

Jaké jsou možnosti léčby?

Užíváte-li léky, přečtěte si příbalový leták a ověřte si, zda ED není jedním z možných vedlejších účinků. Nepřestávejte užívat žádné předepsané léky, navštivte ale lékaře, máte-li podezření, že medikace může být příčinou.

Medikace (tablety k perorálnímu užívání)

Pro úpravu ED je k dispozici několik druhů tablet. Některé zvyšují přítok krve do penisu, jiné zvyšují hladinu určitých chemických látek v mozku, který po nervových vláknech vysílá do penisu zprávy. Žádná z těchto tablet nezpůsobuje erekci bez sexuálního vzrušení. Je poměrně dobrá šance, že některý z těchto léků zabere (šance, že bude fungovat, je osm z deseti). S každým z nich se pojí určitá pozitiva a negativa, která s Vámi probere urolog/lékař.

Posilování svalů pánevního dna

Svaly pánevního dna představují skupinu svalů, která na spodní straně obaluje močový měchýř a konečník. Jeden z těchto svalů rovněž částečně obaluje bázi penisu. Podílí se na tom, aby z penisu při erekci neunikala krev. Provedené studie ukazují, že posilování svalů pánevního dna u mužů by v některých případech mohlo vést k vyléčení ED.

Injekční léčba / Léky aplikované do močové trubice

Před zavedením tablet se jednalo o nejčastější způsob léčby. V tomto případě se naučíte, jak si máte do báze penisu aplikovat injekci. Injekce způsobí zvýšení toku krve a do 15 minut obvykle dojde k erekci. Rovněž existuje pilulka, kterou si zavedete do konce močové trubice (což je trubice, která odvádí moč a její ústí se nachází na konci penisu), a která obsahuje podobný lék jako ten, který se aplikuje ve formě injekce.

Vakuové přístroje

Existuje několik různých přístrojů. V zásadě vše funguje tak, že se penis vloží do plastové nádoby. Pomocí pumpičky se poté z nádoby vysaje vzduch, čímž vznikne vakuum. Díky vakuu bude do penisu vtahována krev a dojde k erekci. Jakmile se erekce dostaví, kolem báze penisu se umístí gumová páska, aby se erekce udržela. Použitá plastová nádoba se následně z penisu sejme a erekce penisu se udrží až do okamžiku odstranění gumové pásky (kterou je nutno sejmut do 30 minut).

Penilní protéza

Chirurg může do penisu trvale umístit „tyčinku“. Nejmodernější (nejdražší) typ je možné nafouknout vestavěnou pumpičkou a vyvolat tak erekci. Základní typy způsobují trvalou tvrdost penisu.

Jiné možnosti léčby

- Např. léčba deprese, úzkosti, změna léků, omezení konzumace alkoholu nebo léčba určitých vzácných hormonálních poruch, která může následně vyléčit i ED.
- Jak jsme si již řekli, je ED často známkou toho, že brzo může dojít k rozvoji srdečního onemocnění nebo jiné kardiovaskulární nemoci. Z tohoto důvodu je tedy vhodné se zamyslet nad svým životním stylem a posoudit, zda nemůžete pro omezení rizika rozvoje těchto problémů provést nějaké změny. Například, přestat kouřit, jste-li kuřák, pravidelně cvičit, jíst zdravě apod.
- V některých případech může být užitečné „párové poradenství“ nebo sexuální terapie. Tyto přístupy jsou nejužitečnější v případě, kdy příčinou nebo důsledkem ED jsou některé psychologické problémy.

Závěr

Erektivní dysfunkce – neschopnost dosáhnout a udržet erekci dostatečně dlouho pro uspokojivý sexuální styk – je běžný a obtěžující problém. ED sice postihuje přibližně jednoho z deseti mužů, nejde ovšem o normální součást stárnutí. Často se jedná o zdravotní problém, který může mít řadu různých příčin. V současné době existuje rovněž řada různých možností léčby a je dosti pravděpodobné, že některá z nich bude účinná i ve Vašem případě. Trpí-li tedy Váš sexuální život v důsledku ED, neodkládejte již návštěvu u svého urologa, v řadě situací lze totiž ED zastavit.



