

# הקשר בין הטסטוסטרון – ההורמון הזכרי - הפגיעה בתפקוד המיני של הגבר, סוכת, השמנה ומחלות לב.

ד"ר רן כץ – מנהל המחלקה האורולוגית, מרכז רפואי זיו, הפקולטה לרפואה ע"ש עזריאלי, אוניברסיטת בר אילן, צפת.

הפגיעה בזקפה בגברים היא בעיה שכיחה ולה סיבות מגוונות. היעדר הזקפה פוגע לא רק ביכולתו הטכנית של הגבר לקיים יחסי מין אלא מרחיק ומשליך על הרגשתו הכללית, דימויו העצמי, והמוטיבציה שלו להתמודד עם חיי היום יום.

גברים הסובלים מירידה בזקפה סובלים משכיחות מוגברת של דיכאון וחרדה. ביטחונם העצמי מתערער והקשר עם בנות זוגם נפגע, עקב היעדר יחסי מין או חשש של הגבר מהתמודדות עם כשלון. גברים אלה נוטים להסתגר ולהתרחק מבנות זוגם ובכך המצב רק מחמיר ולא משתפר.

גברים הסובלים ממחלות כרוניות כגון סוכרת, יתר לחץ דם, מחלת לב איסכמית, פרקינסוניזם ועוד, אשר מפתחים פגיעה בתפקודם המיני, נוטים להזניח את בריאותם הכללית. הם אינם נוטלים את תרופותיהם בזמן, אינם מקפידים על אורח החיים המתאים למחלתם ומדווחים על תחושה גוברת של חולי ושוקעים במעגל מרושע והרסני של הזנחה עצמית והידרדרות כללית אותו קשה לפרוץ.

בשנת 1994 פורסם מחקר ה- Massachusetts Male aging study אשר שפך לראשונה אור על היקף הבעיה בקרב הגברים. במחקר עקב אחר מעל 1000 גברים ואורחות חייהם במשך 5 שנים. במהלך מחקר זה תועדו בין היתר הפרעות בתפקוד המיני אשר סווגו בין הפרעה קלה, בינונית והיעדר מוחלט של זקפה ותפקוד מיני. התוצאות היו מפתיעות. נמצא שבגילאי 40-50 שנה שיעור הגברים הסובלים מירידה בתפקוד המיני עמד על 39% ואילו בגילאי 70 ויותר דווחו מעל 2/3 מהגברים על הפרעה משמעותית בתפקודם המיני.

מנגנון הזקפה בגבר מבוסס על זרימת הדם. בתהליך זה לא משתתפים שרירים או עצמות. בעת הזקפה זורם דם בכח מעורקי האגן אל הפין וממלא אותו בלחץ גבוה ליצירת זקפה ויציבה. לאחר פרוקן מיני חלה ירידה מהירה בזרימת הדם אל הפין והזקפה נופלת במהירות.

מאחר שכך, גורמים הפוגעים בלב ובכלי הדם שלנו, גורמים גם לפגיעה בזקפה ובהם עישון, לחץ דם גבוה, סוכרת שאינה מאוזנת ורמת שומנים גבוהה בדם. כלי הדם באגן ובפין קטנים יותר מכלי הדם שמזינים את הלב ונסתמים במהירות. מכאן שהפרעה בזקפה יכולה להיות סימן ראשון למחלת לב מתפתחת שהמטופל אינו מודע אליה. כיום, כאשר גבר עם גורמי סיכון ברורים למחלות לב וכלי דם פונה לרופאו בשל הפרעה בתפקודו המיני, הוא יופנה גם לבדיקות לב כדוגמת בדיקת מאמץ.

הפיקוח על הזקפה נשלט על ידי מערכת העצבים. לאחר שהמח קלט גרוי מיני, עוברים סיבי עצב בעמוד השדרה ויוצאים באגן אל כלי הדם, והם מאותתים להם להיפתח בחוזקה ולהזרים דם אל הפין. פגיעה בעצבי האגן עלולה להיגרם בזמן ניתוח לגידולים סרטניים מהאגן, מניירופתיה (פגיעה בהולכה החשמלית של העצבים) או מפגיעה בעמוד השדרה אחרי חבלה בגב או פריצת דיסק.

המצע ההורמונאלי והמטבולי של הגבר קריטי לתפקודו המיני. הטסטוסטרון, ההורמון הזכרי, מיוצר באשכים ופעילותו בגוף מגוונת. הטסטוסטרון אחראי לליבידו – הדחף המיני ותחושת האנרגיה הכללית של הגבר. בירידה ברמת הטסטוסטרון סובלים הגברים מאדישות מינית, קשיי זקפה, חולשה

ועייפות. הטסטוסטרון אחראי גם למסת השריר. חוסר בטסטוסטרון גורם לדלדול השרירים בגוף ועליה ברמת השומן, בעיקר השומן הבטני. הגברים נחלשים, ממעיטים בפעילות ומשמינים יותר. השמנה בטנית הינה גורם סיכון משמעותי להתפתחות יתר לחץ דם וסוכרת, אשר בתורם יפגעו עוד יותר בתפקוד המיני....

