

DISFUNZIONE ERETTILE: dati



L'impotenza è un disturbo legato alla sessualità che nell'uomo può portare alla eiaculazione precoce o alla totale assenza di eiaculazione, in ogni caso alla difficoltà di avere un rapporto sessuale soddisfacente; le cause principali sono gli eccessi alimentari, gli stress intellettuali e fisici, un peso corporeo eccessivo, una vita lontana dai ritmi della natura.

La dieta

Eliminare drasticamente alcol, caffè e bevande eccitanti, tabacco, carne; una dieta vegetariana aumenta la sensibilità a livello sottile sia nella sfera fisica che emozionale; l'aglio e la cipolla sono potenti fattori di vitalità e longevità, farne uso abbondante e giornaliero; altri alimenti consigliati sono i fiocchi d'avena, frutta secca, pane integrale, lievito di birra in fiocchi (da spargere sulle

insalate), cavolo, acetosella, funghi, oli vegetali, pinoli; anche le spezie sono utili anche se non bisogna eccedere: pepe, peperoncino, curry, zafferano, paprica, zenzero, noce moscata, cannella, chiodi di garofano, vaniglia.

Consigli utili

Potete profumare l'ambiente con effluvi di muschio e ambra grigia; le erbe dell'amore sono la menta piperita, l'anice verde, il rosmarino, la salvia: con queste potete preparare una tisana da bere al mattino a digiuno e la sera prima di andare a letto.



Il problema della disfunzione erettile è un problema quanto mai attuale, **in Italia ne soffre un uomo su tre**. Le cause maggiori che alimentano e/o provocano questo disturbo sono la cattiva alimentazione e lo stress.

Le statistiche dicono che questo grosso disturbo è ormai un problema sociale, che purtroppo risulta in crescita.

Il problema viene rilanciato dal Dott. Aldo Isidori, direttore della cattedra di Andrologia all'Università La Sapienza di Roma, che ha esposto il problema a Milano in occasione del primo bilancio di attività del Numero Verde per il problema della disfunzione erettile.

Il nuovo numero verde (800046696) è stato chiamato per il 96% da uomini, il 41% di telefonate provenivano dal nord Italia, e di questi il 60% avevano da 45 anni in su, ed erano sposati il 70%.

Durante il primo mese di attività i 15 medici che hanno lavorato al numero verde (servizio organizzato da Uomo e Donna in Salute di Pfizer Italiana) hanno ricevuto circa 2000 chiamate, il 78% degli uomini ha chiesto un consulenza medica o un aiuto psicologico, il 12% ha affermato di soffrire di eiaculazione precoce, il residuo 10% altre patologie. Altre patologie riscontrate dai medici sono state l'ipertensione (29%), il diabete (13%), l'ansia e la depressione cronica (14%). Il 76% degli uomini che soffrono di problemi erettili sono

fumatori e denunciano il problema da almeno un anno, e nonostante tutto non hanno in corso nessuna terapia per guarire. Questo fa capire che l'imbarazzo a parlare di questo problema è notevole e si preferisce tenerlo nascosto piuttosto di parlarne e curarlo.

Trascurare questa patologia, nel lungo tempo, porterà ad un aumento dei costi sociali. Per non incidere pesantemente sul bilancio del nostro Sistema sanitario nazionale, gli esperti spiegano che bisognerà puntare sulla prevenzione.

Attualmente la maggior parte di coloro che soffrono di disfunzione erettile non la ritengono una vera e propria malattia, è per questo motivo che ben 8 uomini su 10 affetti da questo disturbo non si recano dal medico.

Vincenzo Mirone, presidente della Società italiana di urologia e della Società europea di urologia andrologica, evidenzia che nella maggior parte dei casi le persone affette da disfunzione erettile ritengono si tratti di una condizione non curabile, una disinformazione molto diffusa che va colmata.



Mirone spiega che grazie ad una prevenzione corretta si può evitare il ricorso ad interventi chirurgici, un vantaggio che oltre a migliorare la qualità della vita dei pazienti consente di abbattere i costi sociali di queste patologie.

La disfunzione erettile potrebbe colpire anche uomini tra i 20 e i 30 anni, in questi casi è spesso correlata a stati di depressione e va affrontata adeguatamente con l'aiuto dello specialista.

Mirone ha inoltre evidenziato come la tendenza all'uso di droghe nasca spesso proprio dagli insuccessi sessuali.

L'esperto spiega che una vita sessuale vissuta con difficoltà può essere quindi considerata un fattore predisponente all'utilizzo delle droghe e per questo va tenuta sotto controllo ad ogni età.

Gli specialisti suggeriscono comunque di sottoporsi a una visita di controllo nel caso si dovessero riscontrare delle disfunzioni erettile che si protraggono del tempo e, superati i 50 anni, il consiglio è quello di effettuare una visita urologica almeno ogni sei mesi, sottoponendosi all'esame del Psa per la diagnosi precoce del tumore alla prostata e anche ad una ecografia per il controllo del volume prostatico. Il tumore alla prostata si conferma purtroppo la patologia cancerogena più diffusa tra gli uomini, le visite di controllo permetterebbero di riscontrare il problema precocemente consentendo di intervenire in maniera meno invasiva.

Gli uomini con disfunzione erettile dovrebbero essere incoraggiati a superare la propria riluttanza ed a cercare aiuto. **Esistono varie possibilità per trattamento della disfunzione erettile. A ciascuna di queste opzioni corrisponde un profilo diverso di efficacia, tollerabilità e soddisfazione da parte del paziente.**