

Disfunzione Erettile



L'amore fa bene al cuore

Per disfunzione erettile si intende la difficoltà o l'incapacità persistente o ricorrente di ottenere o di mantenere l'erezione nel corso di un rapporto sessuale soddisfacente.

Direte voi: "Cosa c'entrano i problemi sessuali con la prevenzione delle malattie del cuore?" Vi assicuro che c'entra. Volete seguirmi? Per cominciare proviamo ad entrare negli studi di due medici accorti...

- 1° Caso

Paziente: Buongiorno, dottore. Mi chiamo X.Y. Ho letto su un giornale un articolo che parlava di fattori di rischio cardiovascolare e vorrei sapere se anche io ho un aumento di questo rischio. Vede dottore, io fumo e non ho molto tempo per andare in palestra, per la verità non ho nemmeno molta voglia, ma insomma, sa com'è.... Il lavoro, lo stress.... Secondo quell'articolo sono in sovrappeso di 15 chili, non credevo che fosse così tanto, dopotutto ho 57 anni, pensavo di essere un po' robusto... Devo dire che la maggior parte dei chili li ho messi su negli ultimi 5 anni ed anche la pressione mi è salita negli ultimi anni, ogni tanto la misuro e mi trovo 145-150 di massima e 90-95 di minima, però qualche volta la trovo anche più alta. Poi mia moglie ha insistito per farmi fare le analisi e ho scoperto che ho il colesterolo un po' alto e la glicemia intorno a 110, poca roba, considerando che sono una buona forchetta! A casa mia siamo tutti così!

Medico: Davvero? E qualcuno dei suoi familiari ha avuto qualche problema alle coronarie?

Paziente: Sì, mio padre! E pure mio fratello mi sembra che debba fare degli accertamenti per le coronarie....

Medico: Bene, signor X.Y. Cioè, bene... Non tanto, direi... Le devo confermare che il suo rischio cardiovascolare è in effetti aumentato. Dopo vedremo se anche lei dovrà fare degli altri accertamenti ma in ogni caso è indispensabile smettere di fumare, cambiare modo di mangiare e fare attività fisica...

Paziente: Ma dottore! Lei mi toglie TUTTI i piaceri della vita!! Cosa altro rimane? E poi se non mangio e non fumo come lo controllo il nervosismo?

Medico: Scusi la domanda, ma con il sesso come va? C'è per caso qualche problema?

Paziente: Sì, ma cosa ci vuole fare...sarà l'età. Adesso proprio "non se ne parla più" da circa tre anni.

Medico: E prima come andava?

Paziente: Da ragazzo bene, ovviamente! Poi da alcuni anni è cominciato qualche problemino che col tempo è peggiorato... Meglio non pensarci!

Medico: Pensiamoci, invece! Ha fatto caso che l'aumento del peso e della pressione (e forse anche del colesterolo e della glicemia) sono andati di pari passo con il problema sessuale?

Paziente: Ora che mi ci fa pensare, prima mangiare era quasi "per sport", poi forse da quando ho cominciato ad avere problemi sessuali è diventato uno sfogo...

Medico: Signor X.Y., e se io le dicessi che se smette di gratificarsi col cibo, le sigarette e la televisione potrebbe, magari con un piccolo aiuto farmacologico, riprendersi ben altre gratificazioni?

Paziente: Davvero dottore?!? Certo che ci sto! Se riesco a riprendere una vita sessuale normale faccio qualunque cosa!

- 2° Caso

Cardiologo: Buongiorno sig. H, ci rivediamo!

Paziente: Buongiorno, dottore... Sì, è il primo controllo dopo l'infarto.

Cardiologo: Bene, vediamo un po': anni 50, un mese fa ha avuto un piccolo infarto che è andato molto bene perché è stato subito rivascolarizzato con una angioplastica e l'applicazione di uno stent... nessuna ischemia residua nei test successivi. Vediamo, leggo sulla cartella del ricovero che gli unici fattori di rischio sono una lieve ipercolesterolemia ed il fumo di 30 sigarette al giorno ma al momento della dimissione aveva smesso di fumare... Come va? La trovo un po' ingrassato.

Paziente: Non me ne parli, dottore! Una vera tortura. In un mese sono aumentato di due chili perché mi sento molto nervoso e mangio. Cerco di non fumare ma non le nascondo che nell'ultima settimana ho acceso due volte una sigaretta....

Cardiologo: Sta prendendo i farmaci prescritti alla dimissione?

