

د. مازن شقير استشاري المسالك البولية والضعف الجنسي بمستشفيات الحمادي: الضعف الجنسي ليس مشكلة منعزلة، بل مرآة لصحة الرجل الجسدية والنفسية

العلاقة بين صحة الرجل العامة والاعتناء بها من جهة، وبين الضعف الجنسي من جهة أخرى، هي علاقة وثيقة ومترابطة للغاية، وقد أصبحت محوراّ مهماّ في الطب الحديث والوقاية.

وأن الضعف الجنسي ليس مشكلة في حد ذاته فقط، بل قد يكون "إنذار مبكر" لأمراض خطيرة؟

ماهي العلاقة بين صحة الرجل والضعف الجنسي:

1. الصحة العامة تؤثر مباشرة على الصحة الجنسية

• الضعف الجنسي غالباً ما يكون عرضاً مبكراً لمشاكل صحية مثل:

• السكري.

• ارتفاع ضغط الدم.

• السمنة.

• اضطرابات الكوليسترول.

• أمراض القلب والأوعية.

2. الصحة النفسية والعاطفية:

• التوتر، الاكتئاب، والقلق تؤثر سلباً على الرغبة والانتصاب.

• ضعف الثقة بالنفس الناتج عن مشاكل صحية قد يفاقم الضعف الجنسي.

3. نمط الحياة والعادات الصحية.

• قلة النشاط البدني، التغذية السيئة، التدخين، وتناول الكحول تضعف الأداء الجنسي.

• على العكس، اتباع أسلوب حياة صحي يحسن الدورة الدموية والهرمونات.

4. الهرمونات الذكورية (مثل: التستوستيرون).

• أي خلل هرموني يمكن أن يسبب ضعفاً في الرغبة والانتصاب.

• قص التستوستيرون يرتبط بأمراض مزمنة مثل: اللمنة

وهذا يؤكد أن الاهتمام بالصحة الجنسية يشجع الرجل على القيام بالفحوصات الوقائية والمتابعة الطبية.

وأن تحسين الصحة الجنسية يتطلب تحسين الصحة العامة: تغذية، رياضة، نوم كافٍ، وابتعاد عن التدخين.

الضعف الجنسي ليس مشكلة منعزلة، بل هو مرآة لصحة الرجل الجسدية والنفسية.

وكل تحسن في الصحة العامة ينعكس إيجاباً على الوظيفة الجنسية والعكس صحيح.
