

שפיכה מעוכבת

ד"ר ירון בוקר

הבעיות השכיחות והמוכרות יותר בתפקוד המיני הגברי הן בעיות הזקפה והשפיכה המהירה. הבעיה השלישית בשכיחותה, אך הנדירה יותר והפחות מוכרת היא בעית השפיכה המעוכבת.

הבעיה מוגדרת כחוסר יכולת של הגבר להגיע לשפיכה בתוך הנרתיק במהלך יחסי מין הכוללים חדירה. רוב הגברים הסובלים מהבעיה יכולים הגיע לשפיכה באוננות או במגע ידני ואוראלי ע"י בת הזוג, אך לא במהלך חדירה לנרתיק.

בעיה זו פוגעת הן בגבר, עקב חוסר התפקוד הגברי והן בבת הזוג שלו, בעיקר אם הם מעונינים בהריון. למרות הזקפה, אין בדרך כלל תחושת עוררות מינית ואין הנאה מינית אמיתית.

מדובר בזקפה פיזית ולא רגשית וההנאה המינית הופכת לסיוט.

מהי שכיחות הבעיה?

השכיחות האמיתית אינה ידועה כי הרבה גברים נוטים שלא לספר על כך. כאמור הבעיה לא שכיחה (בעיקר בהשוואה לבעיות זקפה או שפיכה מהירה). לפי דיווחים שונים, הבעיה קיימת אצל 2-5 אחוזים מאוכלוסית הגברים. לעיתים הבעיה היא זמנית ולפעמים היא אינה מוחלטת אלא מופיעה לסרוגין. בחו"ל הבעיה שכיחה יותר בקרב גברים העוסקים בתחומי כלכלה, תעשייה וניהול. בארץ הבעיה שכיחה בעיקר באוכלוסיה החרדית והדתית.

מהם הגורמים לבעיה?

הרקע הוא בעיקרו פסיכולוגי רגשי ויכול להיות קשור למגוון בעיות פסיכולוגיות כגון - בעיות בשליטה עצמית (חוסר יכולת להשתחרר), חשש מכך "שהנרתיק מלוכלך", הומוסקסואליות מודחקת, התפתחות מינית פתולוגית, חוסר פתיחות כלפי בת הזוג או כעס סמוי ומאבקי כח עם בת הזוג. לעיתים הקושי נובע מחוסר רצון או מוכנות להריון המתבטא בחוסר פליטת זרע. גם התרגלות לאוננות בצורה ספציפית (בעיקר מגע חזק בפין) יכולה להפריע במגע הנרתיקי שהוא יותר עדין ואולי לא מספיק מגרה בגברים אלה. הבעיה שכיחה יותר בגברים מרקע דתי (נובע מחוסר מוכנות למין בעיקר עקב האיסור על אוננות וההרגל לנסות לא לפלוט זרע).

האם זו תמיד בעיה פסיכולוגית?

באופן עקרוני – כן אך ניתן למצוא שכיחות יתר של הבעיה גם בקרב קשישים בהם תתכן חוסר אורגזמה למרות זקפה תקינה. גם שמוש בתרופות פסיכיאטריות כגון אנטידפרסנטים גורמת לעיתים לשפיכה מעוכבת. במקרה זה, הפסקת התרופה תפתור את הבעיה. גם אלכוהולזים וסמים קשים מגבירים שפיכה מעוכבת וכן טרשת נפוצה ופגיעות מסוימות בעמוד השדרה.

האם שפיכה מעוכבת היא בכלל בעיה?

בתחילת חיי המין זהו כביכול יתרון כי ניתן לבצע חדירות ממושכות והרבה נשים נהנות מכך, אך בקשר זוגי רציני וקבוע זו בעיה בעיקר אם רוצים בהריון. מבחינת הגבר יש קושי להגיע לאורגזמה ולכן אינו נהנה מספיק ומבחינת האשה תתכן תחושת פגיעה כי היא מרגישה שבן זוגה לא חושק בה ולכן לא יכול להגיע לסיפוק במגע מלא איתה. זה גורם לתסכול הדדי ויכול לפגוע בזוגיות הלא-מינית ואפילו לגרום לפרוק הקשר הזוגי עקב הבעיה המינית.

איך מטפלים בבעיה?

אין טיפול מהיר או פשוט ויש להדגיש זאת בתחילת הטיפול בכדי למנוע אכזבות. אין גם טיפול תרופתי שהוכח מדעית ולכן יש להזהר ממטפלים המציעים מתן תרופות שונות כגון הורמונים.

הטיפול כולל שני כיוונים עקריים –

שיחות/פסיכותרפיה - לשם הורדת החרדה ועזרה בשליטה עצמית נכונה.

טיפול התנהגותי - המבוצע בצורת הדרכה למגע ראשוני מרגיע שיאפשר הורדת החרדה ובעקבותיה - שפיכה. לעיתים ממליצים על מניעת יחסי מין באופן זמני ויצירת מגע הדרגתי - בתחילה רק חיבוקים ונשיקות ובהמשך מגע הדדי של אוננות עצמית או הדדית ורק לבסוף נסיון של שפיכה בחדירה.

יש להזהר ממטפלים המציעים טיפולים המצריכים סכומי כסף גבוהים כי בדרך כלל מדובר בשרלטנים. גם טפולים שונים הלקוחים המזרח הרחוק לא הוכחו כיעילים.

שפיכה מעוכבת בציבור הדתי

מדוע שכיחה הבעיה יותר בצבור הדתי? הבסיס לבעיה הוא הקושי במעבר מאיסור מוחלט בכל הקשור באוננות (האסורה על פי ההלכה), פליטת זרע ויחסי מין לפני הנישואין לבין החיוב והמצווה שבקיום יחסי המין לאחר החתונה. זה יכול להיות קשור להאשמה עצמית של הגבר על אוננות או מגע אינטימי עם גברים בעבר. הקושי העיקרי הוא ההרגל רב השנים למנוע פליטת זרע עקב איסור האוננות.

אופן הטיפול הוא מאד אישי והוא כולל בנוסף לשיחות גם הדרכה לאופן ביצוע יחסי המין על ידי מגע וגרוי חזק מספיק באיבר המין. חשוב מאד לקבל אישור הלכתי לא לחשוש מפליטת זרע במהלך הטיפול.

מה נעשה אם הטפול לא הצליח ואנו רוצים ילדים?

במידה והזוגיות טובה ויציבה ואין מחשבה על פרידה ובני הזוג מעוניין בילדים ניתן לבצע טפולי פריון. הטפולים כוללים טפולי הזרקה זרע לרחם או הפריה חוץ גופית (IVF) אך גם טפולים אלו מצריכים כמובן מתן זרע. אם זה אפשרי הזרע ינתן באוננות ואם לא יש צורך באלקטרואג'קולציה (מתן זרע דרך מכשיר מיוחד השואב את הזרע) או במקרים חמורים יותר, שאיבת זרע מהאשך. פרוצדורות אלו נעשות בהרדמה. לפני שנשים לטיפולים אלו ניתן גם לנסות לקחת זרע הניתן באוננות ולהחדירו באופן עצמי לתוך הנרתיק.

האם תמיד ניתן להרפא משפיכה מעוכבת?

בעזרת טיפול מתמיד ע"י מומחה (סקסולוג או פסיכולוג) ניתן ברוב המקרים לפתור את הבעיה, אך יש לזכור שהטיפול ארוך ומצריך סבלנות ותמיכה הדדית רבה של בני הזוג אחד כלפי השני. רק בעזרת תחושת אהבה ובטחון ניתן להגיע לפתרון הבעיה.