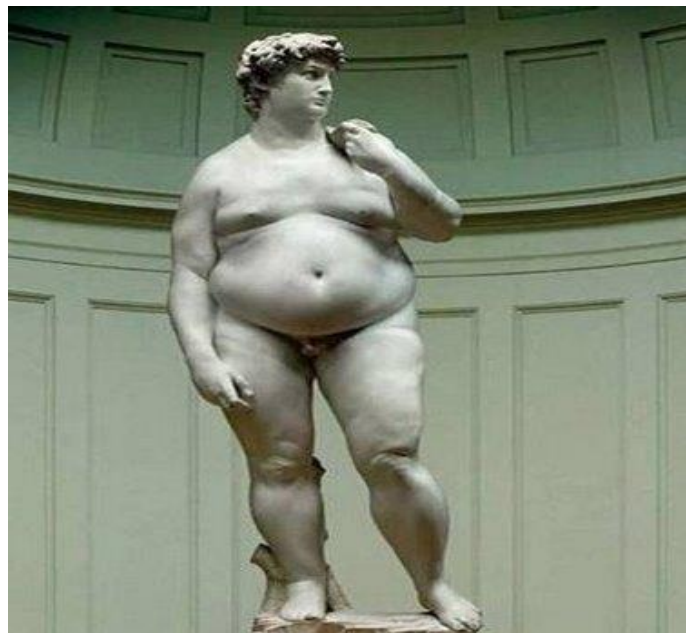
הטסטוסטרון אחראי גם להיבטים שאינם קשורים בתפקוד המיני כגון מסת העצם, לרמת ההמוגלובין ולתפקודים מוחיים שונים. חוסר בטסטוסטרון בגבר יגרום לאוסטיאופורוזיס (דלדול עצמות מסוכן), אנמיה (חוסר דם) וקשיי ריכוז וזיכרון.

רמת הטסטוסטרון בגוף נשמרת לאורך השנים ובניגוד למצב בנשים, אין מועד ברור בו חלה ירידה דרמטית ברמת הטסטוסטרון. כשני שלישי מהגברים יגיעו לגבורות עם רמת טסטוסטרון שעדיין נמצאת בתחום הנורמה.

ירידה ברמת הטסטוסטרון עלולה להיגרם מפגיעות ישירות באשכים (ניתוחים, חבלות ועוד), פגיעות בבבלוטת יותרת המוח, או סירוס מכוון כחלק מטיפול אונקולוגי בסרטן הערמונית. עם זאת אחת הסיבות העיקריות לירידה בטסטוסטרון היא השמנה. רקמת השומן עצמה מפרקת טסטוסטרון והופכת אותו לאסטרוגן, ההורמון הנשי, וגברים כאלה באופן טיפוס, מפתחים גם צמיחה של רקמת שד.

התסמונת המטבולית היא שילוב של לחץ דם גבוה, ערכי סוכר לא מאוזנים, רמות כולסטרול גבוהות ונטייה להשמנה והיא שכיחה בחוסר בטסטוסטרון. מכאן שקיים מעגל סגור המעצים את עצמו בין השמנה, חוסר בטסטוסטרון וסוכרת. כל אחד מגורמים אלו בנפרד וכולם ביחד, תורמים לירידה בתפקודו המיני של הגבר.

המלך הוא עירום, וחסר לו טסטוסטרון.... כך נראה חוסר טסטוסטרון טיפוס, השמנה בטני, היעדר תשעורת על הגוף וצמיחת רקמת שד.



לסיכום, מנגנון הזקפה בגבר הוא מנגנון המבוסס על כלי הדם, ונמצא בפיקוח של מערכת העצבים ותחת השראה הורמונאלית ומטבולית. גורמי הסיכון לתחלואת הלב ולאין אונות הם זהים. חוסר טסטוסטרון גורם לירידה בתפקוד המיני ולהאצת התסמונת המטבולית אשר מצידה מגבירה את הירידה בתפקוד המיני ואת תחלואת הלב וכלי הדם וחוזר חלילה.

ומה המסר? הפגיעה בתפקודו המיני של הגבר פותחת לפני הרופא המטפל לא פעם צוהר ראשון למצבו הבריאותי הכללי. גברים, אתם לא לבד. מרגישים עייפים, חלשים, חסרי חשק? היכולת היא לא כמו פעם? אל תזניחו, פנו לרופא המטפל לבדיקות ותשפרו הן את התפקוד המיני והן את בריאותכם הכללית.