawny, bo przecież minął jakiś czas od brania przez niego leków. Być też osobą, która czasem przejawia inicjatywę, bo wydłużenie czasu gry wstępnej, wprowadzanie różnych zabaw czy gier seksualnych niewymagających od razu kontaktu genitalno genitalnego, mogą spowodować obniżenie napięcia u mężczyzny i jego kontroli, co będzie bardzo pozytywnie działało na jego reaktywność seksualną.

Czy mężczyźni zwlekają w takiej sytuacji z szukaniem pomocy?

Mężczyźni, niestety, bardzo zwlekają. Około 5 lat zajmuje im, by zacząć coś z tym problemem robić. Jak boli ucho czy ząb, to mężczyźni robią wśród znajomych tzw. research i już wiedzą do kogo się udać. O specjalistę - seksuologa nie zapytają, bo to już sugeruje, jaki mogą mieć problem. Często też mężczyźni nie mówią o problemach urologowi, interniście czy lekarzowi rodzinnemu, a z kolei lekarze o to nie pytają.

Błędne koło. Lekarze powinni wykazać inicjatywę?

To jest błędne koło, ale jeśli pacjent lekarzowi nie sygnalizuje problemu, to znaczy, że go nie ma. Często na przykład przychodząc z tym problemem do urologa w ogóle o nim nie wspomina albo zdawkowo rzuca na koniec konsultacji praktycznie jak już wychodzi z gabinetu. Tak, rzeczywiście mężczyźni się wstydzą. Nadal są to też konsultacje komercyjne, nie objęte przez NFZ, więc to też może być czynnikiem powodującym brak zainteresowania kontaktem z seksuologiem. Po trzecie - przesady i takie bagatelizowanie, przekonanie, że z tym da się żyć, że może to minie. Często też pójście do specjalisty poprzedza szukanie rozwiązań na własną rękę, a to może naprawdę pogłębić ten problem.

Wspomniała Pani, że mężczyźni czasami czekają aż 5 lat zanim udadzą się do specjalisty. Czym to skutkuje? Czy problem może się pogłębić?

Tak. Jak mamy problem z zaburzeniem erekcji, to generuje pogarszanie naszego dobrostanu i zaczynamy wtedy funkcjonować gorzej na każdej płaszczyźnie życia. Zaczynamy izolować się, mieć problemy ze snem, pogłębia się nasz zły nastrój, zwiększa się ryzyko depresji. Nie można więc czekać, bo czasami zaburzenia erekcji mogą wyprzedzać o kilka lat inne objawy choroby wieńcowej. Absolutnie więc nie można czekać.