Paziente: Sì ma sto pensando di interrompere perché ho letto sul foglietto di un effetto fastidioso che possono dare.

Cardiologo: Ha qualche problema di disfunzione erettile?

Paziente: Sì! E non riesco ad accettare questa situazione. Prima non avevo nessun problema, ed ora smettere di fumare e contemporaneamente aver perso l'attività sessuale proprio non riesco ad accettarlo!

Cardiologo: Cerchiamo insieme una soluzione! Intanto ho da darle una notizia buona ed...

Paziente:...una cattiva?

Cardiologo: No, una notizia buona ed una ne' buona ne' cattiva!

Paziente: Prima quella ne' buona ne' cattiva

Cardiologo: D' accordo: la notizia è che se vuole fare una buona prevenzione non deve riprendere a fumare e non deve interrompere i farmaci...

Paziente: e questa sarebbe ne' buona ne' cattiva? Non è cattiva, è una condanna!

Cardiologo: No, perché la notizia buona è che possiamo mettere rimedio ai suoi problemi sessuali con l' aiuto di un farmaco specifico.

Paziente: e questa sarebbe la notizia buona? Io ho solo 50 anni e finora non ho avuto bisogno di niente! Mi devo sentire proprio vecchio e ammalato?!? E poi ho paura, se ne sentono tante, dicono che può essere pericoloso.

Cardiologo: Non deve sentirsi avvilito: ufficialmente il 13% della popolazione maschile soffre di problemi di disfunzione erettile e quelli che pur avendo il problema non ne parlano sono probabilmente molti di più... E' vero che il problema è più frequente all' aumentare dell' età, ma sono molti gli uomini giovani, anche più di lei, che ne soffrono. Riguardo la paura, lei può tranquillamente utilizzare i farmaci per la disfunzione erettile perché non ha avuto ischemia residua nei test eseguiti dopo l' angioplastica.

Paziente: dottore, se lei mi rassicura proverò a seguire i suoi consigli. Ho paura che la mia vita vada a rotoli, anche con mia moglie ci sono delle incomprensioni che prima non esistevano...

Cardiologo: D' accordo, allora! Le preparo una prescrizione e le spiego bene tutto. In questa fase faremo dei controlli più ravvicinati. Mi creda, una buona qualità della vita è basilare per una buona prevenzione.

Importante: *Se vi siete riconosciuti o avete riconosciuto il vostro partner, anche solo parzialmente, nei due casi esposti non esitate a parlare apertamente con un medico di vostra fiducia.*

Cause della disfunzione erettile (DE)

Le cause di questo disturbo possono essere:

- **Organiche**, cioè caratterizzate da alterazioni anatomiche o funzionali degli apparati e dei sistemi (nervoso, endocrino, urologico e vascolare) coinvolti nel processo dell' erezione. Le cause vascolari, che sono l' argomento di questa breve dissertazione, sono costituite dal danno ai vasi arteriosi del pene derivati da stili di vita dannosi quali il fumo, la sedentarietà, l' obesità e/o da patologie croniche come ipertensione, diabete, ipercolesterolemia che ostacolano il flusso sanguigno nei corpi cavernosi necessario per ottenere e mantenere il pene in erezione.
- **Psicogene**, cioè a carico dei processi cognitivi ed emozionali che guidano l' erezione.
- **Latrogene**, cioè dovute a farmaci o procedure che alterano il meccanismo dell' erezione. Nel nostro caso dobbiamo tenere presente che tutti i farmaci attivi sul sistema cardiovascolare possono provocare in alcuni pazienti, in maniera non prevedibile e con una grande variabilità da individuo ad individuo, una disfunzione erettile.

In pratica, dal racconto dei due casi clinici e dalle precedenti brevi note si evince come le malattie cardiovascolari e la DE condividano gli stessi fattori predisponenti e siano per tale motivo spesso coesistenti nello stesso paziente. Per questo la presenza di DE è oggi considerata un indicatore, cioè una potenziale "spia", della presenza di patologie cardiovascolari.

Per fortuna, la disfunzione erettile e le patologie cardiovascolari oltre a condividere i fattori predisponenti condividono anche i “correttivi” basati sulla modifica dello stile di vita (cessazione del fumo, corretta alimentazione, attività fisica e riduzione del peso) e sulla eventuale terapia farmacologica.

Cioè UNA BUONA PREVENZIONE.

Per finire due link attendibili dove poter approfondire l' argomento:

www.amaresenzapensieri.it (sito della Società Italiana di Andrologia)

www.andrologiaonline.it