

הזקפה והפרעות בזקפה

ד"ר ירון בוקר

הזקפה מסמלת – "גבריות".

באשה אברי המין מוצנעים ואילו אצל הגבר איבר המין חיצוני.

ולכן - כאשר קיימת בעיה בזקפה - "הבעיה בולטת".

מהי הזקפה? מהם הגורמים להפרעות בזקפה?

כיצד נגרמת הזקפה?

הזקפה היא תהליך מורכב המושפע מבחינה הורמונלית, עצבית ורגשית. התהליך קשור להפרשת הורמונים מהמח, המשפיעים על יותרת המח ובהמשך על אברים שונים כגון האשכים ובלוטת התריס. הפרשת ההורמונים היא תהליך מסובך כך שרק כאשר האיזון העדין בין ההורמונים קיים, ניתן להגיע ליעד הרצוי. התהליך מערב גם השפעה על עצבים שונים, הן מקומיים והן בעמוד השדרה.

כל זה יכול להתקיים רק כאשר יש גרוי רגשי ומיני מתאים. במידה ונוצר גרוי מיני מופרשים מהמח חומרים מקבוצת NO המשפיעים על כלי דם עדינים בפין. כלי הדם העורקיים עוברים הרפיה הגורמת למילוי כלי הדם. כתוצאה מכך ישנה דחיסה של כלי הדם הורידיים. כליאת הדם בפין היא זו הגורמת לזקפה. ברגע שהגרוי המיני יורד גם ההשפעה על כלי הדם פוסקת והזקפה יורדת. אצל הגבר הזקפה יורדת מהר מאד לאחר פליטת הזרע ואז ישנה תקופה רפרקטורית בה קשה לגרום לגרוי מיני וזקפה אצל הגבר. זמן זה יכול להמשך מס' דקות אצל גברים צעירים ועד שעות ולעיתים ימים אצל קשישים.

מה גורם להפרעות בזקפה?

הפרעה בזקפה היא בעצם חוסר יכולת להשיג או לשמור, על זקפה המאפשרת מגע מיני מלא. ניתן לחלק את ההפרעות לשתי קבוצות עיקריות. הפרעה רגשית והפרעה גופנית. ברוב המקרים הסיבה לאי הזקפה היא ערוב של גורמים רגשיים וגופניים גם יחד.

ההפרעה הרגשית השכיחה ביותר היא – "חרדת ביצוע". החרדה אופינית בעיקר בתחילת הקשר המיני, בה הגבר מרגיש שבת הזוג מצפה ממנו לנווט את העניינים. לא תמיד לגבר יש יותר נסיון וגם אם כן, התחושה שהוא "אחראי" על חיי המין מכניסה גברים מסוימים ללחץ ויכולה לגרום להפרעה בזקפה. זה אופייני בעיקר בנערים וגברים צעירים, אם כי מופיע גם בגברים מבוגרים המתנסים בקשר מיני חדש לאחר מות בת הזוג או גרושין ממנה. גם גורמים כלליים כגון דכאון, בעיות ביחסים בין אישיים וכן מחלות פסיכוסוציאליות שונות יכולים להפריע ביצירת הזקפה.

הגורמים להפרעה בזקפה הם רבים ושונים. נסקור את העיקריים שבהם.

גיל-

ככל שהשנים חולפות ישנה ירידה הדרגתית בתפקוד הפיזיולוגי. כמו כן ישנה

עליה בשכיחות מחלות כרוניות וכן בעיות פסיכולוגיות ובעיות רפואיות של בת הזוג. כל אלה ביחד או לחוד יכולים להפריע ביצירת זקפה מספקת. אם זאת יש לציין שהגיל בפני עצמו, אצל הרבה גברים, אינו גורם לבעיות בזקפה. ישנם גברים קשישים רבים שגם סביב גיל 80 עדיין מקיימים יחסי מין סדירים.

מחלות-

סוכרת נחשבת כמחלה הקלאסית הפוגעת בכלי דם קטנים בכל הגוף ולכן גם בפין והיא אחד הגורמים השכיחים להפרעה בזקפה. לעיתים, מתגלה המחלה רק כשהגבר מתחיל להתלונן על בעיות הזקפה. מחלות אחרות כגון יל"ד, יכולות אף הן לגרום בעיה בזקפה הן באופן ישיר והן מעצם הלחץ הנפשי הקשור למחלה. למשל לאחר התקף לב, יתר לחץ דם, דכאון ועוד.

גורמי סיכון -

ידוע שסמים, עישון ואלכוהול בכמות גדולה מפריעים לזקפה. כוס יין לפני מגע זוגי יכולה אמנם לשפר את מצב הרוח ולהועיל, אך אלכוהוליזם פוגע בזקפה.

ניתוחים -

גורם נדיר יחסית. בד"כ מדובר בניתוחי אגן נדירים כגון מקרים מיוחדים של כריתת ערמונית, בעיקר על רקע גידול ממאיר היכולים לפגוע בעצבוב וכך להפריע לזקפה.

תרופות-

בעיקר תרופות הניתנות לאיזון ביתר לחץ דם כגון חוסמי בטא, משתנים ותרופות להפרעות בקצב הלב וכן תרופות פסיכיאטריות שונות הם הגורמים השכיחים יותר לבעיה. רצוי להתייעץ עם הרופא המטפל על מנת לשקול החלפת התרופה.