

دیابت بر ناتوانی جنسی مردان چه تاثیری دارد؟

دیابت می تواند تاثیراتی منفی بر زندگی جنسی مردان بگذارد. افزایش فشار خون می تواند به اعصاب و رگ هایی که برای عملکرد جنسی خوب مورد نیازند، آسیب وارد کند. همچنین می تواند ریسک سایر وضعیت هایی را بر فعالیت جنسی اثر می گذارند افزایش دهد.

دکتر میترا مولائی نژاد، متخصص سلامت جنسی و باروری، گفت: «دیابت می تواند تاثیراتی منفی بر زندگی جنسی مردان بگذارد. افزایش فشار خون می تواند به اعصاب و رگ هایی که برای عملکرد جنسی خوب مورد نیازند، آسیب وارد کند. همچنین می تواند ریسک سایر وضعیت هایی را بر فعالیت جنسی اثر می گذارند افزایش دهد.»

مشکلات شایع مردان مبتلا به دیابت و شیوه هایی برای بهبود آن ها

- مشکلات و اختلالات نعوظ یکی از مشکلات شایع در مردان مبتلا به دیابت است، ریسک بروز اختلالات نعوظ سه برابر بیشتر از این ریسک در مردان بدون دیابت است و این پدیده می تواند ده تا 15 سال زودتر رخ بدهد.
- برای بسیاری از مردان، اختلال نعوظ نشانه ای است که منجر به تشخیص دیابت می شود.
- افزایش قند خون می تواند به رگ های خونی آسیب بزند بنابراین خونرسانی به آلت کاهش می یابد.
- آلت جزء اولین اعضای است که تحت تاثیر قرار می گیرد.
- افزایش فشار خون می تواند آسیبی طولانی مدت به اعصابی که در کار ایجاد نعوظ هستند، وارد کند.
- بسیاری از مردان می توانند با کنترل دیابتشان مشکل نعوظشان را هم کاهش دهند. با این حال درمان های موثری نیز برای اختلال نعوظ وجود دارد.

دیابت همراه با ریسک بالاتر بروز مشکلات جنسی

دیگری برای مردان نیز می باشد

- بیماری پیرونی: پلاک های ایجاد شده در آلت، می توانند منجر به خمیدگی آلت شوند بعضی از مردان دچار بیماری پیرونی ممکن است دچار مشکلات نعوظ نیز بشوند.
- کاهش تستوسترون: که با عنوان کمبود تستوسترون (هورمون مردانه) شناخته می شود. کمبود تستوسترون با کاهش میل جنسی و اختلال نعوظ، خستگی، اختلال خلق، و سایر نشانه ها همراه است.
- انزال پس گرد: با وقوع این پدیده، مایع منی (سیمن) به جای اینکه به سمت آلت برود به سمت عقب و مثانه برمی گردد.
- انزال زودرس: مردان مبتلا به انزال زودرس قبل از اینکه بخواهند به ارگاسم می رسند.
- انزال تاخیر یافته: مردان مبتلا به انزال تاخیری ممکن است مشکلاتی با انزال داشته باشند و یا زمان بیشتری برای اینکه به ارگاسم برسند نیاز داشته باشند.
- آنورگاسمی یا احساس ضعیف ارگاسم: مردان مبتلا به دیابت ممکن است به ارگاسم نرسند و یا ارگاسم قوی نداشته باشند.

مرکز مشاوره حال خوب

ازدواج ، خانواده ، تحصیلی

دکتر کبری درویش پیشه

۰۹۱۰۲۹۰۴۷۵۸

باتعمین وقت قبلی

دیابت و رابطه جنسی

- دیابت می تواند بر سلامت روانی و عاطفی فرد نیز اثر بگذارد.
- مدیریت دیابت می تواند یک چالش باشد.
- بعضی از بیماران مبتلا به دیابت، احساس می کنند تحت فشارند، افسرده شده و یا مضطرب اند و این احساسات می توانند با انگیزه جنسی و لذت جنسیشان تداخل داشته باشند.
- خوشبختانه، مشکلات جنسی همراه با دیابت می توانند قابل درمان باشند.
- پزشک شما می تواند به شما کمک کند تا تصمیم بگیرید کدام درمان ها برایتان بهتر است.
- اگر شما و همسرتان دچار مشکلاتی در رابطه تان هستید مشاوره با یک مشاور و یا سکس تراپیست مفید خواهد بود.
- قند خونتان را به صورت مرتب چک و یادداشت کنید.
- چک کردن مرتب قند خون، پیروی از راهنماهای رژیم دیابتی و گرفتن داروها و انسولین در زمان های خاص، همه پر زحمت هستند.
- از یک رژیم دیابتی پیروی کنید تلاش کنید برای اطلاعات بیشتر با یک متخصص تغذیه مشورت کنید.
- داروها و انسولین را براساس دستور پزشکتان مصرف کنید.
- تناسب بدنی را حفظ کنید.
- ورزش و فعالیت بدنی را به برنامه روزانه تان اضافه کنید.
- اگر اضافه وزن دارید تلاش کنید تا اضافه وزنتان را کاهش بدهید.
- از مصرف الکل پرهیز کنید.
- اگر سیگار می کشید، آنرا ترک کنید پزشکتان می تواند به شما کمک کند تا برنامه ای برای ترک سیگار در نظر بگیرید.