**Týden urologie
14. – 15. září 2009**

www.urologyweek.org

**Urology Week 14. - 15. září 2009
na evropské úrovni pořádá
European Association of Urology
v ČR pořádá EuropaUomo.CZ
pod záštitou České urologické společnosti
a International Prostate Health Council**



eau

European
Association
of Urology

European
Association
of Urology
PO Box 30016
6803 AA Arnhem
The Netherlands
Tel.: +31 (0) 26 389 0680
www.urologyweek.org
www.uroweb.org

eau

European
Association
of Urology

**EUROPA
UOMO⁺.CZ**
MEMBER OF THE EUROPEAN PROSTATE CANCER COALITION

ČS

ČESKÁ
UROLOGICKÁ
SPOLEČNOST

Nuda v posteli?



**Týden urologie
14. – 15. září 2009**

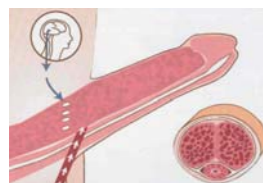
www.urologyweek.org

eau

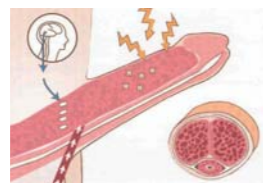
European
Association
of Urology

Erektivní dysfunkce (ED)

Erektivní dysfunkce postihuje zhruba jednoho z deseti mužů a je léčitelná. Přesto se ale podle několika studií jakékoliv formy léčby dostane pouze přibližně deseti procentům mužů. U asi 80% mužů trpících ED je na pozadí přítomna fyzická příčina – např. diabetes, vysoký krevní tlak nebo srdeční onemocnění. Muži, kteří mají problémy s erekcí by neměli tyto potíže brát na lehkou váhu (i v případě jsou-li tyto problémy příležitostného charakteru, a to zejména přetrvávají-li příznaky déle než několik týdnů). Je velmi důležité, aby se nechali vyšetřit lékařem a chodili na pravidelné zdravotní prohlídky.



Normální stav



Erektivní dysfunkce

Co je erektilní dysfunkce?

Erektivní dysfunkce (ED) je neschopnost dosáhnout a udržet erekci dostatečně dlouhou pro uspokojivý sexuální styk. Erekcce je nervově-cévní děj, na němž se podílí erektilní tkáň penisu. Konkrétně se na něm podílí hladká svalovina kavernózních těles, dále hladká svalovina stěn tepének a tepen. Tento proces je pod hormonální kontrolou. Jedná se sice o nezhoubnou poruchu, která ovšem může mít významný dopad na kvalitu života Vás i Vaší partnerky. Je tudíž zásadně důležité, aby byli pacienti řádně vyšetřeni a jejich stav důkladně zhodnocen předtím, než se zahájí léčba. Nejnovější epidemiologické údaje prokazují celosvětově vysokou prevalenci a incidenci ED.

Kdo je vystaven riziku?

Tělesné příčiny

Přibližně v osmi z deseti případů je ED způsobena tělesnou příčinou. V takovém případě je pravděpodobné, že máte normální zájem o sex (libido). Možné příčiny:

- **Snížený přítok krve do penisu.** Podobně jako v jiných částech těla, může dojít k zúžení tepen, které přivádějí krev do penisu. Průtok krve tak nemusí být dostatečný k tomu, aby vyvolal erekci. Pravděpodobnost zúžení tepen mohou zvyšovat rizikové faktory, mezi něž patří: stárnutí, vysoký krevní tlak, vysoká hladina cholesterolu, kouření, diabetes.
- **Onemocnění postihující nervy, které vedou nervové vzruchy do penisu.** Například roztroušená skleróza, mrtvice apod.
- **Diabetes mellitus (cukrovka).** Jedná se o nejčastější příčinu ED. Diabetes může mít vliv na cévy a nervy.
- **Poranění nervů vedoucích nervové vzruchy do penisu.** Například poranění míchy, poranění vznikající při chirurgickém zákroku v tkáních nacházejících se v blízkosti těchto nervů, zlomenina pánve, radioterapie genitální oblasti apod.
- **Vedlejší účinky některých léků.** Mezi nejčastější patří: některá antidepresiva, léky na úpravu vysokého krevního tlaku (betablokátory), některá diuretika („močopudné tablety“).
- **Nadměrná konzumace alkoholu a užívání drog.**
- **Jízda na kole.** Má se za to, že ED se běžně vyskytuje po jízdě na kole na dlouhou vzdálenost. Je to pravděpodobně způsobeno tlakem na nervy, jež vedou do penisu, v důsledku dlouhodobého sezení na sedle kola.

Ve většině případů se ED, na jejímž pozadí je tělesná příčina (kromě poranění nebo po chirurgickém zákroku), rozvíjí pomalu. Může se tedy u Vás nějakou dobu vyskytovat občasná nebo částečná ED, která se může postupně zhoršovat.

