



**My** Health  
**Digest**



## ضعف الانتصاب

ضعف الانتصاب هو عدم القدرة على الوصول إلى الانتصاب أو الحفاظ عليه بما يكفي لممارسة الجنس. إن وجود مشكلة في الانتصاب من حين لآخر لا يمثل بالضرورة سبباً يستدعي القلق. ومع ذلك، إذا كان ضعف الانتصاب مشكلة مستمرة، فإنها قد تسبب الضغط النفسي وتؤثر على ثقتك بنفسك وتسهم في نشوب مشكلات في العلاقات.

## الأعراض

- مشاكل في الوصول إلى الانتصاب
- مشاكل في إبقاء الانتصاب
- انخفاض الرغبة الجنسية

## متى يجب زيارة الطبيب

- إذا كانت لديك مخاوف بخصوص الانتصاب أو إذا كنت تعاني من مشاكل جنسية أخرى، مثل سرعة القذف أو تأخره
- إذا كنت مصاباً بمرض مزمن أو حالة صحية أخرى قد تكون مرتبطة بمشكلة ضعف الانتصاب
- إذا ظهرت عليك أعراض أخرى مع ضعف الانتصاب





## الأسباب

### الأسباب الجسدية لضعف الانتصاب

- مرض القلب
- انسداد الأوعية الدموية (تصلب الشرايين)
- ارتفاع الكوليستيرول
- ارتفاع ضغط الدم
- السكري
- السمنة
- متلازمة التمثيل الغذائي — وهي حالة مَرَضِيَّة تتضمن ارتفاع ضغط الدم، وارتفاع مستويات الأنسولين، وتراكم دهون الجسم حول منطقة الخصر وارتفاع مستوى الكوليستيرول
- مرض باركنسون
- التصلُّب المتعدد
- تعاطي منتجات التبغ
- مرض بيروني — تكون نسيج ندبي داخل القضيب
- إدمان المشروبات الكحولية وغيره من أشكال معاقرة المخدرات أو الكحول
- اضطرابات النوم
- طرق علاج سرطان البروستاتا أو البروستاتا المتضخمة
- الجراحات أو الإصابات التي تؤثر على منطقة الحوض أو الحبل النخاعي
- انخفاض هرمون التستوستيرون

### الأسباب النفسية لضعف الانتصاب

- الاكتئاب، والقلق، وغيرها من الحالات المتعلقة بالصحة العقلية
- التوتر
- حدوث مشكلات بالعلاقات نتيجة للضغط النفسي، أو سوء التواصل أو غيرهما من المشكلات





## الوقاية

- تعاون مع الطبيب المعالج لك للسيطرة على مرض السكري أو أمراض القلب أو الحالات المرضية المزمنة الأخرى.
- راجع الطبيب المعالج لك لإجراء فحوصات منتظمة واختبارات فحص طبية.
- توقف عن التدخين، وقلل من تناول الكحوليات أو تجنبها، ولا تستخدم العقاقير المحظورة.
- مارس التمارين الرياضية بانتظام.
- اتخذ خطوات لتقليل التوتر.
- احصل على المساعدة في حالة القلق أو الاكتئاب أو غير ذلك من مشكلات الصحة العقلية.

## العلاج

### الأدوية الفموية

تكون الأدوية الفموية علاجًا ناجحًا لضعف الانتصاب لدى العديد من الرجال.





## أدوية أخرى

تشمل الأدوية الأخرى لعلاج ضعف الانتصاب ما يلي:

- **الحقن الذاتي بدواء ألبروستاديل.** بواسطة هذه الطريقة، يمكنك استخدام إبرة دقيقة لحقن دواء ألبروستاديل في قاعدة قضيبك أو أحد جانبيه.
- **قمع ألبروستاديل للإحليل.** يتمثل العلاج بالألبروستاديل (ميوز) داخل الإحليل في وضع أقماع صغيرة من ألبروستاديل داخل قضيبك في قناة مجرى البول. ويمكنك استخدام أداة خاصة لإدخال القمع في قناة مجرى البول الموجودة بقضيبك.
- **بدل هرمون التستوستيرون.**

## مضخات القضيب والجراحة والزراعات.

قد يوصي طبيبك بتلقي علاج مختلف في حالة عدم فعالية الأدوية أو ملاءمتها لحالتك. تتضمن العلاجات الأخرى ما يلي:

- **مضخات القضيب.** مضخة القضيب (جهاز علاج الانتصاب) هو أنبوب مجوف مع مضخة تعمل باليد أو بالبطارية. يُوضع الأنبوب على قضيبك، ومن ثم تُستخدم مضخة لامتصاص الهواء داخل الأنبوب. يخلق هذا فراغاً يسحب الدم إلى قضيبك.
- ما إن يحدث الانتصاب، تسحب حلقة الشد لتكون حول قاعدة قضيبك لإبقاء الدم فيه والاحتفاظ به منتصباً. ثم تُزِيل جهاز التفريغ.

**زراعات القضيب.** ينطوي هذا العلاج على وضع أدوات على جانبي القضيب جراحياً. وتتكون هذه الزراعات من قضبان قابلة للنفخ أو قابلة للتطويع (قابلة للثني). وتتيح لك الأجهزة القابلة للنفخ التحكم في توقيت الانتصاب ومدته. أما القضبان القابلة للتطويع فتُبقي قضيبك ثابتاً وقابلاً للثني في الوقت ذاته.

