



Στην εποχή μας και τα δύο φύλλα γίνονται αποδέκτες αρνητικών ερεθισμάτων του περιβάλλοντος. Η εργασιακή ανασφάλεια και οι οικονομικές δυσχέρειες έχουν αντίκτυπο στην σωματική και στην ψυχική μας υγεία. Όλα τα ανωτέρω επηρεάζουν αρνητικά την διάθεση για συνεύρεση με το αντίθετο φύλλο, την απόδοση μας και την αμοιβαία ικανοποίηση.

Θα ήθελα λοιπόν να αναφερθώ στη στυτική δυσλειτουργία. Ονομάζουμε έτσι την επαναλαμβανόμενη αδυναμία για επίτευξη και διατήρηση της στύσης για τη σεξουαλική πράξη. Το 5% των σαραντάρηδων εμφανίζει στυτική δυσλειτουργία. Οφείλεται σε οργανικά ή ψυχολογικά αίτια. Στα οργανικά αίτια περιλαμβάνονται: ο διαβήτης, η νεφροπάθεια, αγγειοπάθειες, νευροπάθειες, σκλήρυνση κατά πλάκας, χρόνιος αλκοολισμός. Επίσης ορισμένα φάρμακα όπως αντυπεραστικά, αντισταμινικά, αντικαταθλιπτικά, ηρεμιστικά. Επιβλαβείς καθημερινές συνήθειες όπως το κάπνισμα, η καθιστική ζωή και η ανθυγιεινή διατροφή αυξάνουν τον κίνδυνο εμφάνισης του προβλήματος.

Επίσης, τραυματισμοί στο νωτιαίο μυελό, στο πέος, στη λεκάνη, στην ουροδόχο κύστη. Εκτός από τα οργανικά αίτια η στυτική δυσλειτουργία μπορεί να οφείλεται σε ψυχολογικές διαταραχές όπως το άγχος, η κατάθλιψη και ο φόβος της σεξουαλικής αποτυχίας.

Προεξάρχουσα θέση ανάμεσα σε όλα τα αίτια κατέχει ο σακχαρώδης διαβήτης. Το 35-40% των διαβητικών παρουσιάζει στυτική δυσλειτουργία. Συχνά λόγω της δυσλειτουργίας οι ασθενείς επισκέπτονται γιατρό και μετά από εξετάσεις διαγιγνώσκεται ο διαβήτης. Αν σκεφτούμε ότι ο διαβήτης εμφανίζεται πλέον σε όλο και μικρότερες ηλικίες αναμένουμε ότι και η συχνότητα της στυτικής δυσλειτουργίας ολοένα θα αυξάνεται. Ο διαβήτης είναι νόσος που προκαλεί βλάβες στην αιμάτωση αλλά και στη νεύρωση του πέους. Έτσι η αισθητικότητα στην επίμαχη περιοχή είναι περιορισμένη, επίσης η μετάβαση του ερεθίσματος στον εγκέφαλο και η αντανakλαστική απάντηση με τη στύση είναι διαταραγμένες. Σημαντικό ρόλο παίζουν οι διαταραχές στην κυκλοφορία του αίματος μέσα από στενεμεμένες και σκληρές αρτηρίες λόγω του διαβήτη.

# Η σεξουαλική ζωή είναι δείκτης υγείας

Συντάχθηκε από: Κωνσταντίνος Καλατζής

---



~~Το σεξουαλικό ενδιαφέρον είναι ένα σημαντικό δείκτη της υγείας και της ευεξίας. Η σεξουαλική ζωή μπορεί να επηρεαστεί από διάφορους παράγοντες, όπως η ηλικία, η γενετική, η ασθένεια ή η ψυχολογία. Η σεξουαλική υγεία είναι άρρηκτα συνδεδεμένη με την συνολική υγεία του ατόμου. Η σεξουαλική δραστηριότητα μπορεί να συμβάλει στην καλύτερη ψυχολογία, στην καλύτερη ποιότητα του ύπνου και στην καλύτερη διατήρηση της καρδιάς. Η σεξουαλική υγεία είναι ένα σημαντικό μέρος της συνολικής υγείας και της ευεξίας.~~