Příčiny vyplývající z duševního zdraví („psychické“)

Příčinou rozvoje ED mohou být různé zdravotní problémy spadající do oblastí duševního zdraví:

- **Stres.** Například v důsledku náročné práce nebo rodinné situace.
- **Úzkost.**
- **Problémy v partnerském vztahu.**
- **Deprese.**

Je-li ED příznakem problému z oblasti duševního zdraví, objevuje se typicky dosti náhle, ale může dojít k jejímu zlepšení, když se psychické problémy vyřeší. U některých jedinců ale při rozvoji ED dojde ještě k dalšímu prohloubení úzkosti nebo deprese. To může situaci dále zhoršovat a může to být začátek „bludného kruhu“ zhoršující se úzkosti a přetrvávající ED. Jestliže v některých situacích máte dobrou erekci (např. dostaví-li se u Vás erekce při masturbaci nebo pokud se ráno probudíte s erekcí), je psychologická příčina zpravidla více pravděpodobnou příčinou ED než příčina tělesná.

Erektivní dysfunkce, srdeční onemocnění a jiné cévní nemoci

Ačkoliv ED může být vyvolána rozdílnými příčinami, nicméně v sedmi z deseti případů je na pozadí této poruchy zúžení malých tepen v penisu. To způsobuje snížený přítok krve do penisu. Jedná se o stejný problém, který se může projevit i v jiných částech cév organismu.

Zúžení tepen způsobuje aterosklerózu. Aterosklerózu lze stručně popsat jako tukové polštářky nebo „pláty“, které se vytvářejí ve vnitřní výstelce tepen. Pláty aterosklerózy se mohou postupně vytvářet v tepnách jedné nebo více částí těla řadu let, běžně se vyskytují v tepnách vedoucích do srdce, mozku, nohou a penisu. Časem se některé mohou zvětšit a způsobit takové zúžení jedné nebo více tepen, které začne vyvolávat příznaky a obtíže.

Rizikové faktory, kde lze usilovat o změnu, jež může zabraňovat zhoršování problémů spojených s tvorbou aterosklerózy, lze stručně shrnout takto:

- **Kouření.** Kouření je jedním z největších rizikových faktorů rozvoje srdečního onemocnění. Kouření rovněž přibližně zdvojnásobuje pravděpodobnost rozvoje ED. Mladí kuřáci si nemusejí být vědomi toho, že mají mnohem vyšší riziko rozvoje ED do dosažení středního věku než u nekuřáků.
- **Vysoký krevní tlak.** Nechte si nejméně jednou ročně zkontrolovat krevní tlak.
- **Máte-li nadváhu,** lze doporučit její snížení.
- **Vysoká hladina cholesterolu.** Tento problém je možné léčit.
- **Nečinnost.** Všichni bychom se měli většinu dnů v týdnu snažit o nějakou tělesnou aktivitu střední úrovně po dobu alespoň 30 minut.
- **Strava.** Snažte se konzumovat zdravou stravu.
- **Nadměrná konzumace alkoholu.**
- **Diabetes.** Trpíte-li diabetem, může dobrá kontrola hladiny cukru v krvi a krevního tlaku pomoci minimalizovat dopad diabetu na stav cév.

Poznámka: ED způsobená zúžením tepen se běžně vyvíjí několik let předtím, než se objeví jakékoliv příznaky nebo problémy v důsledku zúžení věnčitých tepen (nebo jiných tepen). ED se tudíž pokládá za „časný varovný signál“ toho, že by mohlo dojít k rozvoji srdečního (nebo jiného kardiiovaskulárního) onemocnění.

Co lze očekávat při návštěvě lékaře?

Podle příznaků, které mohou být pravděpodobnou příčinou ED, Vašeho věku apod. může lékař navrhnout některé testy. Jejich účelem je především ověřit případné „rizikové faktory“, které jsou uvedené výše, a které zvyšují riziko rozvoje zúžení tepen. Může se jednat o tyto testy:

- Krevní test za účelem kontroly hladiny cholesterolu a dalších „tuků“.
- Stanovení hladiny krevního cukru.
- Kontrola krevního tlaku.
- Snímání srdeční aktivity (EKG).

Jestliže máte snížený zájem o sex (libido), může být na pozadí ED hormonální problém. V takovém případě Vám může být doporučen krevní test pro stanovení hladiny testosteronu nebo prolaktinu.

