

اضطراب الانتصاب القضيبي (أو الضعف الجنسي)

إن اضطراب الانتصاب، والذي يعني أن الرجل لا يستطيع الحصول (أو الحفاظ) على الانتصاب عندما يُهَيَّج أو يرغب في ممارسة الجنس، هو أمر شائع جداً. إن 20 إلى 30 مليون رجل أمريكي يعانون من هذه المشكلة بشكل منتظم. وقد يصادف جميع الرجال هذه المشكلة من حين لآخر، ولكن عندما يصبح الأمر متكرراً، عندها قد يكون قد حان الوقت لاستشارة طبيب أو شخص آخر مؤهل للعناية الصحية.

عندما يثار الرجال جنسياً، يقوم الدماغ بإخبار الجسم بذلك، ويستجيب القضيب بالتصلب. وضغط الدم هام في هذه العملية، كما يمكن لبعض الأمراض الصحية، مثل ارتفاع ضغط الدم وأمراض القلب والمشاكل الكلوية واضطراب التوازن الهرموني والسكري، أن تؤثر سلباً في الحصول على الانتصاب. وهناك عوامل أخرى، مثل الإجهاد والخوف والاكتئاب وتعاطي الكحول والتدخين وزيادة الوزن وعمليات البروستات الجراحية (أو غيرها) وتناول بعض الأدوية، يمكنها حرمان الرجال من الحصول على الانتصاب عندما يرغبون فيه. ومع تقدم عمرهم، قد يلاحظ الرجال أنه يلزم وقت أطول لإثارتهم إلى الحد الذي يحصل عنده انتصاب لديهم، أو أن الانتصاب الذي يحصلون عليه لا يكون بنفس قوة الانتصاب الذي كانوا يتمتعون به عندما كانوا أكثر شباباً. كما أنه قد يلزمهم وقت أطول للوصول إلى اللذة الكبرى. وكل هذا هو جزء من ظاهرة الشيخوخة وليس اضطراباً في الوظيفة الانتصابية.

ويمكن اعتبار اضطراب الوظيفة الانتصابية مشكلة طبية عندما يصبح مشكلة ملموسة ويحدث بشكل متكرر عبر الزمن. وقد يبدو الأمر محرجاً، ولكن عليك التحدث إلى طبيبك عن هذه المشكلة، فقد يتوفر لك علاج فعال. كما يمكن لاضطراب الوظيفة الانتصابية أن يكون مؤشراً على وجود مشاكل صحية جدية أخرى، لذا فإن الحديث عنه إلى الشخص الذي يعتني بصحتك هو فكرة جيدة. وبعد أن تحصل على تقييم شامل (بما في ذلك السيرة الصحية الكاملة والفحص السريري والتحليل المخبرية المحتمل إجرائها)، يمكن لطبيبك أن يتحدث إليك عن نوع ما من العلاج لمساعدتك في الحصول على الانتصاب، بحيث تتمكن من إقامة علاقات جنسية بما في ذلك الاتصال الجنسي.

وتشتمل أنواع علاج اضطراب الوظيفة الانتصابية على حقن وزيارات جراحية وأدوات تخلية، وعلى العلاج الأكثر شيوعاً الذي هو عبارة عن أدوية تأخذ عن طريق الفم. وقد يصف لك الطبيب حبوباً يمكنها مساعدتك في الحصول على الانتصاب عندما تثار جنسياً. وقد لا تتمكن هذه الحبوب من مساعدة جميع الرجال، ولكنك إذا كنت تتمتع بصحة جيدة بشكل عام أو تتمتع برعاية وظروف صحية جيدة، فقد تكون مرشحاً لتجربتها. كما قد تتمكن من تخفيف اضطراب الوظيفة الانتصابية إذا أقلعت عن التدخين و التزمت بالتمارين الرياضية والراحة وخففت من الإجهاد وخفضت كمية الكحول التي تتناولها. وكل هذه اقتراحات جيدة لتحسين حالتك الصحية العامة وشعورك بالراحة عموماً.

إذا كنت متزوجاً أو كان لديك شريكة دائمة تمارس معها الجنس، فقد ينتابهن هن أيضاً إحساس مزعج جداً بسبب هذه الحالة. ومن المهم أن تؤكد لشريكك أن لا ذنب لها في أنك لا تستطيع الحصول على الانتعاش. واضطراب الوظيفة الانتعاشية هو صعب بالنسبة لكل من الشريكين وغالباً ما يتسبب في توتر في العلاقة بينهما. وفي أغلب الأحيان يمكن التخفيف من التوتر في العلاقة بالحديث الصريح. وقد

تبدو مناقشة اضطراب الوظيفية الانتعاضية غير مريحة في أول الأمر، ولكن بفضلها قد يشعر كلا الشريكين بنفسهما أحسن حالاً ويستسيغان طلب المساعدة الطبية.